

Міністерство освіти і науки України  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет фізичної культури  
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

Дипломна робота (проект)  
магістра

з теми «ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ШКОЛЯРІВ  
ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ»

Виконав: студент 2 курсу  
групи ФКb1–M17  
спеціальності 014 Середня освіта  
(Фізична культура)  
Сас Євген Сергійович  
Керівник: Боднар А.О, старший викладач  
кафедри теорії і методики фізичного  
виховання  
Рецензент: Солопчук Д.М., кандидат  
педагогічних наук, доцент кафедри  
фізичного виховання

Кам'янець-Подільський – 2018 року

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	3
РОЗДІЛ 1. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ ЯК НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА .....	7
1.1. Психолого-педагогічний аспект формування мотивації .....	7
1.2. Мотивація до фізкультурної діяльності як рушійна сила фізкультурної активності школярів .....	20
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	32
2.1. Методи дослідження.....	32
2.2. Організація дослідження.....	42
РОЗДІЛ 3. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ .....	44
3.1. Методика та зміст експериментальної перевірки впливу мотивації на рухову активність школярів .....	44
3.2. Обговорення результатів дослідження .....	63
ВИСНОВКИ.....	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	73
ДОДАТКИ.....	78
Додаток А. Анкета для вивчення самостійних занять учнями 3-х класів фізичними вправами в умовах сім'ї.....	79
Додаток Б. Анкета для вивчення самостійної рухової активності учнів 9, 11 класів. ....	81

## ВСТУП

**Актуальність теми.** На сучасному етапі розвитку національної школи в Україні важливим стратегічним завданням реформування змісту освіти є необхідність сприяння фізичному, психічному здоров'ю молоді, врахування потреб індивідуальної корекційно-компенсаційної спрямованості навчання і виховання дітей, утвердження пріоритетів здорового способу життя людини.

У контексті формування всебічно гармонійно розвиненої особистості, важливе місце відводиться зміцненню здоров'я учнів, а воно, як відомо, закладається з дитинства в школі, через яку за умови обов'язковості загальної освіти проходять всі діти. Тому їх здоров'я значною мірою залежить від ефективності оздоровчої роботи в школі. Як зазначають педагоги, фізіологи, медики, гігієністи і психологи, останнім часом рухова активність дітей поступово знижується, а в зв'язку з інтенсифікацією процесу навчання підвищується рівень розумового навантаження на нервово-емоційну сферу учнів. Дослідження в галузі медицини й шкільної гігієни свідчать про "омолодження" і зростання кількості захворювань серцево-судинної та нервової систем, порушення обмінних процесів. За час навчання в школі кількість здорових дітей зменшується у 3-4 рази. На час випуску з школи значна частина учнів набувають хронічних хвороб, при цьому шкоди завдає не сама розумова праця, а її супутник – позбавлений рухів або значно обмежений у них спосіб життя (Брунер Дж [9] та ін.).

Як свідчать роботи Н. В. Андрощука, А. В. Огністого, В. Г. Григоренка [1; 14] та ін., у типових школах навчаються 30-50% учнів з відхиленнями у фізичному і функціональному розвитку, з порушеннями функцій опорно-рухового апарату, з затримкою психічного розвитку, з порушеннями зору тощо. Діти з відхиленнями у фізичному і психічному розвитку мають особливу потребу в заняттях фізичними вправами, спрямованими на зміцнення здоров'я.

Для підтримки високої працездатності організму необхідна м'язова робота, діти повинні одержувати певну норму фізичного навантаження кожного дня.

Станом на сьогоднішній день, уроки фізичної культури у загальноосвітніх навчальних закладах компенсують лише 11% необхідного добового обсягу рухів. Середньодобовий обсяг рухової активності більшості учнів на 35-45% нижчий від гігієнічних норм, що недостатньо для забезпечення нормального розвитку і оптимальної рухової підготовленості учнів.

З метою виправлення такого негативного явища, необхідний новий методичний підхід до фізичного виховання в школі, спрямований не тільки на розвиток рухових здібностей, вмінь і навичок, але і, на основі системи самостійних занять, формувати у школярів мотивацію до фізкультурної діяльності, виховувати у них потребу до фізичного самовдосконалення.

Вдосконалення методики фізичного виховання школярів стало предметом вивчення багатьох дослідників (Л. В. Волков [12]; В. Н. Платонов [45] та ін.), які розробили методичні рекомендації щодо оптимізації процесу фізичного виховання школярів. В дослідженнях розглянуті питання підвищення ефективності уроків фізичної культури.

Аналіз стану фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах свідчить про серйозні недоліки в роботі по формуванню позитивної мотивації учнів до фізкультурної діяльності. Окремі вчителі роблять спроби формування в учнів мотивації до самостійних занять фізичними вправами, але через слабку теоретичну розробленість проблеми практичні результати цієї роботи, як правило, незначні.

Актуальність даної проблеми, її недостатня теоретична розробленість, вимоги шкільної практики зумовили вибір теми дослідження: «Педагогічні умови формування мотивації школярів до занять фізичними вправами».

**Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні й експериментальній перевірці педагогічних умов формування у школярів позитивної мотивації до систематичних занять фізичними вправами в процесі навчальної та позакласної роботи з фізичного виховання.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити стан даної проблеми в педагогічній теорії та практиці загальноосвітніх навчальних закладів.
2. Визначити рівні та критерії сформованості позитивної мотивації до фізкультурної діяльності.
3. Визначити та експериментально перевірити педагогічні умови, які сприяють формуванню у школярів позитивної мотивації до занять фізичними вправами.

**Об'єкт дослідження** – процес формування позитивної мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами.

**Предмет дослідження** – педагогічні умови формування позитивної мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами.

**Методи дослідження.** Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі методи дослідження: теоретичний аналіз проблеми на основі вивчення наукової літератури з педагогіки, психології, теорії та методики фізичного виховання – для узагальнення теоретичних питань щодо формування мотивації до фізичного вдосконалення в процесі фізкультурної діяльності; аналіз програмно-методичних і нормативних документів, педагогічної практики, різні види та форми бесід, анкетувань, опитувань, спостережень, тестувань – для виявлення практичного стану досліджуваної проблеми; педагогічний експеримент, якісний і кількісний аналіз його результатів із застосуванням методів математичної статистики – для експериментальної перевірки гіпотези дослідження.

**Практичне значення** полягає в узагальненні методичних рекомендацій щодо формування позитивної мотивації учнів до самостійних занять фізичними вправами; комплексу засобів педагогічного впливу, які

сприяють корекції негативного ставлення учнів до фізкультурної діяльності; розробці і впровадженні в шкільну практику додаткових теоретичних відомостей, що необхідні учням для організації самостійних занять фізичними вправами.

**Апробація результатів дослідження.** Основні положення та результати дослідження узагальнено й висвітлено у науково-практичній конференції студентів і магістрантів за підсумками НДР у 2017-2018 н.р.

**Публікації.** Зміст дослідження висвітлено у публікації «Мотивація до фізкультурної діяльності як рушійна сила фізкультурної активності школярів» у збірнику наукових праць студентів та магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2018. Випуск 12.

**Структура і об'єм роботи.** Дипломна робота викладена на 83 сторінках, складається зі вступу, 3 розділів, висновків. Бібліографія складається з 54 літературних джерел, цифрові дані представлені на 5 таблицях.

## ВИСНОВКИ

У складному і багатогранному процесі фізичного виховання дітей одним із пріоритетних напрямів загальноосвітніх навчальних закладів повинно бути формування в учнів стійкої мотивації до фізкультурної діяльності.

Важливою передумовою формування мотивації є визначення ціннісних орієнтирів кожного учня і вибір на цій основі особисто-значимого і цікавого для школярів навчального матеріалу, який сприяв би виробленню у них моральної впевненості у цінності занять фізичними вправами.

У процесі експериментальної роботи доведено, що формуванню мотивації до систематичних занять фізичними вправами сприяє дотримання таких педагогічних умов: формування позитивного ставлення до занять фізичними вправами, результативність якого підвищується при засвоєнні не окремих розрізнених знань про значення фізичних вправ, а цілісної системи в тісній єдності з особисто значимими заняттями фізичною культурою і спортом; цілеспрямоване мотивування і стимулювання до активної фізкультурної діяльності; прищеплення інтересу до активних занять фізичними вправами; озброєння знаннями з фізичної культури та вмінням самостійно займатись фізичними вправами.

Основою методичних рекомендацій формування мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами на основі вдосконалення фізкультурно-освітньої роботи в школі є:

- формування у школярів вміння самостійно займатись фізичними вправами, яке найбільш успішно здійснюється в спеціально відведеній для цієї мети методичній частині уроку;
- оволодіння учнями теоретичними знаннями (загальноосвітніми, валеологічними та біологічними), що здійснюється у спеціальній теоретичній частині уроку;

- планування навчальних занять з врахуванням різних рівнів фізичної підготовленості школярів та дотримання принципу особистих рекордів. Відповідно до цього принципу темпи приросту основних показників фізичної підготовленості школярів необхідно планувати тільки на основі врахування їх індивідуальних результатів;

- організація фізкультурних занять, спрямованих на формування в учнів наступних умінь: постановка мети, планування, тренування основних фізичних якостей, оцінювання рівня їх розвитку, контроль за функціональним станом організму під час фізкультурних занять та після них;

- використання спеціальних тренувальних засобів в процесі самостійних занять, важливою умовою яких є проведення регулярного комплексного контролю, з метою визначення позитивних зрушень, що сталися в організмі і наочної демонстрації їх школярам (зворотній зв'язок).

2. У формуванні позитивної мотивації школярів до фізичного вдосконалення визначальне місце має особа вчителя фізичної культури. Багатство його особистості, професійної культури і педагогічної майстерності повинно забезпечувати такі прийоми й способи педагогічного впливу, які збагачують емоційний досвід школярів, розвивають уяву, інтерес, формують у них особистісне ставлення до практики фізичного виховання.

3. Отримані результати дають підставу вважати, що теоретичне опрацювання і практичне втілення в життя основних положень даної роботи сприятиме удосконаленню фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл і формуванню у них навичок здорового способу життя.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрощук Н. В., Василік К. М., Огністий А. В. Фізична підготовленість старшокласників. Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конф. "Актуальні проблеми оздоровчої фізкультури, спорту для інвалідів та валеології в навчальних закладах України". Кіровоград : КДПУ ім. В. К. Винниченка. 1997. С. 161-163.
2. Антропова М. В. Результаты массового комплексного обследования состояния здоровья школьников с 1 по 10 класс с учетом возрастно-половых различий. Состояние здоровья детей дошкольного и школьного возраста. Москва: Педагогика. 1975. С. 14-68.
3. Антропова М. В., Кузнецова З. И., Манке Г. Г. Физиолого-гигиенические и педагогические обоснования двигательного режима учащихся 7-10 лет в школе полного дня. Тез. I Всесоюзной конф. «Физическое воспитание и школьная гигиена». Москва : МГПИ. 1978. С. 41-42.
4. Аткинсон Ж. Человеческая память в процессе обучения. Москва : Педагогика, 1980. 156 с.
5. Бауэр В. А. Формирование интересов и потребностей к занятиям физической культурой и спортом у будущих учителей : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.04. МГПИ. Москва., 1987. 23 с.
6. Бех І. Д. Система фізичного виховання має формувати в учнів загальнолюдські гуманістичні цінності... Фізичне виховання в школі. 1998. №1. С. 3-4.
7. Богданов Г. П. Для самостоятельных занятий бегом. Физическая культура в школе. 1983. №1. С. 25-30.
8. Бойченко Т. Е. Формування в учнів середньої школи системи знань про здоров'я людини: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.01. Київський ун-т ім. Тараса Шевченка. К., 1994. 24 с.

9. Брунер Дж. Процесе учения. Москва : Педагогика, 1967. 98 с.
10. Васин Ю. Г. Физические упражнения – основа профилактики ожирения у детей. Киев. : Здоров'я, 1988. 156 с.
11. Вильчковский Э. С. Развитие двигательной функции у детей. Киев. : Здоров'я, 1983. 205 с.
12. Волков Л. В. Физическое и военно-патриотическое воспитание старшеклассников по месту жительства в связи с подготовкой их к службе в Вооруженных Силах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.01. МГПИ. Москва, 1979. 22 с.
13. Григоренко В. Г. Характер и дозировка различных упражнений при внеклассных занятиях со школьниками 11-12 лет, страдающими ожирением : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.04. ГЦОЛИФК. М., 1984. 21 с.
14. Гурман Л.Д. Педагогічні умови підвищення рівня фізичної підготовленості старшокласників у процесі позакласної роботи : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.01. АПН України, Ін-т Педагогіки. Київ, 1997. 24 с.
15. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. Під ред. М. Д. Зубалія. Київ, 1997. 36 с.
16. Дробний П. Д. Паспортизація фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку на базі антропологічних критеріїв оцінки : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.04. Харк. держ. пед. ун-т. Харків, 1994. 24 с.
17. Дубенчук А. Духовне здоров'я – фундамент здоров'я фізичного. Фізичне виховання в школі. 1998. №3. С. 28-33.
18. Дубогай О. Д., Завацький В. І., Короп Ю. О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи навчальний посібник для студентів вищих і середніх навчальних закладів. Луцьк : Надстир'я, 1995. 220 с.
19. Дубогай А. Д., Завацький В. І., Короп Ю. О. Физкультура : мы и

дети. К. : Здоров'я, 1989. 144 с.

20. Ємець О. Педагогічні ситуації в підготовці вчителя фізкультури. Фізичне виховання в школі. 1998. №4. С. 10-11.

21. Жижин П. М. Какой быть физической культуре. Физическая культура в школе. 1996. №3. С. 8-9.

22. Зайцев Г. К. Потребностно-мотивационная сфера физического воспитания студентов. Теория и практика физической культуры. 1993. №7. С. 23-24.

23. Занюк С. С. Мотивація діяльності: спонукання, активність, успіх. Луцьк : Волинський держ. ун-т, 1998. 123 с.

24. Зинченко В. А. Выполняя домашнее задание. Физическая культура в школе. 1982. №1. С. 29.

25. Иванов В. С. Основы математической статистики. Москва : Физическая культура и спорт, 1990. 176 с.

26. Ильин Е. П. Мотивы человека: теория и методы изучения. Київ : Вища школа, 1998. 292 с.

27. Козленко О. Н. Повышение эффективности физического воспитания младших школьников на основе формирования у них стремления к физическому совершенствованию : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.04. Козленко. КГИФК. Київ, 1992. 24 с.

28. Комплексна програма фізичного виховання учнів 1-11 класів середньої загальноосвітньої школи. Київ : Освіта, 1993. 52 с.

29. Копытов Ю., Лях В., Мейксон Г., Угрепин А. Драгоценные крупницы опыта. Физическая культура в школе. 1995. №6. С. 2-6.

30. Корытов О. И. При балльной системе оценки успеваемости. Физическая культура в школе. 1995. №6. С. 2-6.

31. Лебедева И. Т. Произвольная двигательная активность детей младшего школьного возраста. Физиология человека в природных условиях СССР. Ленинград : Наука, 1969. С. 20-30.

32. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва. :

Политиздат, 1975. 304 с.

33. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики. М. : Изд-во АПН РСФСР. 1972. 548 с.

34. Леонтьев В. Г. Психологические механизмы мотивации учебной деятельности. Новосибирск : Новос. пед. ин-т, 1987. 291 с.

35. Лещенко Г. А. Порівняльна характеристика стану фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку за єдиною європейською системою тестування "Юрофіт". Наукові записки : збірник наукових статей. Київ : НПУ. 1998. Вип. 2. С. 39-46.

36. Люберецкий В. Для самостоятельных занятий. Физическая культура в школе. 1995. №2. С. 27-29.

37. Лях В. И. Двигательные способности. Физическая культура в школе. 1996. №2. С. 2-6.

38. Маркова А. К., Матис Т. А., Орлов А. Б. Формирование мотивации учения. М. : Просвещение, 1990. 156 с.

39. Мейксон Г. Б., Шаулин В. Н. Формирование навыков и умений самостоятельных занятий. Физическая культура в школе. 1985. №1. С. 18-23.

40. Неймарк М. З. Психологическое изучение личности подростков : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук : 13.00.01. МГУ. Москва, 1972. 54 с.

41. Орлов В. И. Активность и самостоятельность учащихся. Педагогика. 1998. №3. С. 44-48.

42. Павлюк О. И. Эмоциональные компоненты мотивации. Формирование интереса к учению у школьников. Москва : Просвещение, 1986. С. 115-130.

43. Пилюян Р. А. Мотивация спортивной деятельности. Москва : Физкультура и спорт, 1984. 104 с.

44. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев. : Олимпийская литература, 1997. 583 с.

45. Погадеев Г. И. Проблемы физического воспитания школьников в

свете конференции в Коломне. Физическая культура в школе. 1998. №9. С. 2-6.

46. Попов В. А. Исследования динамики отношения молодежи к физической культуре и спорту и пути повышения ее спортивной активности : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.01. КГПИ. К., 1977. 24 с.

47. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. 2-е изд. – Москва : Педагогика, 1946. 352 с.

48. Сухарев А. Г. Двигательная активность и здоровье подрастающего поколения. Москва : Знание, 1976. 63 с.

49. Тараненко А. Ф. Формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями в зависимости от профессиональной ориентации : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.04. МГИФК. Малаховка, 1992. 24 с.

50. Теория и методика физического воспитания : в 2-х т. / Под ред. Л. П. Матвеева и А. Д. Новикова. Изд. 2-е, испр. и доп. Москва : Физкультура и спорт, 1976. 380 с.

51. Филин В. П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. Москва : Физическая культура и спорт, 1974. 232 с.

52. Чесноков А. С. Оптимальный двигательный режим. Физическая культура в школе. 1978. №7. С. 8-10.

53. Шадрин А. Н. Степень гипокинезии основных локомоций у школьников старших классов и компенсация ее дозированным бегом : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.04. МГПИ. Москва, 1980. 24 с.

54. Шаров Ю. В. Формирование духовных потребностей советских школьников, как социально-педагогическая проблема : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : 13.00.01. ГЦОЛИФК. Л., 1971. 54 с.