

# ВПЛИВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИХ ОРІЄНТИРІВ ПІДЛІТКІВ

Олена Томащук

*Кандидат педагогічних наук, доцент,  
Волинський національний університет імені Лесі Українки*

**Вступ.** На етапі побудови держави з ринковою економікою, коли кризові явища охопили різні сторони суспільного життя, в тому числі й освіту, правопорушення серед молоді і особливо серед школярів зростає [2]. Проблема виховання мотиваційно-ціннісних орієнтирів завжди хвилювала вчених – педагогів, психологів, широку педагогічну громадськість. У педагогічній літературі є ряд спеціальних експериментальних досліджень, присвячених вихованню свідомої дисципліни підлітків засобами фізкультури і спорту [1, 4]. Однак, сьогодні вимагає чіткої класифікації причин, які породжують недисциплінованість учнів, а також розробку шляхів формування свідомої дисципліни учнів як на уроках фізичної культури, так і в процесі позакласної роботи.

Мета дослідження передбачає визначення мотиваційно-ціннісної сфери підлітків; вивчення стану і причини недисциплінованості підлітків; дослідження методики виховання свідомої дисципліни учнів засобами фізичного виховання; обґрунтування доцільності застосування методики формування свідомої дисципліни підлітків в освітньому процесі фізичного виховання сучасної школи.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; анкетування; педагогічні спостереження; методи математичної статистики. Дослідження проводилося із учнями 4 – 6 класів Луцького ліцею № 25 міста Луцька протягом чотирьох етапів. Всього у дослідженні взяли участь 105 школярів.

**Результати дослідження.** Аналіз літературних джерел показує, що у зв'язку з деформацією у свідомості людей багатьох духовних цінностей постає потреба пошуку і вироблення нової комплексної системи виховання дисциплінованості, основою якої повинні стати досягнення світової науки не лише педагогіки, але й фізіології, психології, теорії фізичного виховання [1, 3, 4]. Співставлення результатів педагогічних досліджень багатьох авторів виявляє відмінності, а часто, навіть, і протиріччя у запропонованих методах диференційованого підходу до формування мотиваційно-ціннісних орієнтирів підлітків упродовж навчально-педагогічного процесу. Актуальність теми визначається необхідністю підбору для школярів з різними морфофункціональними та психологічними особливостями диференційованого застосування фізичних вправ, які забезпечують тренувальний та оздоровчий ефект і підвищення рухової активності в залежності від неповторних індивідуальних особливостей кожного школяра на основі осмисленого цільового компоненту. Рівень інтересу до фізичного виховання і спорту у підлітків є недостатньо високим. З віком у школярів спостерігається тенденція зниження інтересу і появи навіть негативного ставлення до фізичної культури. На ставлення підлітків до фізичного виховання впливають такі основні фактори: нестача вільного часу, відсутність спортивної бази і потрібних секцій, поганий стан здоров'я та втома. Для школярів середнього віку головним джерелом інформації про фізкультуру і спорт є телебачення та інтернет-джерела. Основними мотивами занять фізичною культурою для підлітків є: можливість підвищити свою фізичну підготовленість, поліпшити стан здоров'я, навчитись техніки фізичних вправ та отримати добрі оцінки. Слід додати, що у підлітків спостерігається завищена самооцінка щодо своєї фізичної підготовленості.

Проведене дослідження дозволяє констатувати досить велику кількість різноманітних причин, що спричиняють недисциплінованість школярів. Різнобічний аналіз результатів дозволив згрупувати причини недисциплінованості підлітків на три групи: соціальні, побутові, особистісні.

До соціальних слід віднести причини, породжені об'єктивною дійсністю, яка склалась на тому чи іншому етапі розвитку суспільства. У нашій державі – на етапі переходу від

тоталітарної системи до ринкових відносин. Найважливішою домінуючою причиною підліткової інертності на сьогодні є виснажлива визвольна війна. На цьому етапі відбувся пошук нових духовних цінностей – ламання старих, створення нових ідеалів, перерозподіл особистісних моральних та матеріальних цінностей, так і держави в цілому.

До побутових причин відносяться матеріальні нестатки у сім'ї через низьку заробітну плату або взагалі безробіття, тривога за безпеку членів родини, за життя знайомих, друзів, родичів, чи рідних. Це зумовило те, що частина дітей позбавлені повноцінного сімейного спілкування та виховання. З іншого боку, у багатьох сім'ях панує всюдозволеність, що позначається на взаєминах з однолітками у школі та поза навчанням. Порушується психологічна рівновага дитини, яка різними шляхами веде до негативних наслідків і зокрема до порушення дисципліни.

До особистісних причин належать ті, які, поряд із соціальними і побутовими, пов'язані із психікою підлітка, її спадковими даними, здатністю до адаптації, фізіологічними особливостями.

**Висновки.** Формування мотиваційно-ціннісної сфери підлітків передбачає доцільність застосування методики виховання свідомої дисципліни підлітків в освітньому процесі фізичного виховання. Завдання фізичного виховання полягає у вирішенні проблеми подолання недисциплінованості та некерованості підлітків, виховання у них потреби до систематичних занять фізкультурою і спортом. У процесі систематичних, організованих і педагогічно спрямованих вправ в учнів формуються позитивні, морально-вольові якості, як от: патріотизм, колективізм, організованість, сміливість, воля до перемоги, долання труднощів на шляху до мети, стійкість та наполегливість.

Серед дієвих засобів формування мотиваційно-ціннісних орієнтирів та виховання свідомої дисципліни підлітків на уроках слід виділити такі: індивідуальні доручення з улюбленого виду спорту, режим дня з використанням спорту, імітацію як засіб переконання, дотримання норм навантаження фізичними вправами, дотримання спортивної етики, порядності.

Відтак, формуючи мотиваційно-ціннісні орієнтири у процесі фізичного виховання та розглядаючи потребу в заняттях фізичними вправами, потрібно також урахувувати, що ця потреба є соціальною. Адаже за допомогою оптимально дозованих фізичних навантажень, різноманітних за змістом фізичних вправ у будь-якому віці можна успішно впливати на біологічну природу людини – зміцнювати її здоров'я, допомагати розвитку фізичної досконалості та формувати цілісну особистість та громадянина незалежної України.

### *Дерела та література*

1. Деделюк Н.А., Томащук О. Г. Оцінка емоційно-вольової сфери школярів за методикою Басса-Дарки Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт»: зб. наук. пр. К. : Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2016. Випуск 3 К 2 (71) 16. С. 101-104.
2. Закон України «Про освіту» № 2145-VIII від 05.09.2019 [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
3. Інноваційні методики навчання фізичної культури школярів [Текст]: навч.-метод. посібник / Н. Белікова, Л. Ващук, Т. Гнітецька та ін. / за заг. ред. проф. Н. Белікової, доц. В. Яловики. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 340 с.
4. Томащук О.Г., Деделюк Н.А., Ковальчук Н.М., Дем'янчук О.Г., Войтович І.М. Інноваційні підходи до організації фізичного виховання школярів. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2024. Березень 04; 42: 31-35.