



Оксана Тесунова¹, Ольга Шинкаренко²

¹Фаховий коледж технологій, бізнесу та права

Волинського національного університету імені Лесі Українки,

²КЗЗСО Луцький ліцей №25 ЛМР

Луцьк, Україна

СТАВЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ РУХОВОЮ АКТИВНІСТЮ

Вступ. Формування у школярів позитивного ставлення до самостійних занять фізичними вправами є предметом особливої уваги як у теорії педагогіки, так і в методиці фізичного виховання. Це пов'язано з тим, що у шкільному віці відбувається перехід від природної потреби у рухах в усвідомлену необхідність занять фізичними вправами. Такий підхід, як відомо, потребує вольових зусиль учнів, що у їхньому віці ще не достатньо сформовані. Тому в практичній роботі необхідно спиратися на інтерес, який є великою рушійною силою, може значно підсилити мотиви і заохотить підлітків до самостійних занять руховою активністю [1, 2, 3].

Мета дослідження: ставлення школярів середнього шкільного віку (5 – 9 класи) до самостійних занять фізичними вправами.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел; анкетування; методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. В анкетуванні взяли участь 104 учня 5 – 9 класів Комунального закладу загальної середньої освіти Луцького ліцею № 25 Луцької міської ради. Серед опитаних учнів 55 – дівчат, 49 – юнаків.

Так, на запитання: «Чи потрібно виконувати ранкову гімнастику?» учні відповіли наступним чином (рис. 1):

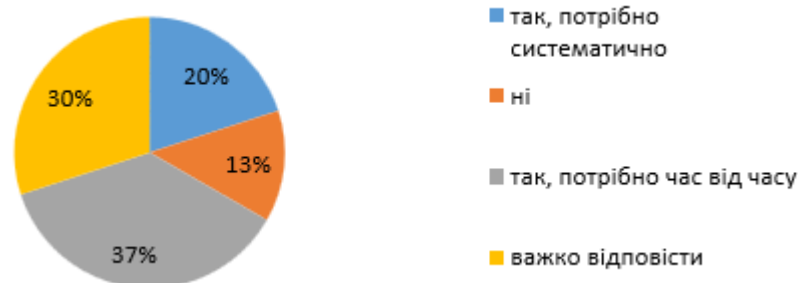


Рис. 1. Відповіді учнів про доцільність виконання ранкової гімнастики

Як бачимо з рис. 1, лише 20,0 % учнів переконані в тому, що ранкову гігієнічну гімнастику необхідно виконувати систематично, 36,7 % опитаних учнів вважають, що її потрібно виконувати час від часу. Необхідно відзначити, що 13,3 % школярів вважають недоцільним виконання ранкової гігієнічної гімнастики.

На запитання: «Чи потрібно виконувати рухливі ігри на перервах?» 63,3 % учнів дали позитивну відповідь, 25,0 % – не визначилися.

Як бачимо, на це запитання школярі дали дещо більшу кількість позитивних оцінок. Необхідно відзначити, що незначна кількість учнів (11,7 %) вважають недоцільним виконання рухливих ігор на перервах.

На запитання: «Чи потрібно проводити самостійні заняття руховою активністю після уроків?» серед опитаних школярів 23,3 % дали позитивну відповідь.

Отже, більше половини підлітків не застосовують у своєму режимі дня самостійних занять фізичними вправами, або ж застосовують їх несвідомо. Необхідно врахувати, що жоден учень не згадав про виконання домашніх завдань із фізичної культури. Це дає підстави стверджувати, що вчителі не задають домашні завдання, не розповідають учням, коли і як потрібно виконувати фізичні вправи вдома, не перевіряють виконання завдань.

На запитання: «Чи потрібно проводити фізкультурні свята, змагання?» 65,0% підлітків дали пози-



тивну відповідь (рис. 2).



Рис. 2. Відповіді учнів про доцільність проведення фізкультурних свят і змагань

Як бачимо із рис. 2, більшість учнів позитивно ставляться до фізкультурних свят і змагань. Це підтверджує думку багатьох фахівців, що змагальна діяльність є привабливою для школярів.

Висновки. Отже, у результаті анкетування ми з'ясували, що: лише 20,0 % учнів виконують ранкову гігієнічну гімнастику кожного ранку, 63,3 % – грають в рухливі ігри на перервах, 23,3 % позитивно ставляться до самостійних занять руховою активністю, а також 65,0 % позитивно відгукуються про доцільність проведення фізкультурних свят і змагань. Прикريم залишається той факт, що школярі не виконують домашніх завдань із фізичної культури.

Список використаної літератури

1. Моїсеєв С.О. Сучасні підходи до проведення уроків фізичної культури в загальноосвітній школі. 2017. №34. 67-68.
2. Степчук Н.В., Хома Т.В. Специфіка оцінювання досягнень учнів на уроках фізичної культури: мат. наук.-практ. конф. 2021. 49-50.
3. Цвік О.С. Фітнес-технології на заняттях фізичної культури: мат. VIII Міжнар. наук.-практ. онлайн-конф. Слов'янськ, 2021. 254-258.