

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169).20  
УДК: 796.035-057.874+355.4

Мичка І.В.  
кандидат педагогічних наук, доцент  
Житомирський державний університет ім І.Франка, м.Житомир  
Кафтанова Т.В.  
ст.викладач  
Житомирський державний університет ім І.Франка, м.Житомир  
Опанчук Д.Р.  
викладач  
Житомирський державний університет ім І.Франка, м.Житомир

## РІВЕНЬ МОТИВАЦІЇ ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ У ДІТЕЙ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ

В сучасних умовах успішність фізичного виховання у закладах освіти залежить від поєднання різних підходів, які є ефективними при вирішенні конкретних завдань в процесі розвитку здоров'язбережувальної компетенції здобувачів середньої освіти. У статті розглянуто проблему мотиваційно-ціннісного ставлення дітей середнього шкільного віку до фізкультурно-оздоровчих занять під час військового стану, що є досить актуальним з огляду на інтенсивне реформування освітньої галузі країни. Особливу увагу приділено рівню мотивації з метою визначення провідних мотивів і інтересів, що спонукають дітей до занять фізичною культурою і спортом. Досліджено літературні джерела з даної тематики, визначено питання, які недостатньо висвітлені в сучасній спеціалізованій літературі. Проведено анкетування-опитування щодо мотивації школярів до спортивних занять та на основі опитування визначено рівень мотиваційного ставлення дітей до фізкультурно-оздоровчих занять.

**Ключові слова:** рівень мотивації, ціннісне ставлення, інтереси, фізкультурно-оздоровчі заняття, психологічні фактори, військовий стан.

**Mychka I.V., Kaftanova T.V., Opanchuk D.R. Level of motivation to athletic-health employments for the children of middle school age during the martial law period.** In modern conditions, the success of physical education in educational institutions depends on a combination of different approaches that are effective in solving specific tasks in the process of developing the health-saving competence of students of secondary education. In the article the problem of the motivational-valued relation of children of middle school age is considered to athletic-health employments during the martial law period, which is a topical issue in view of the intensive reformation of the country's educational sector. The special attention is spared to the level of motivation with the purpose of determination of leading reasons and interests that induce children to engaging in a physical culture and sport. Literary sources are investigational on this subjects, questions that is lighted not enough up in the modern specialized literature are certain. Questionnaire-questioning is conducted in relation to motivation of schoolchildren to sport employments and on the basis of questioning the level of motivational relation of children is certain to athletic-health employments.

**Key words:** level of motivation, valued relation, interests, athletic-health employments, psychological factors, martial law period.

**Постановка проблеми.** Наукова проблема дослідження здоров'я підростаючого покоління України пов'язана перш за все, із вивченням тенденцій щодо зниження рівня здоров'я дітей і підлітків нашої країни, виявленням різних соціальних та мікросоціальних змін, погіршенням стану генофонду нації. Ці фактори особливо загострилися у зв'язку з військовим станом країни. Все це обумовлює необхідність пошуку і аналізу існуючої проблеми фізичного розвитку дітей та підлітків, визначення показників, які впливають на формування здорового покоління.

Здоров'я дитячого організму в сучасній гігієні дітей і підлітків розглядається як інтегральний показник, що формується внаслідок дії складного комплексу взаємопов'язаних і взаємозалежних внутрішніх чинників та зовнішніх впливів [6, с.280-289].

Із аналізу сучасної наукової літератури видно, що впродовж останніх десяти років питання фізичної підготовленості молоді країни стоїть дуже гостро. Основними причинами такого становища є військовий стан країни, економічні труднощі, зниження уваги до соціальних проблем та санітарної культури, ослаблення державної політики в галузі профілактичної медицини, зменшення питомої ваги наукових досліджень із проблем росту, розвитку здорової дитини та керування її здоров'ям. Серйозною причиною порушення здоров'я дітей слугують все зростаючі навчальні навантаження, властиві для сучасних освітніх установ.

На даний час в Україні 6.5 млн. дітей шкільного віку і лише 5-7% учнів закінчують загальноосвітню школу здоровими, останні ж діти ідуть у доросле життя з великим багажем хронічної патології. Значне інформаційне перевантаження, а відтак нестача вільного часу для занять фізкультурою та недосконало організований навчально-виховний процес: (відсутність або несистематичне проведення "фізкультурних хвилинок" на уроках, динамічних пауз на перервах, недостатня для дитячого організму рухова активність) негативно позначається на стані здоров'я учнів і призводить до такого патологічного стану, як синдром хронічної втоми. Також наукові дослідження свідчать, що у школярів спостерігається значне зниження рухової активності на фоні падіння зацікавленості до уроків фізичної культури в школі та негативного ставлення до фізичної культури взагалі [1, с.21-25; 2, с.137-140].

Так як найважливішим завданням нашого суспільства є підготовка фізично досконалого, всебічно і гармонійно розвиненого молодого покоління, то у вирішенні цього завдання першочергову роль грають правильно організовані заняття фізичною культурою і спортом, які повинні супроводжувати життя молоді вже з самого раннього віку. Під впливом цих занять зміцнюються і розвиваються нервова, дихальна, серцево-судинна і м'язова системи, удосконалюється діяльність центральної і нервової системи, поглиблюється дихання, збільшується життєва ємкість легень, економніше працює серце і зміцнюється руховий апарат дитини[3, с.12-19].

Головна мета сучасного фізкультурно-оздоровчого руху – сприяння зміцненню здоров'я людей, як найвищої соціальної цінності, через підвищення рівня їх рухової активності. Рівень оздоровчої рухової активності у школярів ще далекий від бажаного. Добові потреби в рухах підлітків задовольняються в середньому на 18-22 %, а тому й дефіцит складає приблизно 80%. Ця проблема найбільш гостро стоїть перед загальноосвітньою школою, що є базовою ланкою у процесі фізичного виховання підростаючого покоління.

Актуальність теми дослідження визначається необхідністю проведення фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми середнього шкільного віку для підвищення рівня рухової активності та покращення здоров'я, особливо в умовах військового стану.

**Аналіз літературних джерел.** Сучасна українська і зарубіжна спеціальна література накопичила достатню кількість даних, що стосуються окремих сторін підвищення мотивації школярів до занять фізичною культурою та спортом. Однак у літературі відсутні дані щодо досліджень формування мотивації школярів до фізичного самовдосконалення саме під час військового стану, в умовах певного стресу [4, 5, с.68-72; 7, с.340-347;8].

Дослідження науковців (С.Ю. Бабенко; С.В. Занюка; О.М. Зварищук; В.В. Петровського, Т.Ю. Круцевича) свідчать, що потреби, мотиви та інтереси в галузі фізичної культури мають свої вікові особливості і пов'язані з психологічним розвитком, соціальним формуванням особистості, темпераментом, соціально-економічними умовами життя конкретної сім'ї. Дослідження і розв'язання цих питань сприятиме вдосконаленню організаційно-методичної основи фізичної культури школярів в сучасних умовах і перетворить учня з об'єкта педагогічного процесу у суб'єкт, підвищить його активність і зацікавленість у досягненні високого рівня власного фізичного здоров'я, що є максимально необхідним для зростаючої молоді України.

У зв'язку з цим для нас стало актуальним виявити рівень мотивації школярів середнього віку до занять фізичною культурою і спортом в умовах військового стану країни, з подальшими дослідженнями щодо підвищення інтересу дітей до фізичного вдосконалення.

**Мета дослідження** – визначення рівня мотиваційно-ціннісного ставлення до фізкультурно-оздоровчих занять дітей середнього шкільного віку під час військового стану.

Для досягнення поставленої мети були сформульовані наступні **завдання**:

1. Провести анкетування-опитування серед школярів 5-7 класів щодо визначення провідних мотивів і інтересів, що спонукають дітей до занять фізичною культурою і спортом.

2. Опрацювати результати анкетування та визначити рівень мотивації школярів до фізкультурно-оздоровчих занять.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі методи дослідження:

1. Анкетування-опитування.

2. Метод математичної статистики.

**Результати дослідження.** Дослідження проводилося протягом квітня-травня 2023 року в загальноосвітній школі №7 ім.В.Бражеского м. Житомира і умовно поділено на два етапи.

На першому етапі були проаналізовані літературні джерела за темою дослідження. Аналіз науково-методичної літератури проводився з метою отримання об'єктивних відомостей по досліджуваному питанню, уточнювалися методи дослідження, з'ясовувався стан розв'язуваної проблеми, вивчалася література про віковому розвитку дітей середнього шкільного віку. На основі отриманих даних було розроблено анкету-опитування щодо мотивів і інтересів, що спонукають дітей до занять фізичною культурою і спортом.

На другому етапі, на основі використання методу математичної статистики, виконувалася обробка та аналіз отриманих результатів, узагальнення результатів дослідження та формулювання висновків.

Анкетування проводилося з метою визначення провідних мотивів і інтересів, що спонукають дітей до занять фізичною культурою і спортом.

Питання, які увійшли до анкети:

1. Яке Ваше ставлення до фізичної культури і спорту?

2. Виберіть мотив, який найбільше спонукає Вас до занять фізичною культурою і спортом: мотив фізичного самовдосконалення; рекреаційний мотив; мотив емоційного задоволення; мотив досягнення успіху в спорті.

3. Виберіть фактор, який впливає на внутрішні психологічні переваги щодо діяльності фізичними вправами:

- здібності чи бажання учнів;

- поради батьків, друзів;

- вплив школи, вчителів.

4. Яким видом спортивно-оздоровчої діяльності Ви займаєтесь у вільний час?

5. Яким видом спортивно-оздоровчої діяльності Ви хотіли б займатися?

6. Причини які заважають займатися фізкультурно-оздоровчими заняттями?

7. Якого результату Ви хотіли б досягти за допомогою фізкультурно-оздоровчих занять?

Результати анкетування засвідчили, що позитивне ставлення до фізичної культури і спорту мають 58,4% учнів; нейтральне 22,2% і 19,4% мають негативне ставлення (рис. 1).

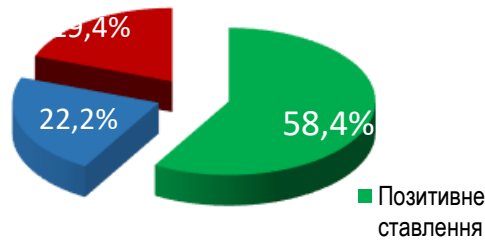


Рис. 1. Ставлення учнів до занять фізичною культурою і спортом

При цьому мотиви, які спонукають школярів 5-7 класів до занять фізичною культурою і спортом мають різні рівні важливості (рис.2). Мотив фізичного самовдосконалення (ФС) є провідним у 47,3% школярів, рекреаційний мотив (РВ) і мотив емоційного задоволення (ЕЗ) у 22,2% і мотив досягнення успіху в спорті (ДУ) є визначальним для 8,3% опитаних (рис.2).

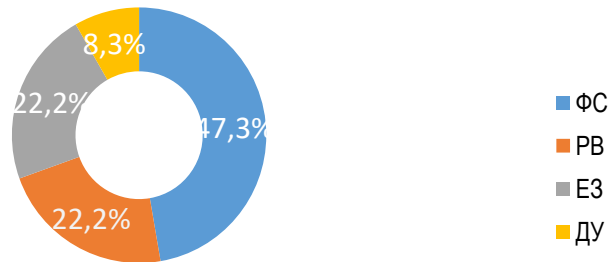


Рис. 2. Мотиви, які спонукають школярів 5-7 класів до занять фізичною культурою

На внутрішні психологічні переваги учнів щодо діяльності фізичними вправами впливають різні фактори (рис.3):

1. Здібності чи бажання учнів.
2. Поради батьків, друзів.
3. Вплив школи, вчителів.

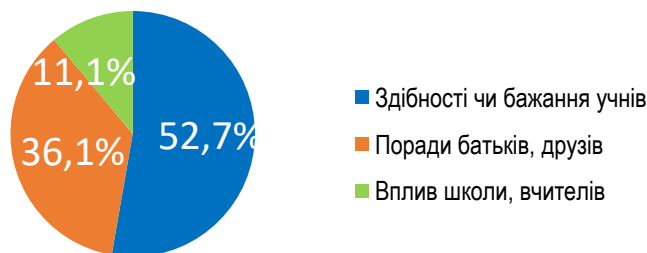


Рис. 3. Фактори, які впливають на внутрішні психологічні переваги учнів

Анкетування показало, що інтереси учнів мають досить широкий спектр (табл.1).

Таблиця 1. Види спортивно-оздоровчої діяльності учнів

№	Види спортивно-оздоровчої діяльності	Кількість учнів які хотіли б займатися (чол.)	%
1.	Футбол	8	22,2
2.	Волейбол	7	19,4
3.	Настільний теніс	1	2,7
4.	Баскетбол	2	5,5
5.	Плавання	2	5,5
7.	Єдиноборства	7	19,4
8.	Фітнес	3	8,3
9.	Спортивні танці	6	16,6

За даними опитування, в результаті фізкультурно-оздоровчих занять 30,5% учнів очікують поліпшення здоров'я, самопочуття; 19,4% хотіли б мати гарну статуру тіла; 16,6% виступати на змаганнях; 16,6% покращити спортивні результати;

11,1% накачати м'язи; 5,5% поліпшити оцінки з фізичної культури.

**Висновки.** Вивчення мотивів до занять фізичними вправами у дітей середнього шкільного віку засвідчили, що позитивне ставлення до фізичної культури і спорту мають 58,4% учнів; нейтральне 22,2% і 19,4% мають негативне ставлення. При цьому мотиви, які спонукають школярів 5-7 класів до занять фізичною культурою і спортом мають різні рівні важливості. Мотив фізичного самовдосконалення є провідним у 47,3% школярів, рекреаційний мотив і мотив емоційного задоволення у 22,2% і мотив досягнення успіху в спорті є визначальним для 8,3% опитаних. Відповідно до даних спостерігаємо високий інтерес до ігрових видів спорту (футболу, волейболу), спортивних танців та єдиноборств. Тому при проведенні фізкультурно-оздоровчих занять, потрібно велику увагу приділяти даним видам спортивно-оздоровчої діяльності, що допоможе підвищити інтерес до оздоровчої діяльності.

30,5% школярів середнього шкільного віку за допомогою фізкультурно-оздоровчих занять очікують поліпшення здоров'я, самопочуття; 19,4% хотіли б мати гарну статуру тіла; 16,6% виступати на змаганнях; 16,6% покращити спортивні результати; 11,1% накачати м'язи; 5,5% поліпшити оцінки з фізичної культури.

Основними причинами які заважають займатися фізкультурно-оздоровчими заняттями є: навчання – 38,8%; мало вільного часу – 33,3%; лень – 22,2%; погане самопочуття, не люблять бігати, домашня робота і нема причин по 5,5%.

#### Література

1. Артюшенко О.Ф. Формування мотивів фізичного самовдосконалення учнів середнього шкільного віку. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, 2012; (4): С.23-25
2. Боднар І.Р. Ставлення учнів середнього шкільного віку до уроків фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2013. № 1. С.137-140.
3. Верховська М.В. Форми фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Вісник Запорізького національного університету. 2014. Вип. 1. С.12-19.
4. Дудіцька С.П. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять: навч. посібник / укл.: С.П. Дудіцька – Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 218 с.
5. Круцевич Т., Іщенко О., Імас Т. Мотивація учнів 6-9 класів до уроків фізичної культури. Спортивний вісник Придніпров'я. 2014. № 2. С.68-72.
6. Лянной М., Рибалко П., Ганчева В., Красілов А. Методика управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю в сучасних закладах середньої освіти. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2019. № 4. С.280-289.
7. Рибалко П., Гвоздецька С., Прокопова Л. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2016. № 3. С.340-347.
8. Masol V. Metody i kryteria pielęgnowania determinacji uczniów szkół starszych w procesie uprawiania kultury fizycznej. Knowledge education law management nauka oświata prawo zarządzanie. 2023. Vyp. 1(53)23.S. 13-17.

#### References.

1. Artyushenko O.F. Formuvannya motyviv fizychnoho samovdoskonalennya uchniv seredn'oho shkil'noho viku. Fizychno vykhovannya, sport i kul'tura zdorov'ya u suchasnomu suspil'stvi, 2012; (4): S.23-25.
2. Bodnar I.R. Stavlennya uchniv seredn'oho shkil'noho viku do uroktiv fizychnoyi kul'tury. Fizychno vykhovannya, sport i kul'tura zdorov'ya u suchasnomu suspil'stvi. 2013. № 1. S.137-140.
3. Verkhov'ska M.V. Formy fizkul'turno-ozdorovchykh tekhnolohiy u protsesi fizychnoho vykhovannya uchniv zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladiv. Visnyk Zaporiz'koho natsional'noho universytetu. 2014. Vyp. 1. S.12-19.
4. Dudits'ka S.P. Prohramuvannya fizkul'turno-ozdorovchykh zanyat': navch. posibnyk / ukl.: S.P. Dudytko – Chernivtsi: Chernivets' nats. un-t im. yu. Fed'kovycha, 2021. 218 s.
5. Krutsevych T., Ishchenko O., Imas T. Motyvatsiya uchniv 6-9 klasiv do uroktiv fizychnoyi kul'tury. Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya. 2014. № 2. S.68-72.
6. Lyannoy M., Rybalko P., Hancheva V., Krasilov A. Metodyka upravlinnya fizkul'turno-ozdorovchoyu diyal'nisty v suchasnykh zakladakh seredn'oyi osvity. Pedagogichni nauky: teoriya, istoriya, innovatsiyni tekhnolohiyi. 2019. № 4. S.280-289.
7. Rybalko P., Hvozdet'ska S., Prokopova L. Suchasni pidkhody do orhanizatsiyi fizkul'turno-ozdorovchoyi roboty v zakladakh osvity. Pedagogichni nauky: teoriya, istoriya, innovatsiyni tekhnolohiyi. 2016. № 3. S.340-347.
8. Masol V. Metody i kryteria pielęgnowania determinacji uczniów szkół starszych w procesie uprawiania kultury fizycznej. Knowledge education law management nauka oświata prawo zarządzanie. 2023. Vyp. 1(53)23. S. 13-17.