

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**

**СТУДЕНТСЬКА  
СПОРТИВНА НАУКА – 2016**

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ  
II Всеукраїнської студентської  
науково-практичної конференції**

**16 травня 2016 р.**

**Житомир  
Вид-во ЖДУ ім. І. Франка  
2016**

## ЗМІСТ

*J. G. Bashtannyk*

**PECULIARITIES OF IMPROVING VESTIBULAR STABILITY FOR ACROBATS, AGED 9-10 YEARS ..... 7**

*К. В. Барвінок, С. М. Гришук*

**ВИКОРИСТАННЯ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ ДЛЯ ОПТИМІЗАЦІЇ МАСИ ТІЛА ..... 13**

*В. Р. Буренко, О. М. Демідова, А. В. Федоряка*

**ВПЛИВ РІЗНИХ ВИДІВ ТАНЦЮВАЛЬНОЇ АЕРОБІКИ НА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ДІВЧАТ 15–16 РОКІВ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ..... 17**

*А. В. Гагіна, Ю. С. Ляшко*

**ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ЗОННОГО ПРЕСИНГУ У ЗМАГАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ ..... 22**

*А. А. Гуманкова, А. М. Яблонська*

**ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ ДІТЕЙ У ПАРКОВИХ КОМПЛЕКСАХ США ..... 27**

*Д. М. Денисюк*

**ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ІНТЕРЕСУ ДО ВИКОНАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ ..... 31**

*А. Ю. Колбут, І. І. Вовченко*

**З ІСТОРІЇ РОЗВИТКУ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ У БАРАНІВСЬКОМУ РАЙОНІ ..... 36**

*І. В. Колесник, І. І. Вовченко*

**ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГІМНАСТИКИ ШЛЯХОМ ПОЧАТКОВОГО ВІДБОРУ В ДЮСШ ..... 42**

*К. М. Кузьменко, О. М. Колумбет, С. М. Черновський*

**ВІДНОШЕННЯ МАЙБУТНІХ ДИЗАЙНЕРІВ ДО ПРОФІЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ВНЗ ..... 48**

## **ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ІНТЕРЕСУ ДО ВИКОНАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ**

*Д. М. Денисюк*

*Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського*

**Анотації.** У статті розглядаються стан та шляхи формування в школярів інтересу до фізичного виховання та спорту як цілеспрямована й системна діяльність учителя, що включає формування спеціальних знань, практичну діяльність учнів та створення позитивного емоційного фону уроку.

**Постановка наукової проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій.** Науково-технічний прогрес спричиняє великі зміни в багатьох галузях людських знань. Це призводить до подальшої інтенсифікації й ускладнення процесу навчання в школі. Обсяг засвоєної інформації, який щороку збільшується, вимагає від учнівської молоді значних психічних напружень і фізичних зусиль. Від ефективності фізичного виховання значною мірою залежить стан здоров'я, рівень працездатності та навіть професійне майбутнє учнів. Саме тому потрібно вишукувати можливості вдосконалення педагогічного процесу з фізичного виховання в школах за рахунок, з одного боку, оптимізації діяльності учнів, а з іншого – підвищення результативності роботи вчителів.

Інтегральним показником соціально-економічного й духовного розвитку суспільства є стан здоров'я нації. Як відомо, здоров'я людини формується в дитячому віці на основі генетичних факторів, способу життя та еколо-

гічних умов. Одним з ефективних засобів поліпшення здоров'я та фізичної підготовленості дітей є виконання фізичних вправ. Дослідження Т. Ю. Круцевич [1], Н. С. Фролової [3], В. О. Сембрат [2] спрямовані на розробку концептуальних положень фізичного виховання дітей, практичних рекомендацій щодо спрямованості фізичних вправ і дозування навантажень.

Водночас дослідження Ячнюка І. [4] свідчать про те, що залучення школярів до фізичного виховання значною мірою визначається рівнем розвитку інтересу до такої діяльності. Активність школярів на уроках фізичної культури залежить, передусім, від їхнього інтересу до виконання фізичних вправ. В основі інтересу закладено три компоненти: 1) знання, якими володіє людина в галузі, її зацікавленість; 2) практична діяльність; 3) емоційне задоволення, яке відчуває людина від діяльності. Початкову стадію інтересу до певних вправ може викликати будь-який окремий компонент. Але розвинути, зробити його стійким, усвідомленим можна лише на основі всіх трьох перерахованих чинників. Педагогічні спостереження показали, що на уроках фізичної культури відносно добре подано один компонент до фізичного виховання – практичну діяльність. Знанням і емоційному задоволенню приділяється значно менше уваги. В цих умовах процес виховання значно знижується. Надія на те, що знання й емоційне задоволення виникнуть в учнів без допомоги вчителя, як правило, не виправдовується.

**Мета дослідження** полягає в розробці шляхів формування в школярів інтересу до фізичного виховання та спорту.

**Методи та організація дослідження.** Дослідження проводились на базі НВК № 23 м. Вінниці. В анкетуванні взяли участь учні молодшої, середньої та старшої шкіл.

**Результати досліджень та їх обговорення.** Результати дослідження свідчать, що рівень інтересу до фізичної культури зі збільшенням віку учнів знижується.

ся. У середньому й старшому шкільному віці в учнів спостерігається байдуже ставлення до фізичної культури (у середньому шкільному віці таких хлопців 2%, дівчат 5%; старшому – відповідно, 22% і 43%). У дітей старшого шкільного віку сформоване навіть негативне ставлення до фізичних вправ (4% хлопців і 7% дівчат).

Серед причин зниження інтересу до фізичної культури потрібно назвати такі: недостатня професійна підготовка вчителів фізичної культури; недостатня суспільна й професійна активність учителів і всього педагогічного колективу; недостатня увага до розвитку пізнавального інтересу до фізичних вправ у позаурочний час; недоліки в змісті та методиці уроків фізичної культури; низький рівень матеріально-технічної бази шкіл. Проте практично всі школярі хотіли б займатися в спортивних секціях (табл. 1).

Таблиця 1

### Спортивні інтереси школярів (%)

Вид спорту	Шкільний вік		
	молодший	середній	старший
Плавання	26,5	–	12
Карате	26,5	–	2
Гімнастика	13,0	6	–
Волейбол	10,0	34	33
Футбол	10,0	–	16
Легка атлетика	7,0	16	2
Спортивні танці	–	9	8
Баскетбол	–	3	–
Бокс	–	–	4
Боротьба	–	–	4
Фігурне катання	–	–	2
Не відповіли	7,0	29	17

Спортивні інтереси дітей старшого шкільного віку такі: волейбол, плавання, футбол, спортивні танці. Цікавим є те, що існує істотна різниця в ставленні до спорту між хлопчиками й дівчатками. Так, дівчатка

більше прагнуть займатися гімнастикою, спортивними танцями, волейболом, легкою атлетикою; хлопчики – боротьбою, єдиноборствами, футболом.

Під час анкетування потрібно було запропоновані мотиви розмістити за рейтингом, тобто за мірою важливості (таблиця 2).

Таблиця 2

### **Мотиви відвідування школярами уроків фізичної культури**

<b>Мотив відвідування занять</b>	<b>Рангове місце мотиву</b>					
	<b>шкільний вік</b>					
	<b>молодший</b>		<b>середній</b>		<b>старший</b>	
	<b>хлоп- ці</b>	<b>дів- чата</b>	<b>хлоп- ці</b>	<b>дів- чата</b>	<b>хлоп- ці</b>	<b>дів- чата</b>
Бажання поліпшити свою фізичну й технічну підготовку	2	3	1	1	1	2
Інтерес до особи вчителя	3	2	3	4	5	5
Прагнення отримати хороші оцінки	1	1	4	3	4	4
Прагнення уникнути неприємності у зв'язку з пропусками уроків	4	4	2	2	2	1
Звичка до сумлінного виконання будь-яких обов'язків узагалі	5	5	5	5	3	3

У дітей молодшого віку основним мотивом відвідування занять є прагнення отримати добрі оцінки. Це, на наш погляд, обумовлено тим, що учні ще не знають і не усвідомлюють значення фізичних вправ, їхнього впливу на організм. В середньому та старшому шкільному віці учні прагнуть у процесі фізичного виховання підвищити фізичну підготовленість або уникнути неприємностей у зв'язку із пропусками уроків.

На думку дітей, для поліпшення інтересу до фізичної культури вчителям фізичного виховання необхідно поліпшити матеріальну базу, краще ставитися до учнів,

більше проводити ігрових занять, організовувати спортивні секції.

Зважаючи на такий стан, була розроблена програма формування інтересу до фізичного виховання школярів. Спеціальні знання учні отримували під час уроків фізичної культури. Для того, щоб не завдати шкоди руховій активності, теоретичний матеріал органічно поєднувався зі змістом практичної діяльності. Окремі теоретичні дані (наприклад вплив фізичних вправ на особистість, роль фізичних вправ у розвитку форм і функцій організму) подавались у вигляді коротких повідомлень (3-5 хв.) на початку уроку. Причому розповідався вплив тих фізичних вправ, які будуть безпосередньо вивчатися. Гігієнічні правила виконання фізичних вправ викладались у процесі їх вивчення. Техніка фізичних вправ, методика їх навчання, значні досягнення подавались в процесі пояснення та роз'яснення допущених помилок.

**Висновки.** Отже, формування інтересу до фізичного виховання в школярів потребує цілеспрямованої та системної діяльності вчителя, що включає формування спеціальних знань, практичну діяльність учнів і створення позитивного емоційного фону.

### Література

1. Круцевич Т. Ю. Управління фізичним станом підлітків у системі фізичного виховання : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. вих. та спорту : 24.00.02 / Т. Ю. Круцевич. – К. : НУФВСУ, 2000. – 44 с.
2. Сембрат С. В. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / С. В. Сембрат. – Л. : ЛДІФК, 2003. – 20 с.
3. Фролова Н. О. Особистісно зорієнтований підхід у фізичному вихованні молодших школярів : автореф. дис. .. канд. пед. наук : 13.00.07 / Н. О. Фролова. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2003. – 20 с.
4. Ячнюк І. Мотиви до занять фізичною культурою та спортом учнів старших класів / І. Ячнюк, Ю. Ячнюк,

М. Ячнюк // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. ВНУ ім. Лесі Українки. Т. 2. – Луцьк : РВВ «Вежа», 2008. – С. 303–306.