

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Інна Максимець<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Магістрантка факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки

**Вступ.** За результатами наукових досліджень фізичні вправи є найпотужнішими засобами, які здатні забезпечити не лише загальний, а й цілеспрямований розвиток функцій і систем організму людини. Дослідження в галузі фізичної культури свідчать, що у підростаючого покоління на нині рухова діяльність значно знизилася [1; 2; 5]. Так, дослідники установили, що учні загальноосвітніх шкіл на заняттях з фізичної культури мають «руховий голод», що не задовольняє мінімальних потреб організму дітей у необхідному обсязі виконання рухових дій. Здійснюючи процес фізичного виховання потрібно пам'ятати, що головне – сформувати у дітей бажання до систематичних занять фізичними вправами. На важливість формування у школярів ціннісних орієнтацій, мотивів, інтересу, потреби займатися фізичними вправами наголошується в багатьох наукових працях [1; 3; 4]. При цьому формування позитивного ставлення до фізичного виховання стає окремим предметом дослідження.

**Мета роботи:** визначити чинники, які обумовлюють формування позитивного ставлення школярів до фізичного виховання та спорту та розробити методику його формування.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел і наукових даних, педагогічні спостереження, бесіди з учителями, учнями, анкетування учнів, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

**Результати дослідження.** Чинники, які позитивно впливають на формування позитивного ставлення до занять фізичною культурою та спортом: характер занять спортом, який забезпечує високий емоційний рівень; любов до фізичної культури, прищеплена в школі; наявність спортивного інвентарю та умов для занять спортом поблизу місця проживання; оптимальні знання про значення фізичної культури в житті людини; престижність і популярність занять фізичною культурою та спортом у колективі, серед товаришів, у сім'ї; усвідомленість того, що заняття фізичною культурою та спортом є суспільно важливою справою, а не лише особистим захопленням;

З усіх привабливих сторін фізичної підготовленості й фізичного розвитку школярі віддають найбільшу перевагу красивій статури, як одній зі сторін краси людини. На другому місці в них стоїть здоров'я, як один з факторів необхідних, щоб бути повноцінним членом суспільства. З усіх сторін фізичного розвитку й фізичної підготовленості перевага віддається таким, які мають більш високу життєву необхідність, а саме: витривалість, спритність, сила.

В основу розробленої технології покладені положення про структурно-функціональний взаємозв'язок усіх компонентів навчального процесу (принципи, педагогічні умови, форми, методи і прийоми навчання). Розроблена методика формування позитивного ставлення до занять фізичними вправами передбачала:

- створення позитивного емоційного фону на уроках фізичної культури та позакласній роботі з фізичного виховання;
- формування у школярів спеціальних знань та умінь;
- стимулювання діяльності дітей у процесі виконання фізичних вправ;
- залучення школярів до самостійних занять фізичними вправами;
- співпраця вчителя і батьків у процесі фізичного виховання.

Реалізація розробленої технології навчання здійснювалася на основі забезпечення таких педагогічних умов: доброзичлива атмосфера в колективі, демократичний стиль керівництва, активізація діяльності учнів на уроці, належна педагогічна майстерність учителя, оцінка і контроль за рівнем сформованості у дітей стимулів до занять фізичними вправами.

Формування позитивного ставлення до систематичного виконання фізичних вправ у школярів здійснювалося за допомогою педагогічних методів: методи формування свідомого ставлення до фізичного виховання (розповідь, бесіда, пояснення, переконання, диспут, приклад), методи організації діяльності і формування досвіду поведінки (метод вправи, привчання, педагогічна вимога, громадська думка, виховні ситуації, доручення), методи стимулювання поведінки і діяльності (заохочення, гра, змагання, покарання, залучення до творчої діяльності), методи контролю (облік результатів, самоаналіз власної поведінки).

**Висновки.** Теоретичний аналіз дав можливість визначити зовнішні та внутрішні чинники формування позитивного ставлення до фізичної культури та спорту. Внутрішні чинники – інтерес та мотивація до виконання фізичних вправ, потреби, ціннісні орієнтації дітей. Зовнішні чинники визначаються якістю фізичного виховання учнів, стимулюванням навчальної діяльності дітей (вимогливість, заохочення, покарання, примус, ігри, оцінка), рівнем фізичного стану школярів, ставленням сім'ї до фізичного виховання та спорту.

Опосередкований вплив на ставлення до фізичного виховання школярів здійснюють соціально-культурний простір суспільства, стан спортивних досягнень та спортивно-масової роботи в країні і школи; рівень здоров'я населення, зміст навчального матеріалу, навчально-виховна система школи, рівень професійної майстерності вчителя.

Експериментальна методика формування позитивного ставлення до занять фізичними вправами у школярів включає систему принципів, педагогічних умов, форм, методів і прийомів навчання. Вона передбачає створення позитивного емоційного фону на уроках фізичної культури та позакласній роботі з фізичного виховання; формування у школярів спеціальних знань та умінь; стимулювання діяльності дітей у процесі виконання фізичних вправ; залучення школярів до самостійних занять фізичними вправами; співпраця вчителя і батьків у процесі фізичного виховання.

### *Джерела та література*

1. Белікова Н. О., Шнит І. С. Підвищення рівня рухової активності та зміцнення здоров'я старшокласниць у процесі занять аквааеробікою. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк, 2019. Вип. 35. С. 80–85.
2. Bielikova N., Indyka S., Tsos A., Sushchenko L., Halan-Vlashchuk V., Kotorovych O. (2020). Вплив рівня фізичного стану на адаптаційні можливості організму та стресостійкість студентів факультету фізичної культури. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 3(51), 32-40. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2020-03-32-40>
3. Vashchuk L., Dedeliuk N., Zakhozha N., Savchuk S., Ishchuk O., Zakhozhyi V. (2021). Особливості фізичної підготовленості старшокласниць як передумова побудови фітнес-програм силового спрямування. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2(54), 62–68. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-02-62-68>
4. Vashchuk L., Tsos A., Dudych A., Yurchenko I. (2017). Реалізації індивідуальних фітнес-програм у системі самостійних занять старшокласниць фізичними вправами. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 4(36), 29–38. URL: <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/1586>
5. Tsiupak T., Tsiupak Y., Shvai O., Tsyupak Y., HaivolaR. (2021). Вплив фізичної терапії на морфо-функціональний стан та рухову активність хлопчиків 7–8 років з легкою формою розумової відсталості. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 1(53), 72–79. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-72-79>