**ПОЛТАВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ЕКОНОМІКИ І ПРАВА**

**ВІДКРИТОГО МІЖНАРОДНОГО УНІВЕРСИТЕТУ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»**

Кафедра фізичної реабілітації і фізичного виховання

ДОПУСКАЄТЬСЯ ДО ЗАХИСТУ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ завідувач кафедри

 \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

**«ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВІДХИЛЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ’Я»**

Освітній рівень: бакалавр

**Виконав:**

здобувач вищої освіти

спеціальності 016 «Спеціальна освіта»

Мальченко Роман Володимирович

**Керівник:**

Гета Алла Володимирівна, к.фіз.вих., доцент

Полтава – 2020

Полтавський інститут економіки і права

Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна»

# Кафедра фізичної реабілітації і фізичного виховання

Освітній рівень бакалавр

Галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка»

# Спеціальність 016 «Спеціальна освіта»

# «ЗАТВЕРДЖУЮ»

 Завідувач кафедри \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_ вересня 20\_\_\_ року

## ЗАВДАННЯ

### НА ДИПЛОМНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

**Мальченку Роману Володимировичу**

1. Тема роботи «Формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я».

Керівник роботи: к.фіз.вих., доцент Гета А. В.

затверджені наказом вищого навчального закладу від \_\_\_\_ 20\_\_ року № \_\_\_\_

2. Строк подання здобувачем вищої освіти роботи « \_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 р.

3. Вихідні дані до роботи: аналіз літературних джерел у розрізі досліджуваної теми, вихідні дані констатувального експерименту.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, що потрібно розробити):

* + - 1. Вивчити стан досліджуваної проблеми в педагогічній теорії та практиці.
			2. Визначити рівні та критерії сформованості позитивної мотивації до виконання фізичних вправ учнями молодших класів з відхиленнями у стані здоров’я.
			3. Визначити педагогічні умови, які сприяють формуванню у школярів позитивної мотивації до занять фізичними вправами.
			4. Розробити методику формування мотивації до занять фізичними вправами дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я та дослідити її ефективність.

5. Перелік графічного матеріалу: 12 таблиць, 2 рисунки.

6. Консультанти розділів роботи

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Розділи | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис, дата |
| завданнявидав | завданняприйняв |
| 1–4 | к.фіз.вих., доцентГета А. В. | \_\_ вересня 2019 р. | \_\_ червня 2020 р. |

7. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ року.

#### КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №з/п | Назва етапів дипломної роботи | Строк виконання етапів | Примітка |
| 1. | Затвердження теми  | вересень 2019 | виконано |
| 2. | Складання плану дослідження, змісту роботи | вересень 2019 | виконано |
| 3. | Обґрунтування актуальності теми, опис категоріального апарату дослідження та методів дослідження (вступ) | жовтень 2019 | виконано |
| 4. | Написання 1 розділу, висновків до першого розділу | жовтень 2019–листопад 2019 | виконано |
| 5. | Написання 2 розділу | листопад 2019 | виконано |
| 6.  | Проведення формувального експерименту, написання 3 розділу | грудень 2019–березень 2020 | виконано |
| 7.  | Висновки до 3 розділу | березень 2020 | виконано |
| 8. | Обговорення результатів дослідження (розділ 4), написання висновків | квітень 2020 | виконано |
| 9. | Нормоконтроль | травень 2020 | виконано |
| 10. | Передзахист, підготовка електронної презентації | травень 2020 | виконано |
| 11.  | Захист дипломної роботи | червень 2020 |  |

Здобувач вищої освіти \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Мальченко Р. В.

Керівник роботи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Гета А. В.

**ЗМІСТ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ……………………………………..** | 6 |
| **ВСТУП…………………………………………………………………………** | 7 |
| **РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ В УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ З ВІДХИЛЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ’Я………………………………………………………..** | 11 |
| * 1. Характеристика молодших школярів, які мають відхилення в стані здоров’я……………………………….
 | 11 |
| * 1. Класифікація мотивів дітей молодшого шкільного віку при заняттях фізичними вправами………………………..
 | 21 |
| * 1. Теоретичні передумови формування мотивації до занять фізичними вправами в учнів молодших класів з відхиленнями у стані здоров’я……………………………
 | 26 |
| Висновки до першого розділу…………………………………… | 32 |
| **РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ…………….** | 34 |
| 2.1. Методи дослідження………………………………………… | 34 |
| 2.1.1.Теоретичні методи……………………………………... | 34 |
| 2.1.2. Педагогічне спостереження…………………………… | 34 |
| 2.1.3. Антропометричні методи…………………………….. | 35 |
| 2.1.4. Педагогічне тестування……………………………….. | 35 |
| 2.1.5. Педагогічний експеримент……………………………. | 35 |
| 2.1.6. Методи математичної статистики…………………….. | 36 |
| 2.2. Організація дослідження…………………………………….. | 36 |
| **РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВІДХИЛЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ’Я…………………….** | 39 |
| 3.1. Обґрунтування експериментальної методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я………………………………………………………. | 39 |
| 3.2. Дослідження ефективності методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я………………………………………………………. | 46 |
| Висновки до третього розділу…………………………………… | 60 |
| **РОЗДІЛ 4. УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ………** | 62 |
| **ВИСНОВКИ……………………………………………………………………** | 66 |
| **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……………………………………** | 68 |

**ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ**

В.п. – вихідне положення;

ВООЗ – Всесвітня організація охорони здоров’я;

ЕГ – експериментальна група;

ЗРВ – загальнорозвивальні вправи;

КГ – контрольна група;

м – метри;

ОГК – окружність грудної клітки;

с – секунди;

см – сантиметри;

ум. од. – умовні одиниці;

хв – хвилини;

хв/тиж – хвилин на тиждень.

**ВСТУП**

**Актуальність дослідження.** На сучасному етапі розвитку національної школи в Україні важливим стратегічним завданням реформування змісту освіти є необхідність сприяння фізичному, психічному здоров’ю молоді, врахування потреб індивідуальної корекційно-компенсаційної спрямованості навчання і виховання дітей, утвердження пріоритетів здорового способу життя дитини (Тимошенко О. В., 2011). У контексті формування всебічно гармонійно розвиненої особистості важливе місце відводиться зміцненню здоров’я учнів, яке, як відомо, закладається з дитинства в школі, через яке, за умови обов’язковості загальної освіти, проходять всі діти, тому їхнє здоров’я значною мірою залежить від ефективності оздоровчої роботи в школі.

Як зазначають фахівці (Поташнюк І. В., 2012; Яців Я. М., Полатайко Ю. О., Лапковський Е. Й., Дума З. В., Маланюк Л. Б., Пятничук Г. О., Синиця А. В., Хохлова Л. А., 2018), останнім часом рухова активність дітей поступово знижується, а в зв’язку з інтенсифікацією процесу навчання підвищується рівень розумового навантаження на психофізичний стан учнів. Дослідження в галузі медицини й шкільної гігієни (Лінкевич К., Мамєєва-Протопопова Т., Ковров Я., 2015) свідчать про зростання кількості захворювань серцево-судинної та нервової систем, порушення обмінних процесів тощо. За час навчання в школі кількість здорових дітей зменшується у 3–4 рази. На час випуску зі школи значна частина учнів набувають хронічних хвороб, при цьому шкоди завдає не сама розумова праця, а її супутник – позбавлений рухів або значно обмежений спосіб життя дітей (Коротаєв Н. А., 2019).

Як свідчать роботи Дьоміної Ж. Г., Бублей Т. А. (2017), Іванової Л. І. (2012), Лук’янової О. М. (2015) у типових школах навчаються 30–50 % учнів з відхиленнями у фізичному і функціональному розвитку, порушеннями функцій опорно-рухового апарату, затримкою психічного розвитку, порушеннями зору тощо. Діти з відхиленнями у фізичному і психічному розвитку мають особливу потребу в заняттях фізичними вправами, спрямованими на зміцнення їхнього здоров’я. Для підтримки високої працездатності дитячого організму необхідна м’язова робота, діти повинні одержувати певну норму фізичного навантаження кожного дня (Присяжнюк С. І., 2014).

Станом на сьогоднішній день уроки фізичної культури у загальноосвітніх школах компенсують приблизно 10 % необхідного добового обсягу рухів. Середньодобовий обсяг рухової активності більшості учнів на 35–45 % нижчий від гігієнічних норм, що недостатньо для забезпечення нормального розвитку й оптимальної рухової підготовленості учнів (Коробейнікова Л. Г., 2012). З метою виправлення цього негативного явища необхідний новий методичний підхід до фізичного виховання в школі, спрямований не тільки на розвиток рухових здібностей, вмінь і навичок, але і формування у школярів молодших класів мотивації до фізкультурної діяльності, виховування у них потреби до фізичного самовдосконалення (Лещенко Г. А., 2018).

Вдосконалення методики фізичного виховання учнів молодших класів стало предметом вивчення багатьох дослідників (Боднар І. Р., 2014; Бублей Т. А., 2017; Круцевич Т. Ю., 2020), які розробили методичні рекомендації щодо оптимізації процесу фізичного виховання школярів. У дослідженнях Костюк Ю. С. (2015), Мисів В. (2012), Черпак Ю. В. (2012) розглянуті питання підвищення ефективності уроків фізичної культури. Аналіз стану фізичного виховання в загальноосвітніх школах також свідчить про серйозні недоліки в роботі з формування мотивації учнів до фізкультурної діяльності. Окремі вчителі роблять спроби формування в учнів мотивації до занять фізичними вправами, але через слабку теоретичну розробленість проблеми практичні результати цієї роботи, як правило, незначні.

Актуальність цієї проблеми, її недостатня теоретична розробленість, вимоги шкільної практики зумовили вибір теми дослідження: «Формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я».

**Мета дослідження:** теоретичне обґрунтування й експериментальна перевірка педагогічних умов формування у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я мотивації до занять фізичними вправами.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити стан досліджуваної проблеми в педагогічній теорії та практиці.
2. Визначити рівні та критерії сформованості позитивної мотивації до виконання фізичних вправ учнями молодших класів з відхиленнями у стані здоров’я.
3. Визначити педагогічні умови, які сприяють формуванню у школярів позитивної мотивації до занять фізичними вправами.
4. Розробити методику формування мотивації до занять фізичними вправами дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я та дослідити її ефективність.

**Об’єкт дослідження:** процес формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодших класів з відхиленнями у стані здоров’я.

**Предмет дослідження:** зміст методики занять формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань використовувались такі методи дослідження: теоретичні методи; педагогічні спостереження; антропометричні методи; педагогічні тестування; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

**Експериментальна база дослідження:** Полтавська загальноосвітня школа № 22.

**Практична значущість роботи** полягає у можливості використання розробленої експериментальної методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я для підвищення рівня розвитку їхньої мотиваційної сфери, що сприяє фізичному і психічному розвитку учнів, зміцненню їхнього здоров’я.

**Апробація результатів дослідження.** Матеріали роботи та результати дослідження представлені на ХІХ міжнародній науково-практичній конференції «Інклюзивне освітнє середовище: проблеми, перспективи та кращі практики» (м. Київ, листопад 2019), ІV Регіональній науково-практичній конференції «Сучасні реабілітаційно-спортивні технології: теорія і практика» (м. Полтава, березень 2020 р.) та Міжнародній науково-практичній конференції «Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-економічного розвитку України: виклик глобального світу» (м. Полтава, березень 2020 р.).

**РОЗДІЛ 1**

**ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ В УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ З ВІДХИЛЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ’Я**

* 1. **Характеристика молодших школярів, які мають відхилення в стані здоров’я**

Молодшими школярами вважають дітей віком від 6–7 до 10–11 років, які навчаються у 1–4 класах сучасної школи. Цей віковий період завершує етап дитинства. Опановуючи новий для себе вид діяльності – навчання, молодші школярі ще багато часу й енергії віддають грі. У цих видах діяльності розгортаються їхні стосунки з ровесниками і дорослими, особистісне психічне життя і психічний розвиток, формуються психічні новоутворення, завдяки чому діти виходять на новий рівень пізнання світу і самопізнання, відкривають нові власні можливості і перспективи [19].

Головною особистісною характеристикою молодшого школяра є прийняття й усвідомлення своєї внутрішньої позиції, що дає підстави вважати цей вік зрілим дитинством [44].

Психічний і особистісний розвиток дитини у молодшому шкільному віці зумовлюється особливістю соціальної ситуації розвитку – навчанням у початковій школі. На цьому віковому етапі провідною діяльністю стає навчання, основою якого є пізнавальний інтерес і нова соціальна позиція [45].

Початок шкільного навчання знаменує собою зміну способу життя дитини. Це принципово нова соціальна ситуація розвитку особистості. Перехід до шкільного життя пов’язаний зі зміною провідної діяльності з ігрової на навчальну. Дитина починає усвідомлювати, що вона виконує суспільно важливу діяльність – вчиться – і значущість цієї діяльності оцінюють люди, які оточують її [23]. Навчальна діяльність має яскраво виражену суспільну значущість і ставить дитину в нову позицію стосовно дорослих і однолітків, змінює її самооцінку, перебудовує взаємини в сім’ї [44].

У молодшому шкільному віці відбувається зміна провідної психічної саморегуляції від мимовільної до свідомо-вольової. Шкільне життя вимагає систематичного та обов’язкового виконання дитиною багатьох правил. Вона повинна вчасно приходити в школу, дотримуватися правил шкільного життя, виконувати завдання на уроці та вдома, долати труднощі в навчальній роботі тощо. Дотримання цих правил вимагає вміння регулювати свою поведінку, підпорядковувати довільну діяльність свідомо поставленим цілям [45].

Зміна соціальної ролі дитини, поява нових обов’язків позначається на стосунках з оточуючими. Стосунки молодших школярів з однолітками регламентовані переважно нормами «дорослої» моралі, тобто успішністю у навчанні, виконанням вимог дорослих. Характерною ознакою взаємин молодших школярів є те, що їхня дружба заснована, як правило, на спільності зовнішніх життєвих обставин і випадкових інтересів [57].

Становлення і розвиток особистості у молодшому шкільному віці охоплює такі фази, як адаптація (пристосування до нових соціальних умов), індивідуалізація (вияв своїх індивідуальних можливостей і особливостей) та інтеграція (включення у групу ровесників). Школяр потрапляє в зовсім нову для нього групу ровесників-однокласників, яка через відсутність спільно розподіленої навчальної діяльності є дифузною. Фактором розвитку особистості молодшого школяра є не стільки навчальна діяльність, скільки ставлення дорослих до успішності, дисциплінованості, старанності дитини [8]. Отже, вступ дитини до школи, перехід від сімейного виховання до системи шкільного навчання і виховання є важливим і складним процесом, який супроводжується суттєвими змінами в її житті та психофізичному розвитку.

Фізичний розвиток молодшого школяра зумовлений дозріванням організму, що відкриває нові можливості для його діяльності, розгортання та поглиблення зв’язків із соціальним оточенням. Водночас дозрівання стимулюється і впливами зовнішнього середовища, про що свідчить загальне прискорення (акселерація) фізичного розвитку дітей [19]. Але діти цього віку мають, на жаль, відхилення у стані здоров’я.

Погіршення здоров’я дітей сьогодні досягло критичної позначки. Це стало наслідком не тільки впливу негативних факторів соціально-економічного розвитку країни, а й чинників психологічних, емоційних, сімейних, педагогічних і медичних. В умовах реалізації модернізації освіти не можна не звертати увагу на проблеми здоров’я, так як взаємозв’язок здоров’я дитини з успішністю, її навчання і виховання доведена численними дослідженнями педагогів, медиків, психологів [9, 44, 70]. Автори виділяють наступні захворювання, що найчастіше зустрічаються серед молодших школярів:

Анемії. Група різноманітних патологічних станів, в основі яких лежить зменшення вмісту гемоглобіну і (або) еритроцитів у крові. Анемії можуть бути придбаними і вродженими. Залежно від причин, що викликали захворювання, діляться на: постгеморагічні, викликані крововтратами; гемолітичні (через підвищене руйнування еритроцитів); анемії внаслідок порушення утворення еритроцитів. Існують і інші класифікації – за розмірами еритроцитів (при зменшенні розміру – мікроцитарні, при збереженні нормального розміру – нормоцитарні, при збільшенні розміру – макроцитарні), за ступенем насиченості еритроцитів гемоглобіном (знижена насиченість – гіпохромні, нормальна – нормохромні, підвищена – гіперхромні). За перебігом анемії можуть бути гострими (розвиваються швидко, протікають із вираженими клінічними ознаками) і хронічними (розвиваються поступово, ознаки спочатку можуть бути виражені мінімально). Ці часті захворювання крові обумовлені анатомо-фізіологічними особливостями дитячого організму (незрілість органів кровотворення, висока їх чутливість до впливів несприятливих факторів навколишнього середовища) [59].

Анорексія. Відсутність апетиту при наявності фізіологічної потреби в харчуванні, зумовлена порушеннями діяльності харчового центру. Зустрічається при надмірному емоційному збудженні, психічних захворюваннях, розладах ендокринної системи, інтоксикаціях (отруєннях, викликаних дією на організм токсичних речовин, що потрапили в нього ззовні або що утворилися в самому організмі), порушеннях обміну речовин, захворювання органів травлення (гострий гастрит, гастродуоденіт і ін.), нерегулярному одноманітному харчуванні, поганих смакових якостях їжі, несприятливій обстановці для її прийому, вживанні лікарських препаратів неприємного смаку, що пригнічують функцію шлунково-кишкового тракту або діючих на центральну нервову систему, а також як результат невротичної реакції на різні негативні впливи. При тривалій анорексії знижується опірність організму і підвищується сприйнятливість його до різних захворювань [61].

Бронхіальна астма. Хронічне захворювання, основним проявом якого є напади задухи, обумовлені порушенням прохідності бронхів через їх спазм, набряку слизової оболонки і підвищеного утворення слизу [51].

Приступу задухи, зазвичай, передують симптоми-провісники: діти стають млявими, або, навпаки, збудженими, дратівливими, примхливими, відмовляються від їжі, шкіра блідне, очі набувають блиск, зіниці розширюються, з’являється чхання, виділення з носа водянистого характеру, покашлювання, хрипи (сухі), але дихання при цьому залишається вільним. Буває, що симптоми згладжуються, але частіше переростають у пароксизм задухи. Діти стають неспокійними, дихання частішає, утруднене. Виражене втягнення при вдиху поступливих місць грудної клітки (між ребрами). Може підвищуватися температура тіла. Вислуховуються множинні хрипи. Бронхіальна астма може ускладнитися ателектазом легені, розвитком у ній і бронхах інфекційного процесу [51].

Бронхіти. Запалення бронхів із переважним ураженням їх слизової. Розрізняють гострий і хронічний бронхіти. У дітей, як правило, розвивається гострий бронхіт, найчастіше це один із проявів респіраторних інфекцій (ГРЗ, грип, аденовірусна інфекція та ін.), Іноді – перед початком кору і коклюшу [51].

Гострий бронхіт виникає, насамперед, у дітей з аденоїдами і хронічним тонзилітом – запаленням мигдалин; зустрічається частіше навесні і восени. З’являється нежить, потім кашель. Температура тіла незначно підвищена або нормальна. Хронічний бронхіт у дітей зустрічається рідше, виникає на тлі захворювань носоглотки, серцево-судинної системи (застійні явища в легенях), муковісцидоз (спадкове захворювання, при якому підвищується секреція залоз, зокрема, бронхіальних). Сприяють виникненню захворювання також ексудативно-катаральний діатез, вроджені імунодефіцитні стани, порушення функції бронхів, деякі пороки розвитку легень. Хронічний бронхіт може протікати без порушення прохідності бронхів. У такому випадку відзначається кашель, сухі і вологі хрипи. При хронічному бронхіті з порушенням прохідності бронхів з’являється виражена задишка, чутна на відстані. Загострення триває тижнями, іноді розвивається пневмонія, в деяких випадках – бронхіальна астма [51].

Болі в животі. Вони є сигналом захворювання органів черевної порожнини, а також сусідніх з нею і більш віддалених органів.

Причини болю в животі: розтягнення стінки кишечника, розширення його просвіту (наприклад, скупчення газів або калових мас), посилення діяльності кишечника (спазм, кишкова колька); запальні або хімічні пошкодження очеревини; гіпоксія, тобто недолік кисню, наприклад, при защемленій грижі (вихід органів черевної порожнини і стиснення їх, що зумовлює недостатнє кровопостачання) або при інвагінації (стан, при якому одна частина кишки ввертається в просвіт іншої); розтягнення капсули органу (наприклад, печінки, селезінки, підшлункової залози); деякі інфекційні хвороби (дизентерія, гострий гепатит, кір, коклюш); важкий запор, кишкова форма муковісцидозу; панкреатит, холецистит (відповідно, запалення підшлункової залози і жовчного міхура); пухлини, камені в нирках, виразка шлунка; чужорідні тіла; гастрит, апендицит, у дівчат – запалення придатків (аднексит); ангіна, цукровий діабет, запалення окістя (остеомієліт) або однієї з кісток; пневмонія у нижніх відділах легенів, що межують з діафрагмою (м’яз, що розділяє грудну і черевну порожнини); запалення лімфатичних вузлів, що знаходяться в черевній порожнині; епілепсія і багато інших захворювань [6].

Геморагічні діатези. Група захворювань, що характеризуються підвищеною кровоточивістю, що виникає самостійно, або спровокована травмою або операцією. Розрізняють спадкові та набуті геморагічні діатези. Перші проявляються у дітей, другі виникають в будь-якому віці і частіше є ускладненням інших захворювань, наприклад, хвороб печінки, крові. Існує кілька видів геморагічного діатезу. При деяких з них відзначається крововилив в суглоби, при інших – синці на шкірі, кровотечі з носа, ясен [14].

Гідроцефалія. Надмірне накопичення рідини, що міститься в порожнинах головного мозку і спинномозковому каналі. Гідроцефалія буває вродженою і набутою. Виникає при порушенні всмоктування, надлишкового утворення рідини в порожнинах головного мозку й ускладненні її відтоку, наприклад, при пухлинах, спайках після запального процесу. Стан проявляється ознаками підвищення внутрішньочерепного тиску: головним болем (у першу чергу), нудотою, блювотою, порушенням різних функцій: слуху, зору (останні ознаки можуть бути відсутніми). Залежно від причини, що викликала захворювання, виникають і інші симптоми [19].

Гіпотрофія. Хронічний розлад харчування, обумовлений недостатнім надходженням в організм поживних речовин або порушенням їх засвоєння і характеризується зниженням маси тіла [25].

Кровотеча носова. Може виникнути при ударі носа або пошкодженні його слизової оболонки, внаслідок загальних захворювань організму, головним чином, інфекційних, при підвищенні кров’яного тиску, хворобах серця, нирок, печінки, а також при деяких хворобах крові. Іноді до кровотеч з носа призводять коливання атмосферного тиску, температури і вологості повітря, спекотна погода (висихання слизової оболонки носа і прилив крові до голови при тривалому перебуванні на сонці) [31].

Ларингоспазм. Раптом виникає нападоподібний судомний спазм мускулатури гортані, що викликає звуження або повне закриття голосової щілини. Спостерігається переважно у дітей при зміні реактивності організму, порушенні обміну речовин, нестачі в організмі солей кальцію і вітаміну Д, на тлі бронхопневмонії, рахіту, хореї, спазмофілії, гідроцефалії, психічної травми, післяпологових травм і ін. Може виникнути рефлекторно при патологічних змінах в гортані, глотці, трахеї, легенів, плеври, жовчному міхурі тощо. До ларингоспазму можуть призвести вдихання повітря, що містить дратівливі речовини, змазування слизової оболонки гортані деякими лікарськими препаратами, хвилювання, кашель, плач, сміх, переляк та ін. [19].

Пієліт. Пієлонефрит. Запальне захворювання нирок і ниркових лоханок. Зазвичай обидва цих захворювання бувають одночасно (нефрит – запалення ниркової тканини, пієліт – запалення лоханки).

Пієлонефрит може виникнути самостійно або на тлі різних інфекційних захворювань, порушення відтоку сечі через утворення каменів у нирках або сечовому міхурі, пневмонії. Пієлонефрит розвивається при впровадженні в ниркову тканину хвороботворних мікробів шляхом «сходження» їх з сечовипускального каналу і сечового міхура або при перенесенні мікробів по кровоносних судинах з наявних в організмі вогнищ запалення, наприклад, із носоглотки (при ангіні, тонзиліті), порожнини рота (при карієсі зубів) [47].

Плоскостопість. Деформація стопи з уплощенням її склепінь. Розрізняють поперечну і поздовжню плоскостопість, можливе поєднання обох форм.

При поперечній плоскостопості ущільнюється поперечний звід стопи, її передній відділ впирається на головки всіх п’яти плеснових кісток, а не на першу і п’яту, як це буває в нормі. При поздовжній плоскостопості сплощений поздовжній звід і стопа стикається з підлогою майже всією площею підошви.

Плоскостопість може бути вродженою (зустрічається вкрай рідко) і набутою. Найбільш часті причини останньої – надмірна вага, слабкість м’язово-зв’язкового апарату стопи, носіння неправильно підібраного взуття, клишоногість, травми стопи, гомілковостопного суглоба, щиколотки, а також паралічі нижньої кінцівки (частіше поліомієліту) [61].

Захворювання серцево-судинної системи. Порушення діяльності серцево-судинної системи дитини може виникнути від різних причин. Це можуть бути функціональні порушення: розлад серцевого ритму, підвищення або зниження кров’яного тиску. Причиною їх виникнення можуть бути вікові зміни функціонування залоз внутрішньої секреції, нестійкість нервової системи, особливо її вегетативного відділу, відступу від правильного режиму дня, недостатнє перебування на свіжому повітрі, малорухливий спосіб життя [50].

Артеріальна гіпотонія. Зустрічається у фізично ослаблених дітей (на тлі гіпокінезії і нервового перевантаження). Артеріальна гіпертонія. У молодших школярів артеріальний тиск спостерігається як первинне захворювання – це перша стадія гіпертонічної хвороби, або як вторинна (симптоматична) гіпертонія ниркового походження (при аномалії розвитку нирок і ін.). Наявність первинної артеріальної гіпертонії у молодших школярів підтверджується при встановленні схильності до цього захворювання, яке передається у спадок. У цій стадії гіпертонії загальний стан учня може не страждати, скарг він не пред’являє [59].

Короткозорість (міопія). Згідно з даними фахівців, міопія – це генетично спадково обумовлене порушення зору, що в більшості випадків чітко проявляється в шкільні роки, проте систематичні заняття фізичною культурою і спеціальними вправами стабілізують і попереджають розвиток короткозорості [71].

Ожиріння. Надмірне відкладення жирової тканини у дітей молодшого шкільного віку – явище поширене. Цьому захворюванню сприяє спадковий фактор, сімейний уклад: звичка до надмірного калорійного харчування, малорухливого способу життя. Вторинне ожиріння зумовлене ендокринними порушеннями (зокрема, недостатністю функції щитовидної залози), травматичними ушкодженнями головного мозку, родовою травмою. У дітей нерідко розвивається вторинна церебральна форма ожиріння [9].

Пневмонії. Інфекційний процес в легенях, що виникає або як самостійна хвороба, або як ускладнення інших захворювань. Збудниками її є різні бактерії і віруси. Розвитку сприяють несприятливі умови – сильне переохолодження, значні фізичні і нервово-психічні перевантаження, інтоксикації та інші чинники, що знижують опірність організму, які можуть призвести до активізації наявної в верхніх дихальних шляхах мікробної флори [51].

Рахіт. Захворювання, викликане нестачею вітаміну Д і виникаючим внаслідок цього порушенням фосфорно-кальцієвого обміну. Частіше буває у дітей ослаблених. Захворювання розвивається при недостатньому догляді за дитиною, обмеженому перебуванні її на свіжому повітрі, неправильному вигодовуванні, що обумовлює дефіцит надходження вітаміну Д в організм або порушення його утворення в шкірі через нестачу ультрафіолетових променів. Виникненню рахіту сприяють часті захворювання дитини, неповноцінне харчування. Рахіт – причина аномалій у роботі різних органів і систем. Найбільш виражені зміни відзначаються в обміні мінеральних солей – фосфору і кальцію. Порушується всмоктування кальцію в кишечнику і відкладення його в костях, що призводить до витончення і розм’якшення кісткових тканин, спотворення функції нервової системи, внутрішніх органів [19].

Порушення постави. Порушення постави – це функціональні зміни, що характеризуються відхиленням постави від норми. Розрізняють дефекти постави в сагітальній (сутулість, кругловвігнута спина, плоска спина, плосковвігнута спина) та фронтальній площині (сколіотична постава). Здебільшого дефекти постави трапляються в дітей у зв’язку з порушенням умов її формування як анатомічних, так і фізіологічних.

Сколіотична хвороба – прогресуюче захворювання хребта, що характеризується боковим викривленням – сколіозом – і скручуванням хребців навколо вертикальної осі – торсією. Залежно від важності деформації, розрізняють чотири ступені сколіотичної хвороби [52].

Таким чином, молодший шкільний вік – вік інтенсивного психічного, інтелектуального та фізичного розвитку дитини. Основними психологічними новоутвореннями молодшого шкільного віку є: довільність і усвідомленість всіх психічних процесів і їх інтелектуалізація, їх внутрішнє опосередкування, що відбувається завдяки освоєнню системи понять; усвідомлення своїх власних змін внаслідок розвитку навчальної діяльності. Всі ці досягнення свідчать про перехід дитини до наступного вікового періоду, який завершує дитинство.

Фізичний розвиток молодшого школяра зумовлений дозріванням організму, що відкриває нові можливості для його діяльності, розгортання та поглиблення зв’язків із соціальним оточенням. Водночас дозрівання стимулюється і впливами зовнішнього середовища, про що свідчить загальне прискорення (акселерацію) фізичного розвитку дітей, але діти цього віку мають, на жаль, мають відхилення у стані здоров’я.

У молодшому шкільному віці виділяють такі розповсюджені захворювання, що найчастіше зустрічаються серед школярів: анемія, анорексія, бронхіальна астма, бронхіти, болі в животі, геморагічні діатези, гідроцефалія, гіпотрофія, носова кровотеча, ларингоспазм, пієліт, пієлонефрит, плоскостопість, захворювання серцево-судинної системи, артеріальна гіпотонія, артеріальна гіпертонія, міопія, ожиріння, пневмонія, рахіт, порушення постави тощо.

* 1. **Класифікація мотивів дітей молодшого шкільного віку при заняттях фізичними вправами**

Мотиви навчання школярів, в основному, виникають і розвиваються в процесі навчання [7]. Важливою умовою формування і посилення мотивів навчання є розвиток їх потреб. Педагогічна діяльність вчителя повинна бути постійно спрямована на управління процесом мотивації навчальної діяльності школярів. Для здійснення цієї мети вчитель повинен постійно застосовувати різні форми організації навчального процесу, що сприяють прояву та розвитку потреб учнів, що служать джерелом їхньої мотивації [7].

Дослідниками [13, 21] виділяється важлива роль мотиву, пов’язаного з потребою школярів вчитися в дружному колективі. Інтереси колективу сприймаються і переживаються дітьми як найбільш цінні і значущі, що переважають над вузькоособистими інтересами [13]. Дослідники, що розглядають основні засади впливу колективу на активність особистості учнів, звертають особливу увагу на їхню мотиваційну сферу, що сформувалася в колективі [13, 21].

Відзначається надзвичайна важливість врахування соціогенних потреб учнів з боку педагога, і відсутність такого обліку призводить до негативних наслідків [32]. Несприятлива атмосфера в учнівському колективі викликає негативні емоційні переживання, що негайно позначається на мотивації до навчання. Стан тривожності веде до ослаблення самоконтролю, дезорганізації поведінки в процесі навчання. Створення дружного класного колективу і формування сприятливого клімату відповідає одній з найважливіших потреб учнів – потреби вчитися в дружному колективі [32].

У школярів існує потреба спільно виконувати домашні завдання, що приносить їм велике задоволення. В процесі спільної роботи важливу роль відіграють мотиви взаємодопомоги, змагання, наслідування. Це пояснюється тим, що навчання, як процес придбання знань, пов’язане зі станом учнів, що обумовлене характером їхніх психічних процесів і емоційними переживаннями [40]. Задоволення мотивів, пов’язаних з потребами в спільній діяльності, формує важливі якості особистості учнів. Відомо, що прийоми, які застосовуються при індивідуальній формі навчання, не завжди дають належний ефект, а використання групових форм навчання втягує в роботу (навчання) практично всіх учнів. Таким чином, створення дружного класного колективу і спільна робота позитивно впливають на мотивацію школярів до процесу навчання.

Дитина, як суспільна істота, пов’язана з іншими дітьми, і цей зв’язок реалізується в такій системі діяльності, як спілкування. Дослідження, присвячені проблемам спілкування, показують, що у школярів існує сильна потреба розвивати свої здібності, щоб при спілкуванні не виглядати ординарними. Відомо, що потреба дитини в пізнанні займає важливе місце в системі інших її потреб і тому ефективність діяльності знаходиться в прямій залежності від неї. В силу цього питання пізнавальної мотивації учнів у процесі навчання є одним із найважливіших при вирішенні завдання організації навчального процесу [28].

Вважається, що пізнавальна мотивація випливає з пізнавального інтересу дитини, причому робиться відмінність між пізнавальним інтересом (який може стати спонукати силою мотивації процесу навчання) і простою допитливістю. Суб’єктивно інтерес виражається в задоволенні від пізнання, ознайомлення з предметом. Інтерес активізує діяльність особистості. Будучи обумовленим емоційною привабливістю і життєвою значимістю, інтерес проявляється в увазі до досліджуваного предмета [49].

У літературі виділяють кілька факторів, пов’язаних з основними умовами виникнення пізнавальних потреб учнів. Так, виявлено, що в процесі діяльності виникають такі потреби: отримати знання про рішення визначеної задачі, сформулювати теоретичне узагальнення на основі визначеного завдання, знайти оригінальне рішення. Для виховання пізнавальної мотивації учнів рекомендується розвивати їхню допитливість і інтерес, так як зосередженість, захопленість, інтенсивність протікання розумових процесів є проявом діяльності, що ведеться під впливом інтересу [65]. Навчальний матеріал сам по собі може містити багато стимулів, що збуджують допитливість і активність учнів. До них відносяться: новизна наукових відомостей, яскравість фактів, оригінальність висновків, своєрідний підхід до розкриття сформованих уявлень, глибоке проникнення в сутність явищ [65].

Дослідники, які розглядають пізнавальні потреби як джерело мотивації, стверджують, що в основі прагнення опановувати знаннями лежить допитливість, а в ході навчання школярі відчувають насолоду від задоволення допитливості [27]. Аналіз робіт різних дослідників показує, що пізнавальні інтереси учнів є важливим чинником мотивації навчання.

Великий інтерес представляє трактування проблеми зв’язку мотиву і мети в роботі В. Майбороди [53], де описаний механізм зсуву мотиву на мету діяльності. Мотиви і цілі можуть змінюватися. Мета, яка спочатку не мала спонукальної сили, може придбати цю спонукальну силу і стати мотивом.

Аналіз робіт [21, 49] показує, що усвідомлення учнями мети виконуваної роботи сприяє тому, що заняття стають більш значимими, і, отже, посилюється мотивація їхньої навчальної діяльності.

Серед мотивів, зазначених дослідниками, виділяють мотиви, що спонукають до навчання, пов’язані з усвідомленням своїх успіхів у навчанні. Наскільки успішно буде проходити навчання і виховання, багато в чому залежить від активності учнів у процесі навчання. Одним із важливих чинників активності учнів є усвідомлення ними своїх успіхів у навчанні. Цей фактор створює відчуття впевненості, мобілізує на активне подолання виникаючих труднощів, створює позитивне емоційне переживання [53].

Ідея регуляції активності учнів за допомогою інформації про результати діяльності відображена в таких поняттях фізіології і психології, як «принцип підкріплення» І. П. Павлова, «принцип домінанти» А. А. Ухтомського і «принцип дії» П. К. Анохіна [7]. Виявлено, що відчуття успіху призводить до зміцнення емоційного ставлення до діяльності і створення зацікавленості в ній. Потреба учнів в знанні результатів своєї навчальної діяльності є важливим фактором посилення їх мотивації.

Досвід і дослідження показують, що інтерес часто затухає. Це пояснюється тим фактом, що на початкових стадіях навчання школярі легко переконуються в своїх успіхах, так як обсяг навчального матеріалу ще невеликий. Згодом настає невдоволення результатами своєї роботи внаслідок того, що з’явилося відчуття нестачі знань і умінь. Виходячи з цього, дослідники пропонують використовувати такі форми вправ, що дозволили б учням перевірити свої знання і вміння, усвідомити ступінь успіху в навчанні [49].

В системі потреб учнів відзначається потреба в отриманні гарних оцінок, що може бути для учня важливим фактором посилення мотивації навчальної діяльності. У ряді випадків оцінка перестає грати мотивуючу роль, оскільки не підкріплюється пізнавальною діяльністю і спрямована, головним чином, на зовнішні атрибути. Оскільки потреба учнів в успіху виражається в прагненні усвідомлювати досягнутий ними прогрес на кожному етапі виконуваної діяльності, то здійснення як внутрішнього, так і зовнішнього зворотного зв’язку є важливим засобом посилення мотивації до навчальної діяльності учнів загальноосвітньої школи [3].

Виділяються ще кілька мотивів, що випливають із потреб дітей шкільного віку. Так, виділяють мотиви виконання звичних дій; мотиви, обумовлені естетичними потребами учнів; мотиви, пов’язані з потребою в наслідуванні; мотиви, пов’язані з потребою в грі [13].

Активність людини багато в чому визначається метою її діяльності. Специфіка людської мотивованої діяльності полягає в тому, що вона завжди доцільна і цілеспрямована. Значення мети полягає в тому, що вона надає спрямованість діяльності, а іноді і особистості в цілому.

Мотиваційна сфера особистості школяра характеризується труднощами обираних цілей. Труднощі завдань, які ставить перед собою дитина, визначає рівень її домагань [21].

Мотиви можуть бути спрямовані на процес діяльності і на результат. Мотиви першої групи – задоволення потреби в руховій активності; отримання вражень, пов’язаних зі спортивними змаганнями (відчуття азарту, суперництва). Мотиви другої групи – прагнення до самовдосконалення (зміцнення здоров’я, поліпшення статури, розвиток фізичних і психічних якостей, отримання знань); прагнення до самовираження і самоствердження (бути не гірше за інших, бути схожим на видатного спортсмена, прагнення до успіху); соціальні установки (бажання бути спортсменом через моду, прагнення зберегти сімейні традиції); задоволення духовних і матеріальних потреб [32].

Дієвість кожного з перерахованих мотивів для конкретного школяра проявляється по-різному. Це багато в чому визначається ціннісними орієнтаціями дитини, що знаходиться на різних етапах вікового розвитку. Сформовані мотиви не тільки спонукають учня свідомо займатися фізичними вправами, вести здоровий спосіб життя, а й надають заняттям суб’єктивний, особистісний сенс. Незалежно від віку і статі, занять різними видами спорту, рівня майстерності провідними для більшості учнів є такі мотиви, як отримання задоволення від процесу занять фізичними вправами і оздоровчими процедурами, прагнення зміцнити здоров’я, задовольнити потребу в спілкуванні, розвинути необхідні фізичні і вольові якості. Разом із тим мотиви, що спонукають школярів займатися фізичною культурою і спортом, вести здоровий спосіб життя є досить динамічними за своїм змістом. У процесі занять вони змінюються, перетворюються залежно від різних причин: віку, статі, особистості вчителя, сімейного виховання, соціальних установок [27].

Ряд авторів [27, 49, 53] приділяє особливу увагу проблемі розвитку інтересу учнів як важливого фактора динаміки мотивації. Виявлено, що в посиленні активності учнів велике значення має пробудження у них інтересу до предмета.

Інтерес до виконання фізичних вправ вважається центральною ланкою в ієрархії основних особистісних утворень школяра: природної потреби в рухах, нових враженнях, новій інформації; мотивації до занять фізичними вправами; активного, стійкого інтересу до фізичної культури; активності у фізичному вдосконаленні. Ці дослідження показали, що результативна мотивація та інтерес до фізичних вправ значно зростає, коли вчитель і учні домагаються зрушень у навчанні і розвитку фізичних якостей за відносно короткий проміжок часу. Інтерес до виконання фізичних вправ можна формувати двома шляхами – впливаючи цілеспрямовано на окремі мотиви і на мотиваційну сферу в цілому [28].

Таким чином, всі зазначені мотиви можуть посилюватися і згасати на різних етапах навчання школярів, і їх активність може залежати від різних факторів, пов’язаних з віком учнів, інтелектом, видом навчального матеріалу та іншими факторами. Як показав аналіз досліджень за класифікацією мотивів навчання, різні автори виділяють такі мотиви: вчитися в дружному колективі, спільно виконувати завдання, спілкуватися з однолітками, пізнавати новий навчальний матеріал, досягати успіху в навчанні, виконувати звичні дії, естетично переживати навчальний процес, наслідувати оточуючих, виконувати ігрову діяльність. Виділені мотиви в повній мірі можна використовувати для формування мотивації і в області фізкультурної діяльності учнів молодших класів із відхиленнями у стані здоров’я.

* 1. **Теоретичні передумови формування мотивації до занять фізичними вправами в учнів молодших класів з відхиленнями у стані здоров’я**

Урок фізичної культури є головною формою роботи з фізичного виховання, на яких учні оволодівають програмним матеріалом і здобувають мінімум потрібних знань, умінь і навичок, що повинно забезпечувати їм найкращий розвиток, зміцнення здоров’я. Опановуючи під керівництвом учителя різноманітні рухові дії, діти відчувають як збільшується їх сила, зростає швидкість і витривалість під час виконання дедалі складніших фізичних вправ [1].

Головним компонентом у структурі навчальної діяльності з фізичного виховання є мотивація. Її можна визначити як складну багаторівневу систему збудників, що включає потреби, мотиви, інтереси, ідеали, прагнення, установки, емоції, цінності тощо [1]. У загальному розумінні мотив – це те, що стимулює дитину до певної дії. Ряд позицій, що торкаються цього питання, полягає у характеристиці завдань уроку. Так, педагог повинен: точно і доступно пояснити учням значення і зміст занять; у завдання вкладати особистий інтерес учня і давати йому змогу відчути результати його діяльності; доводити одночасно до свідомості дітей необхідність тривало і наполегливо працювати для досягнення результатів. Діти позитивно ставляться до тієї людини, спілкування і взаємодія з якою викликала в них позитивні переживання і принесла радість. За негативних емоцій учні свідомо чи підсвідомо шукають можливості уникнути зустрічі з явищами, процесами, людьми, які колись завдали їм неприємних переживань: не приходять на зустрічі, ухиляються від виконання обов’язків, пропускають заняття [70].

Потенційні можливості формування позитивних переживань приховані в самому процесі навчання. Джерелом радісних переживань є сам учитель: він випромінює енергію, бажання працювати. Вказівки вчителя, його зауваження, розпорядження, команди, сигнали можуть звучати енергійно або в’яло, мажорно або Індиферентно, і від цього залежить не тільки настрій, а й результати [10].

Уміння вчителя всіх бачити, його дотепність і веселість посилюють задоволення від спілкування з ним. Так, школярі закохуються передусім у вчителя, а потім – у його предмет. Отже, поведінка учнів, їхній інтерес до занять, активність і дисципліна значно залежать від ставлення до вчителя [16]. Зараз, як ніколи раніше, необхідно працювати так, щоб дитина знаходила задоволення від навчання, зростала як особистість з дня у день. Є необхідність ретельно продумувати кожен урок, детально аналізувати його, виходячи з поставленої мети та результатів, одержаних учнями – ось завдання, які щодня має ставити перед собою вчитель з фізичного виховання. Тому праця з дітьми буде приносити задоволення, з’являться нові ідеї, нові підходи, нові форми роботи, надбання досвіду, який з часом перетвориться у власний творчий стиль, переросте в чітку педагогічну систему роботи [16].

Головне завдання педагогіки – «не загубити» жодної дитини, дати можливість розкрити все краще, закладене природою, сім’єю, школою. Для цього потрібно вивчати, чим живиться дитяча думка, цікавитися кожним учнем як особистістю [29].

Робота з фізичного виховання є багатогранною і потребує виховання в дитини самостійності, ініціативи, організованості, активності та кмітливості. До кожної дитини у класі потрібно виявляти щирість, чуйність, не виділяти надмірною увагою обдарованих і не принижувати моралізаторством слабших, тому потрібно організувати роботу так, щоб допомогти кожному учневі відчути себе здібним, потрібним, цікавим для вчителя і товаришів, адже це – надійний стимул для майбутнього навчання, занять фізичними вправами із захопленням, відчуттям власної гідності [36].

В сучасних умовах у навчальний процес необхідно впроваджувати сучасні ефективні методи організації навчання учнів, підвищувати емоційність викладання шляхом використання музичного супроводу, ігрових і змагальних елементів, мультимедійних засобів навчання. Виникненню зацікавленості до занять фізичними вправами сприяють також емоційне проведення всіх форм занять у школі, оснащення й естетичне оформлення матеріально-спортивної бази, посильні завдання, що забезпечують успішність процесу навчання [56].

Найважливішим завданням у сучасній школі вважається виховання в учнів стійкого інтересу до занять фізичною культурою, спортом, зміцнення здоров’я кожної дитини, формування необхідних рухових якостей, бажання і уміння самостійно займатися фізичними вправами. Для цього, поруч з традиційними, використовуються нетрадиційні форми і методи навчання [56].

Індивідуальний підхід – обов’язкова умова кожного заняття. Найпоширенішими засобами стимулювання інтересу та активності учнів у процесі фізичного виховання є різні форми заохочень і покарань. Заохочення полягають у позитивній оцінці навчальної діяльності та поведінки учнів і спрямовані на те, щоби викликати в усіх бажання до подальших досягнень, активності та зацікавленості у вивченні предмету [2].

Основними видами заохочення є сприяння, допомога, довіра вчителя, похвала, схвалення, усна подяка, подяка в наказі по школі, похвальна грамота, почесні доручення, лист-подяка батькам, фотографії на дошках пошани тощо. Заохочення позитивно впливає лише тоді, коли воно є адекватним, публічним і своєчасним, та за умови дотримання таких правил: заохочувати учнів лише за досягнення, які є результатом їхньої власної праці; за одне досягнення варто заохочувати не більше одного разу; хвалити треба діяльність і поведінку, а не розум і здібності; заохочення повинне бути диференційованим. Залежно від конкретних обставин та індивідуальних особливостей учнів, одні з них (слабкі, педагогічно запущені) можуть бути заохочені навіть за незначні успіхи, а інші (сильні) – заохочуються менше і за більші успіхи; заохочення застосовується в таких «дозах», які стимулюють подальшу активність, або підтримують її на належному рівні; надлишок заохочень знижує активність учнів; заохочення повинне бути справедливим та аргументованим [55].

Заохочення – ефективний і незамінний засіб формування особистості учня. Водночас успішна навчально-виховна діяльність неможлива без покарання, але застосовувати його треба дуже обережно. Покарання – це спосіб впливу на учнів, які порушують правила поведінки та негативно ставляться до навчання через безвідповідальність, неорганізованість, недобросовісність тощо. Покарання – засіб спонукання дітей до покращення поведінки і ставлення до навчання. Воно дієве лише тоді, коли викликає почуття розкаяння і прагнення змінити свою поведінку на краще. Покарання застосовують тоді, коли з певних причин не впливає переконання [65].

Основними видами покарання є обмеження у правах, позбавлення задоволень, зауваження, осуд, усна догана, догана в наказі по школі, обговорення в колективі, виклик батьків тощо. Покарання, як і заохочення, повинні бути адекватними, публічними і своєчасними. Вони сприяють підвищенню активності учнів за дотримання таких правил: покарання не повинне шкодити здоров’ю; не можна карати виконанням вправ; за порушення може бути лише одне покарання; не треба нагадувати учням про минулі помилки; караючи, не треба позбавляти порушника заслуженої ним похвали; покарання можна відмінити, заохочення – ні; покарання не повинне принижувати особи; не можна карати у стані гніву; ефективне тільки те покарання, після якого учень робить кроки до виправлення; головне в покаранні – не обмеження чи гальмування, а спонукання до активної навчальної діяльності; сильно впливає на порушника покарання, підтримане колективом [65].

Заохочення і покарання перебувають в діалектичній єдності. При цьому низький ефект дають одноманітні заохочення і покарання. Одних тільки фізичних вправ недостатньо для виховання у дітей справжньої особистої фізичної культури з широким розумінням її суті та закономірностей. Саме на основі набутих школярами знань досягається усвідомлене опанування рухових дій. І, навпаки, неусвідомлене виконання вправ – одна з основних причин, що не дає змоги зробити фізичну культуру супутником життя [65].

При формуванні мотивації молодших школярів до виконання фізичних вправ необхідно визначати обсяг знань і систематизувати їх так, щоби: сформувати таку систему, котра б відповідала духові часу; конкретизувати тематику відповідно до освітніх завдань і вікових особливостей учнів з урахуванням наявних захворювань; враховувати можливість реалізації теоретичного матеріалу (обсяг, складність) в умовах шкільного уроку; передбачити способи поетапного контролю і повторення теоретичного матеріалу, що підлягає засвоєнню [49].

Отже, знання набувають прикладного характеру, і це одна з їх особливостей у процесі фізичного виховання. Якщо на уроках фізичної культури в учнів не формується вміння використовувати отримані знання на практиці, то вони стають не чим іншим, як набором відомостей і фактів та швидко забуваються. Засвоєні знання повинні допомагати учням опановувати вправи, досягати потрібного рівня розвитку фізичних якостей і підготовленості, стати опорою у самостійних заняттях. Для цього кожна доза знань повинна відповідати конкретній дозі практичного матеріалу.

Отже, головним компонентом у структурі навчальної діяльності з фізичного виховання є мотивація. Її можна визначити як складну багаторівневу систему збудників, що включає потреби, мотиви, інтереси, ідеали, прагнення, установки, емоції, цінності тощо. У загальному розумінні мотив – це те, що стимулює дитину до певної дії. Практика показує що навчання як процес засвоєння знань, навичок і умінь протікає успішно лише при досить високій пізнавальній активності дітей – прагненні до навчання, оволодіння більш повними і глибокими знаннями.

Мотивація – система спонукань, що зумовлюють активність організму і визначають її спрямованість. Мотивація ґрунтується на потребі, що стимулює пізнавальну активність дитини, її готовність до засвоєння знань, навичок.

Існують різні способи мотивувати молодших школярів до занять фізичними вправами: демонстрація позитивних впливів від фізичних навантажень; інтерес до нової справи; цікаві форми проведення занять; можливість самоствердитись; бути здоровим; можливість проведення, спільно з друзями, цікавого і корисного дозвілля тощо.

Уроки фізичної культури є головною формою роботи з фізичного виховання, на яких учні оволодівають програмним матеріалом і здобувають мінімум потрібних знань, умінь і навичок, що забезпечує їм найкращий розвиток, зміцнення здоров’я.

**Висновки до першого розділу**

Молодший шкільний вік – це вік інтенсивного психічного, інтелектуального та фізичного розвитку дитини. Основними новоутвореннями молодшого шкільного віку є: довільність і усвідомленість всіх психічних процесів і їх інтелектуалізація, їх внутрішнє опосередкування, що відбувається завдяки освоєнню системи понять; усвідомлення своїх власних змін внаслідок розвитку навчальної діяльності.

Фізичний розвиток молодшого школяра зумовлений дозріванням організму, що відкриває нові можливості для його діяльності, розгортання та поглиблення зв’язків із соціальним оточенням. Водночас дозрівання стимулюється і впливами зовнішнього середовища, про що свідчить загальне прискорення фізичного розвитку дітей, але діти цього віку мають, на жаль, відхилення у стані здоров’я.

У молодшому шкільному віці виділяють такі розповсюджені захворювання, що найчастіше зустрічаються серед школярів: анемія, анорексія, бронхіальна астма, бронхіти, болі в животі, геморагічні діатези, гідроцефалія, гіпотрофія, ларингоспазм, пієліт, пієлонефрит, плоскостопість, захворювання серцево-судинної системи, артеріальна гіпотонія, артеріальна гіпертонія, міопія, ожиріння, пневмонія, рахіт, порушення постави тощо, що можна компенсувати мотивуванням дітей молодшого шкільного віку до виконання фізичних вправ.

Головним компонентом у структурі навчальної діяльності з фізичного виховання є мотивація. Її можна визначити як складну багаторівневу систему збудників, що включає потреби, мотиви, інтереси, ідеали, прагнення, установки, емоції, цінності тощо. У загальному розумінні мотив – це те, що стимулює дитину до певної дії. Практика показує що навчання як процес засвоєння знань, навичок і умінь протікає успішно лише при досить високій пізнавальній активності дітей – прагненні до навчання, оволодіння більш повними і глибокими знаннями.

Мотивація – система спонукань, що зумовлюють активність організму і визначають її спрямованість. Мотивація ґрунтується на потребі, що стимулює пізнавальну активність дитини, її готовність до засвоєння знань, навичок.

Уроки фізичної культури є головною формою роботи з фізичного виховання, на яких учні оволодівають програмним матеріалом і здобувають мінімум потрібних знань, умінь і навичок, що забезпечує їм найкращий розвиток, зміцнення здоров’я.

Існують різні способи мотивувати молодших школярів до занять фізичними вправами: демонстрація позитивних впливів від фізичних навантажень; інтерес до нової справи; цікаві форми проведення занять; можливість самоствердитись; бути здоровим; можливість проведення, спільно з друзями, цікавого і корисного дозвілля тощо.

Всі зазначені мотиви можуть посилюватися і згасати на різних етапах навчання школярів, і їхня активність може залежати від різних факторів, пов’язаних з віком учнів, інтелектом, видом навчального матеріалу та іншими факторами. Виділені мотиви в повній мірі можна використовувати для формування мотивації і в області фізкультурної діяльності учнів молодших класів із відхиленнями у стані здоров’я.

**РОЗДІЛ 2**

**МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ**

**2.1. Методи дослідження**

Відповідно до мети роботи та для розв’язання поставлених у роботі завдань використані наступні методи дослідження: теоретичні методи; педагогічні спостереження; антропометричні методи; педагогічні тестування; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

**2.1.1. Теоретичні методи.** Аналітичний огляд наукової літератури з досліджуваної проблеми дозволив вивчити прямі та непрямі дані з теми роботи з метою виявлення передумов постановки проблеми. Особлива увага приділялась висвітленню питань про можливості використання мотивації та розвитку інтересу до виконання учнями молодших класів фізичних вправ. Проводився аналіз одержаних матеріалів, відбулось порівняння даних різних досліджень із результатами дослідження авторів, які вивчали окреслену проблематику.

На основі аналізу джерел вітчизняних і зарубіжних учених визначено спрямованість, завдання, актуальність і основні напрями розв’язання поставленої проблеми. Вивчене 71 джерело спеціальної літератури.

**2.1.2. Педагогічні спостереження.** Педагогічні спостереження планомірно проводилися за навчально-виховним процесом, пов’язаним із реалізацією експериментальної методики, де оцінювалася її ефективність на основі збору поточної інформації, що включає:

* аналіз змісту уроків фізичного виховання;
* аналіз застосовуваних засобів фізичного виховання;
* комплексну оцінку динаміки показників розвитку учнів;
* аналіз методів навчання і виховання;
* аналіз поведінки і реакції учнів в ході експерименту.

**2.1.3. Антропометричні методи.** Антропометричні вимірювання проводились за загальноприйнятою методикою медичним працівником школи в медичному кабінеті. Вимірювались такі показники: довжина тіла (см), маса тіла (кг), обхват грудної клітки (см).

**2.1.4. Педагогічні тестування**. Педагогічні тестування проводилися на основі надійних об’єктивних тестів. Тестування проводилися в стандартних умовах як для експериментальної, так і для контрольної груп. Перед тестуванням з учнями була розучена техніка виконання контрольних вправ і обов’язково проводилася розминка. Тестування проходили в змагальній формі, що дозволило досягти максимально можливого результату. В ході тестування вимірювалися такі показники фізичної підготовленості: швидкісні здібності (біг 30 м, с); координаційні здібності (човниковий біг 3x10 м, с); гнучкість (нахил вперед у в.п. сидячи, см); швидкісно-силові здібності (стрибок у довжину з місця, см); рівень відносної м’язової сили (підтягування, разів); рівень аеробної витривалості (6-хвилинний біг, м). Інтегральна оцінка рухової підготовленості кожного школяра визначалася за допомогою ранжування. Ранжування проводилося як по зростаючій, так і в порядку спадання лініях. Ступінь розвитку кожної фізичної якості оцінювалася відповідним рангом в об’єднаному списку контрольної і експериментальної груп. Отримані ранги склали, і підсумкова сума була проражована. В результаті отримана комплексна оцінка рівня розвитку рухових якостей школярів відносно один одного.

**2.1.5. Педагогічний експеримент.** Попередній експеримент проводився з метою вивчення взаємозв’язків між параметрами психофізичного розвитку школярів, станом здоров’я і ступенем сформованості мотивації до занять фізичними вправами; вибору засобів, методів навчання й організації учнів, відповідних поставленим завданням фізичного виховання – формування мотивації до занять фізичними вправами в учнів молодших класів. Основною метою формувального експерименту була апробація теоретичних положень експериментальної методики в природних умовах. Для цього були підібрані однакові за якісним складом групи. У експериментальній групі уроки фізичної культури проводилися за експериментальною методикою, в контрольній навчальні заняття проводились за наявній у школі програмі. По закінченні педагогічного експерименту був проведений аналіз запропонованої методики за кількісними, якісними та статистичними характеристиками, в результаті якого була доведена ефективність запропонованої методики.

В експерименті брали участь учні молодших класів Полтавської загальноосвітньої школи № 22 віком 7–9 років, організовані для занять методом випадкової вибірки.

Перед початком експерименту були сформовані контрольна та експериментальна групи. Контрольна група (n=13, 1-й клас – 3 учні, 2-й клас – 6 учнів, 3-й клас – 4 учні) складалася з дітей, які займалися за існуючою шкільною програмою. У створеній експериментальній групі (n=13, 1-й клас – 5 учнів, 2-й клас – 5 учнів, 3-й клас – 3 учні) зміст і методика занять визначалися за ступенем адекватності поставленим завданням, статтю, віком і рівнем фізичного стану дітей. Всі учні пройшли медичний огляд і віднесені до основної медичної групи. Ефективність застосовуваних підходів до проведення занять визначалася динамікою і достовірністю змін, що відбулися в досліджуваних показниках.

**2.1.6. Методи математичної статистики.** Результати попереднього і підсумкового тестування учнів молодших класів контрольної та експериментальної груп були проаналізовані методами математичної статистики. Оскільки наша вибірка мала нормальний розподіл, то було можливим застосування двохвибіркового критерію Стьюдента, парний t-тест, кореляція Пірсона. Математична обробка отриманих результатів проводилася в програмі «STATISTICA 5.0».

Достовірність відмінностей показників вважали суттєвою при рівнях значимості p≤0,05, що визнається надійним у педагогічних дослідженнях. У тих випадках, коли дані були представлені в балах, використовувалися непараметричні методи перевірки статистичних даних.

**2.2. Організація дослідження**

Дослідження проводилося в чотири етапи. Експериментальною базою дослідження стала Полтавськазагальноосвітня школа № 22. Учасниками дослідження стали 26 учнів молодших класів, які були поділені на контрольну ((n=13) учні 1-го класу (n=3), учні 2-го класу (n=6), учні 3-го класу (n=4)) та експериментальну ((n=13) (учні 1-го класу (n=5), учні 2-го класу (n=5), учні 3-го класу (n=3)) групи.

*Перший етап* передбачав роботу зі спеціальною літературою та програмними документами, конкретизацію змісту проблеми, формулювання завдань дослідження. У процесі цього етапу був проведений аналіз науково-методичної літератури, систематизація показників психофізичного розвитку молодших школярів, рівня розвитку їхніх фізичних якостей, ступеня сформованості мотиваційної сфери, формування теоретичних положень експериментальної методики.

На *другому етапі* дослідження мало місце проведення попереднього експерименту, в ході якого були відпрацьовані методики майбутнього дослідження, проведене дослідження взаємозв’язків між параметрами психофізичного розвитку учнів, рівнем здоров’я і ступенем сформованості мотивації до занять фізичними вправами.

На *третьому* *етапі* здійснювалась перевірка ефективності експериментальної методики занять фізичними вправами учнів молодшого шкільного віку. В процесі формуючого педагогічного експерименту, в якому взяли участь 26 учнів, були отримані дані, що характеризують динаміку досліджуваних показників обох груп дітей.

*Четвертий етап* включав в себе аналіз і інтерпретацію досліджуваних результатів дітей молодшого шкільного віку експериментальної та контрольної груп; формулювання висновків про ефективність застосування запропонованої методики; розробка практичних рекомендацій; оформлення дипломної роботи.

**РОЗДІЛ 3**

**ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВІДХИЛЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ’Я**

* 1. **Обґрунтування експериментальної методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я**

Першочерговим завданням фізичного виховання в молодшій школі є завдання збереження і зміцнення здоров’я учнів [36]. Це завдання може бути вирішене за умови комплексного впливу на учнів у процесі уроків фізичного виховання та організованих фізкультурно-оздоровчих заходів; знань, умінь і відповідних мотивів, завдяки яким формується на уроках фізичної культури спрямованість всього педагогічного процесу.

В основу розробки експериментального підходу до визначення процесу мотивації до занять фізичними вправами були покладені основні принципи оздоровлення дітей молодшого шкільного віку. Відмінною рисою експериментальної методики є її спрямованість, у першу чергу, на формування мотивації до занять фізичними вправами, що сприяє, на наш погляд, досягненню мети всього педагогічного процесу навчання та виховання – гармонійного розвитку особистості.

Досягнення цієї мети пропонується забезпечувати вирішенням наступних завдань:

1. формування мотивації до виконання фізичних вправ, що включає в себе:

* засвоєння необхідних теоретичних відомостей щодо особистої гігієни, рухового режиму, здорового способу життя;
* засвоєння теоретико-методичних знань з організації і виконання фізичних вправ;

2. формування умінь виконання фізичних вправ:

* формування стійких позитивних мотивів до занять фізичними вправами;
* формування особистої індивідуальної мети занять фізичною культурою;
* стимулювання широкої пізнавальної активності в галузі фізичної культури;
* зміцнення здоров’я;
* розвиток життєво важливих рухових умінь і навичок;
* різнобічний розвиток рухових якостей і психічних процесів учнів.

Базовий компонент методики спрямований на вирішення основних завдань за допомогою формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я.

Складовою частиною методики є теоретичні та методичні знання з фізичної культури. У блок теоретико-методичних знань методики ми включили: 1) основи знань про організм людини; 2) гігієнічні основи фізкультурно-оздоровчої діяльності; 3) початкові відомості про роль фізичних вправ у здоровому способі життя; 4) початкові знання методики застосування фізичних вправ для оздоровлення, фізичного і психічного розвитку дитини з відхиленнями у стані здоров’я.

Теоретичний матеріал був присутній на кожному уроці фізичної культури. Дослідним шляхом нами був визначений обсяг теоретико-методичних знань і оптимальний час, необхідний на впровадження кожного розділу методики на кожному уроці. В результаті склалася система знань, що включена в базовий компонент експериментальної методики.

У програму кожного уроку нами включалися обов’язкові комплекси фізичних вправ, спрямовані на профілактику захворювань (викривлень хребта, плоскостопості, порушення зору, простудних захворювань). Найбільш доступними засобами профілактики простудних захворювань ми знайшли: дихальну гімнастику і точковий самомасаж. Формуванню правильної постави сприяли різні загальнорозвивальні вправи. Для запобігання погіршення зору були використані вправи окорухової гімнастики. Всі ці засоби профілактики захворювань були апробовані в дослідженні. В результаті були скомпоновані комплекси профілактичних вправ, які були включені в базову частину методики занять формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я (рис. 3.1).

Засоби експериментального уроку не мають принципових відмінностей від засобів традиційного уроку фізичної культури. Це і зрозуміло, тому що засобами фізичного виховання можуть бути (в основному) тільки фізичні вправи. Однак спрямованість застосування фізичних вправ докорінно змінює їх вплив на учнів молодшого шкільного віку, тому в нашій методиці основний акцент процесу навчання був зміщений з фізичної підготовки учнів на формування мотивації до виконання фізичних вправ. Цей процес включає в себе наступні структурні компоненти: формування мотивів (соціальних і пізнавальних); робота з цілями (стійкими, адекватними); навчально-пізнавальна діяльність (навчання, здатність до навчання, оцінка).

Відповідно, відбулися зміни в структурі та змісті уроків фізичної культури. Урок став складатися з чотирьох частин: вступної, підготовчої, основної та заключної. У вступній частині кожного уроку учням повідомлялися теоретичні відомості, виконувалися вправи з профілактики захворюваності та зміцнення здоров’я, вивчалися вправи для поліпшення розумової працездатності і перевірялося домашнє завдання.

Решта частин уроку також зазнали змін. На уроці стало більше приділятися уваги питанням методики проведення фізичних вправ, можливості використання фізичних вправ для профілактики захворювань, підвищення розумової працездатності, корекції недоліків фізичного розвитку тощо. Засобами основної частини уроку фізичної культури були вправи прикладної гімнастики, рухливі ігри з елементами легкої атлетики, спортивних ігор. Розвивалися життєво необхідні вміння та навички. Необхідно відзначити, що велика частина уроку проводилася в ігровій формі. Протягом уроків були використані наступні методичні прийоми для формування мотивації до виконання фізичних вправ:

**Схема процесу формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я**

Формування мотивації до занять фізичними вправами

емоції

позитивні

цілі

стійкі

мотиви пізнавальні,

соціальні

знання, вміння

Методичні прийоми формування мотивації до фізичних вправ:

* складання плану виконання завдання;
* складання питань;
* самостійна постановка задач;
* виконання за зразком, потім за інструкцією;
* самоспосте-реження, само-контроль;
* взаємоспос-тереження, взаємо-контроль
* заслужене заохочення;
* досягнення результату на кожному уроці;
* спілкування в діяльності;
* ігровий, змагальний метод вправ
* постановка мети;
* складання плану її досягнення;
* групування матеріалу;
* повернення до завдання в умовах втоми;
* виконання в незвичайних умовах;
* перевірка плану, аналіз причин невдач;
* контроль вчителя;
* оцінка успішності за ступенем досягнення мети
* ситуація вибору завдання;
* завдання на пошук додаткової інформації;
* прогностична самооцінка;
* аналіз (виділення загального і приватного), синтез (об’єднання в групи за ознаками);
* завдання в групах;
* домашнє завдання;
* адекватна оцінка вчителя

Формування мотивації до занять фізичними вправами

Рис. 3.1. Схема процесу формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я

1. роз’яснення соціальної та особистісної значущості занять фізичними вправами;
2. цікавість викладу;
3. завдання на співпрацю;
4. ситуації вибору;
5. вироблення і прийняття власної мети занять фізичними вправами;
6. адекватна самооцінка і рівень домагання;
7. завдання на стійкість цілей (в умовах психічного насичення і подолання перешкод);
8. позитивний емоційний фон уроку (позитивні емоції від досягнутого результату, співпраці, в грі);
9. формування в учнів уміння вчитися;
10. взаємоспостереження, взаємоконтроль;
11. самоконтроль;
12. прийоми самовиховання: самонагадування, самоінструктаж, самонаказ;
13. оцінка вчителя (порівняння результату учня не з іншими, а з його попереднім результатом) (рис. 3.2).

З вищевикладеного очевидно, що експериментальна методика має ряд відмінностей від державної програми, а саме:

1. Основним критерієм ефективності процесу фізичного виховання учня (за державною програмою) є виконання контрольних нормативів. У запропонованій методиці таким критерієм служить ступінь сформованості мотивації до виконання фізичних вправ. Її показниками є зниження захворюваності, збільшення обсягу теоретичних знань, ступінь сформованості життєво необхідних рухових умінь, руховий режим учня.

2. Освітніми завданнями традиційної програми з фізичної культури є навчання техніці елементів різних видів спорту. В експериментальній методиці освітній ефект досягається навчанням учнів основам виконання фізичних вправ.

**Структура і зміст експериментального уроку фізичної культури**

Експериментальний урок фізичної культури

Частини уроку:

заключна

основна

підготовча

вступна

Засоби

* завдання на розвиток пам’яті;
* увага;
* мислення
* лазання, переповзання, прості стрибки, метання, вправи в рівновазі, рухливі ігри
* стройові вправи;
* ЗРВ;
* різновиди ходьби і бігу
* теоретичні знання;
* дихальна гімнастика;
* окорухова гімнастика;
* точковий самомасаж;
* ЗРВ

Мотиваційна спрямованість уроку

Освітня спрямованість, класифікація вправ, постановка особистої мети занять фізичними вправами, алгоритм її досягнення, пошук додаткової інформації, взаємоспостереження, навчання в парах, групах, самоспостереження, самоконтроль, домашнє завдання

Методи навчання

Метод проблемного навчання, ігровий метод, метод вправи (цілісного, розчленованого), взаємного навчання

Методи організації учнів

Груповий метод, парний метод, фронтальний метод, індивідуальний метод

Рис. 3.2. Структура і зміст експериментального уроку фізичної культури

3. Одним із критеріїв ефективності уроку фізичної культури традиційної програми є моторна щільність уроку. В експериментальних уроках таким критерієм є обсяг набутих знань.

4. У змісті експериментальних уроків передбачений час на розучування і виконання профілактичних і оздоровчих фізичних вправ.

5. У системі уроків фізичної культури експериментальної методики передбачене включення вправ, спрямованих на розвиток пам’яті, уваги, мислення.

6. Оцінка успішності учня з фізичної культури виставляється згідно з контрольними нормативами державної програми і шляхом порівняння техніки виконаної вправи з еталоном. В експериментальній методиці успішність оцінюється за наявністю і величиною приростів показників розвитку рухових якостей і досягнення особистої мети, поставленої перед собою кожним учнем.

Отже, в ході обґрунтування експериментальної методики виявлені фактори, які дуже важко врахувати в змісті програми або в методиці проведення традиційних уроків. В основу розробки експериментального підходу до визначення змісту процесу мотивації до занять фізичними вправами були покладені основні принципи оздоровлення дітей молодшого шкільного віку. Відмінною рисою експериментальної методики є її спрямованість на формування мотивації до занять фізичними вправами, що сприяє досягненню мети всього педагогічного процесу навчання та виховання – гармонійного розвитку особистості. Базовий компонент методики спрямований на вирішення основних завдань за допомогою формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я.

Складовою частиною методики є теоретичні та методичні знання з фізичної культури. У блок теоретико-методичних знань методики включені: 1) основи знань про організм людини; 2) гігієнічні основи фізкультурно-оздоровчої діяльності; 3) початкові відомості про роль фізичних вправ у здоровому способі життя; 4) початкові знання методики застосування фізичних вправ для оздоровлення, фізичного і психічного розвитку дитини з відхиленнями у стані здоров’я. У програму кожного уроку включалися обов’язкові комплекси фізичних вправ, спрямовані на профілактику різних захворювань.

* 1. **Дослідження ефективності методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я**

Для отримання більш повної та достовірної інформації аналіз експериментальних даних був виконаний у такому порядку: проведений аналіз результатів тестових вимірювань контрольної і експериментальної груп до і після експерименту; проведений порівняльний аналіз результатів контрольної та експериментальної груп між собою по закінченні експерименту; проведений аналіз приростів показників контрольної та експериментальної груп між собою; вивчений ступінь кореляцій між показниками фізичного розвитку, здоров’я, мотиваційної сфери.

Експеримент був побудований за методом квазіексперименту, тобто учні контрольної і експериментальної групи були протестовані до і після експерименту. Діти експериментальної групи навчалися за розробленою методикою, ефективність застосування якої може підтвердити достовірність відмінностей у показниках підсумкового тестування контрольної та експериментальних груп.

Аналізуючи результати тестування контрольної та експериментальної груп, можна зробити наступні висновки:

На етапі попереднього тестування (на початку педагогічного експерименту):

1. Відмінності в фізичному розвитку учнів контрольної та експериментальної груп недостовірні при рівні значущості р>0,05 (табл. 3.1).

*Таблиця 3.1*

**Фізичний розвиток учнів до експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| КГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Довжина тіла, см | 124,5 | 5,3 | 126,8 | 5,3 | 135,8 | 6,3 | >0,05 |
| Маса тіла, кг | 24,3 | 4,2 | 25,4 | 4,2 | 29,1 | 5,7 | >0,05 |
| ОГК, см | 58,4 | 4,5 | 61,8 | 2,9 | 63,8 | 5,3 | >0,05 |
| ЕГ (n=13) |
|  | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| Довжина тіла, см | 125,5 | 24,1 | 127,4 | 5,2 | 135,3 | 5,7 | >0,05 |
| Маса тіла, кг | 58,3 | 5,2 | 24,5 | 3,6 | 28,1 | 3,5 | >0,05 |
| ОГК, см | 3,6 | 4,1 | 60,9 | 2,4 | 62,5 | 4,1 | >0,05 |

2. Відмінності в розвитку фізичних якостей учнів контрольної і експериментальної груп статистично недостовірні на рівні значущості р>0,05 (табл. 3.2).

*Таблиця 3.2*

**Розвиток рухових якостей учнів до експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| КГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | -6,2 | 6,2 | -4,8 | 8,4 | 0,2 | 6,5 | >0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | 20,6 | 1,8 | 24,1 | 2,4 | 1,4 | 2,0 | >0,05 |
| Біг 30 м, с | 7,9 | 1,4 | 6,6 | 0,7 | 6,4 | 0,1 | >0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 1110,0 | 153,3 | 1141,1 | 142,1 | 1038,0 | 99,3 | >0,05 |
| Підтягування, разів | 7,7 | 6,5 | 8,8 | 8,5 | 8,2 | 8,4 | >0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | 110,9 | 15,4 | 125,1 | 24,3 | 146,8 | 21,6 | >0,05 |

*Продовження таблиці 3.2*

|  |
| --- |
| ЕГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | -5,5 | 5,1 | -3,8 | 6,7 | 2,2 | 8,2 | >0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | 21,3 | 1,3 | 23,3 | 0,7 | 18,7 | 1,9 | >0,05 |
| Біг 30 м, с | 7,8 | 0,8 | 6,7 | 0,5 | 5,8 | 0,6 | >0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 1094,0 | 302,9 | 1127,9 | 230,3 | 1025,5 | 142,5 | >0,05 |
| Підтягування, разів | 4,9 | 5,6 | 5,6 | 5,5 | 6,7 | 6,3 | >0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | 113,7 | 17,9 | 135,5 | 17,5 | 149,8 | 15,8 | >0,05 |

3. Відмінності в рівнях сформованості мотиваційної сфери учнів контрольної та експериментальної груп статистично недостовірні на рівні значущості р>0,05 (табл. 3.3).

*Таблиця 3.3*

**Розвиток мотиваційної сфери учнів до експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| КГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 2,1 | 1,9 | 7,1 | 5,3 | 6,1 | 5,2 | >0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | 175,6 | 287,2 | 151,9 | 160,5 | 372,8 | 443,4 | >0,05 |
| Знання, ум. од. | 4,8 | 1,3 | 3,9 | 1,9 | 2,5 | 0,9 | >0,05 |
| Руховий режим, хв | 130,5 | 157,2 | 97,5 | 94,0 | 146,9 | 122,2 | >0,05 |

*Продовження таблиці 3.3*

|  |
| --- |
| ЕГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 2,5 | 2,8 | 5,5 | 4,6 | 4,5 | 3,1 | >0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | 88,4 | 167,5 | 98,7 | 152,1 | 191,8 | 261,4 | >0,05 |
| Знання, ум. од. | 4,8 | 1,8 | 4,1 | 1,9 | 2,3 | 1,2 | >0,05 |
| Руховий режим, хв | 69,8 | 116,6 | 61,3 | 61,5 | 107,7 | 130,5 | >0,05 |

На етапі попереднього тестування було встановлено, що відмінності у фізичному та мотиваційному розвитку учнів статистично недостовірні, що говорить про однорідність вибірки і про приблизно однаковий вихідний рівень розвитку учнів контрольної та експериментальної груп.

Наступний етап математичного аналізу полягав у порівнянні результатів тестування учнів контрольної та експериментальної груп на початку експерименту з аналогічними результатами тестування в його кінці.

Аналіз динаміки фізичного розвитку учнів контрольної групи на початку і в кінці дослідження показав наявність достовірно значущих приростів всіх його показників (табл. 3.4).

*Таблиця 3.4*

**Фізичний розвиток учнів контрольної групи у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| Перше дослідження |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Довжина тіла, см | 124,5 | 4,3 | 126,8 | 4,5 | 135,8 | 6,1 | <0,05 |
| Маса тіла, кг | 24,3 | 3,4 | 25,4 | 4,1 | 29,1 | 5,7 | <0,05 |
| ОГК, см | 58,4 | 4,5 | 61,8 | 3,0 | 63,8 | 5,2 | <0,05 |

*Продовження таблиці 3.4*

|  |
| --- |
| Друге дослідження |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Довжина тіла, см | 126,6 | 4,4 | 130,9 | 4,8 | 138,3 | 6,2 | <0,05 |
| Маса тіла, кг | 24,9 | 3,4 | 27,7 | 5,1 | 31,6 | 6,2 | <0,05 |
| ОГК, см | 59,1 | 3,8 | 64,4 | 4,0 | 66,3 | 5,9 | <0,05 |

Достовірність відмінностей показників фізичного розвитку учнів контрольної групи можна пояснити фізіологічними змінами, що відбуваються в цьому віковому періоді і впливом педагогічного процесу.

Аналіз динаміки розвитку рухових якостей учнів контрольної групи показав наявність достовірних відмінностей по ряду показників (табл. 3.5):

1 клас. Швидкісні здібності і показники сили і витривалості учнів достовірно змінилися. Швидкісно-силові, координаційні здібності і гнучкість не мають статистично достовірних відмінностей.

*Таблиця 3.5*

**Розвиток рухових якостей учнів контрольної групи у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| Перше дослідження |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | -6,2 | 6,2 | -4,8 | 8,4 | 0,2 | 6,5 | >0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | 20,6 | 1,8 | 24,1 | 2,4 | 1,4 | 2,0 | >0,05 |
| Біг 30 м, с | 7,9 | 1,4 | 6,6 | 0,7 | 6,4 | 0,1 | >0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 1110,0 | 153,3 | 1141,1 | 142,1 | 1038,0 | 99,3 | >0,05 |
| Підтягування, разів | 7,7 | 6,5 | 8,8 | 8,5 | 8,2 | 8,4 | >0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | 110,9 | 15,4 | 125,1 | 24,3 | 146,8 | 21,6 | >0,05 |

*Продовження таблиці 3.5*

|  |
| --- |
| Друге дослідження |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | -4,5 | 7,0 | -0,9 | 8,7 | -0,7 | 6,3 | >0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | 20,8 | 1,5 | 20,1 | 3,4 | 17,6 | 1,3 | >0,05 |
| Біг 30 м, с | 8,4 | 1,0 | 6,9 | 0,6 | 6,4 | 0,3 | >0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 1250,9 | 258,4 | 1762,5 | 175,4 | 1270,0 | 167,8 | >0,05 |
| Підтягування, разів | 9,2 | 7,3 | 9,7 | 7,5 | 7,9 | 7,2 | >0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | 107,3 | 24,2 | 130,3 | 14,6 | 149,1 | 20,1 | >0,05 |

2 клас. Швидкісно-силові здібності і показники сили учнів недостовірно змінилися. Достовірні зміни відбулися в показниках гнучкості, витривалості, координаційних і швидкісних здібностей.

3 клас. Швидкісно-силові здібності, гнучкість і показники сили учнів не мають статистично значущих відмінностей.

Показники витривалості, координаційних, швидкісних здібностей достовірно змінилися. Показники гнучкості, сили і швидкісно-силових здібностей не мають статистично значущих відмінностей.

Зміни, що відбуваються в розвитку рухових якостей учнів контрольної групи, пояснюються віковими змінами, фоновим впливом і впливом педагогічного процесу.

Аналіз динаміки розвитку мотиваційної сфери учнів 1-го класу контрольної групи дозволяє зробити загальний висновок про деякі негативні зміни в показниках розвитку мотивацій до виконання фізичних вправ. Статистично недостовірні зміни відбулися в показниках сформованості пізнавальних мотивів до уроків фізичної культури; мотивації до виконання фізичних вправ; в обсязі знань. Достовірно погіршився обсяг рухової активності учнів.

У 2-му класі достовірно погіршився показник сформованості мотивації до виконання фізичних вправ. Інші показники не мають статистично достовірних відмінностей.

У 3-му класі показники обсягу знань не мають достовірних відмінностей. Показник сформованості пізнавальних мотивів до уроків фізичної культури в учнів 3-х класів контрольної групи достовірно погіршився. Сформованість мотивації до виконання фізичних вправ погіршилася достовірно. Достовірно погіршився руховий режим учнів. Аналіз динаміки розвитку мотиваційної сфери учнів контрольної групи дозволяє зробити висновок про достовірність відмінностей ряду показників його розвитку і про тенденції зменшення рухового режиму учнів, зниження інтересу до уроків фізичної культури та відсутності педагогічного впливу на мотиваційну сферу учнів (табл. 3.6).

*Таблиця 3.6*

**Розвиток мотиваційної сфери учнів контрольної групи у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| Перше дослідження |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 2,1 | 1,9 | 7,1 | 5,3 | 6,1 | 5,2 | >0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | 175,6 | 287,2 | 151,9 | 160,5 | 372,8 | 443,4 | >0,05 |
| Знання, ум. од. | 4,8 | 1,3 | 3,9 | 1,9 | 2,5 | 0,9 | >0,05 |
| Руховий режим, хв | 130,5 | 157,2 | 97,5 | 94,0 | 146,9 | 122,2 | >0,05 |

*Продовження таблиці 3.6*

|  |
| --- |
| Друге дослідження |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 2,1 | 2,2 | 6,0 | 4,2 | 4,0 | 1,9 | >0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | 85,3 | 140,8 | 69,4 | 94,3 | 92,8 | 105,3 | >0,05 |
| Знання, ум. од. | 4,6 | 1,5 | 3,4 | 1,8 | 2,8 | 1,4 | >0,05 |
| Руховий режим, хв | 66,5 | 133,1 | 79,3 | 104,2 | 86,8 | 93,8 | >0,05 |

Наступний етап математичного аналізу полягав у порівнянні результатів тестування учнів експериментальної групи на початку дослідження з аналогічними результатами тестування в його кінці.

Аналіз показників фізичного розвитку учнів експериментальної групи дозволяє зробити висновок про поліпшення його на достовірному рівні (табл. 3.7).

*Таблиця 3.7*

**Фізичний розвиток учнів експериментальної групи у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| Перше дослідження |
| Показники | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Довжина тіла, см | 125,5 | 5,2 | 124,7 | 5,2 | 135,3 | 5,7 | <0,05 |
| Маса тіла, кг | 24,1 | 3,3 | 24,5 | 3,6 | 28,1 | 2,5 | <0,05 |
| ОГК, см | 58,3 | 4,1 | 60,9 | 2,4 | 62,5 | 4,1 | <0,05 |
| Друге дослідження |
| Довжина тіла, см | 127,5 | 5,1 | 133,0 | 5,4 | 138,3 | 5,9 | <0,05 |
| Маса тіла, кг | 25,4 | 3,2 | 27,4 | 3,9 | 29,8 | 3,8 | <0,05 |
| ОГК, см | 63,3 | 4,3 | 65,1 | 3,2 | 66,6 | 3,6 | <0,05 |

Аналіз показників розвитку рухових якостей учнів експериментальної групи дозволяє зробити висновок про наявність позитивних статистично достовірних відмінностей всіх параметрів (табл. 3.8).

*Таблиця 3.8*

**Розвиток рухових якостей учнів експериментальної групи у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| Перше дослідження |
| Показники | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | -5,5 | 5,1 | -2,8 | 6,7 | 2,2 | 8,2 | <0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | 21,3 | 1,3 | 23,3 | 3,0 | 18,7 | 1,9 | <0,05 |
| Біг 30 м, с | 7,8 | 0,8 | 6,7 | 0,5 | 5,8 | 0,3 | <0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 1094,0 | 302,9 | 1128,0 | 230,3 | 1025,5 | 145,2 | <0,05 |
| Підтягування, разів | 4,9 | 5,6 | 5,6 | 5,5 | 6,7 | 6,3 | >0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | 113,7 | 17,9 | 135,5 | 17,5 | 149,8 | 15,6 | <0,05 |
| Друге дослідження |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | 1,6 | 6,4 | 2,6 | 6,7 | 5,8 | 7,3 | <0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | 20,1 | 1,6 | 19,2 | 1,2 | 17,3 | 1,3 | <0,05 |
| Біг 30 м, с | 7,3 | 0,7 | 6,4 | 0,5 | 5,8 | 0,1 | <0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 1268,4 | 350,1 | 1234,4 | 184,7 | 1717,0 | 159,0 | <0,05 |
| Підтягування, разів | 6,0 | 7,6 | 9,3 | 7,9 | 9,0 | 7,3 | <0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | 128 | 21,1 | 141,4 | 16,6 | 154,5 | 15,3 | <0,05 |

Аналіз сформованості мотиваційної сфери учнів експериментальної групи дозволяє зробити висновок про наявність достовірних позитивних відмінностей всіх параметрів (табл. 3.9)

*Таблиця 3.9*

**Розвиток мотиваційної сфери учнів експериментальної групи у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| Перше дослідження |
| Показники | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 2,5 | 2,8 | 5,5 | 4,6 | 4,5 | 3,2 | <0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | 88,4 | 167,5 | 98,7 | 152,1 | 191,8 | 26,1 | <0,05 |
| Знання, ум. од. | 4,8 | 1,8 | 4,1 | 1,8 | 2,3 | 1,2 | <0,05 |
| Руховий режим, хв | 69,8 | 116,6 | 61,3 | 61,5 | 107,7 | 32,1 | <0,05 |
| Друге дослідження |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 7,6 | 3,9 | 9,6 | 5,3 | 10,0 | 6,4 | <0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | 508,5 | 636,9 | 356,0 | 357,9 | 440,5 | 55,7 | <0,05 |
| Знання, ум. од. | 1,7 | 1,5 | 1,3 | 1,4 | 0,6 | 0,5 | <0,05 |
| Руховий режим, хв | 257,8 | 202,2 | 307,5 | 307,0 | 288,9 | 63,2 | <0,05 |

Аналізуючи динаміку показників загального розвитку учнів контрольної та експериментальної груп, можна зробити висновок про наявність змін цих показників в обох групах. Отже, для визначення ефекту впливу педагогічного експерименту необхідно порівняти величини зрушень показників. Значимість відмінності приростів показників буде свідчити про вплив педагогічного експерименту.

Порівняльний аналіз приростів показників фізичного розвитку учнів 1-го класу контрольної і експериментальної груп дозволяє зробити висновок про недостовірність відмінностей приросту показників довжини тіла, маси тіла учнів обох груп. Достовірність відмінностей приросту окружності грудної клітки можна пояснити впливом фізичних вправ у спеціально організованому педагогічному процесі.

Порівняльний аналіз приростів показників фізичного розвитку учнів 2-го класу дозволяє зробити висновок про недостовірність відмінностей приросту показників маси тіла учнів контрольної та експериментальної груп. Достовірність відмінностей приросту показників довжини тіла та окружності грудної клітки, за рахунок чого спостерігається процес гармонізації фізичного розвитку школярів і зменшення кількості дисгармонійно розвинених дітей в експериментальній групі. Достовірність відмінностей приросту показників окружності грудної клітки можна пояснити впливом педагогічного процесу.

Порівняльний аналіз приросту показників фізичного розвитку дозволяє зробити висновок про недостовірність відмінностей показника приросту довжини тіла учнів 3-х класів контрольної й експериментальної груп і про достовірність відмінностей приросту показників маси тіла та ОГК, причому приріст показників маси тіла в експериментальній групі менший, ніж у контрольній. Приріст показників ОГК більший, що сприяє гармонізації фізичного розвитку учнів експериментальної групи (табл. 3.10).

*Таблиця 3.10*

**Приріст показників фізичного розвитку учнів у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| КГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Довжина тіла, см | 2,2 | 1,7 | 4,2 | 1,7 | 2,5 | 1,3 | >0,05 |
| Маса тіла, кг | 0,9  | 1,5 | 2,4 | 1,5 | 2,5 | 1,0 | >0,05 |
| ОГК, см | 1,5 | 2,4 | 2,5 | 2,4 | 2,5 | 1,5 | >0,05 |
| ЕГ (n=13) |
|  | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| Довжина тіла, см | 2,0 | 2,2 | 5,6  | 2,2  | 3,0 | 1,2 | <0,05 |
| Маса тіла, кг | 1,2 | 1,6 | 2,8 | 1,6 | 1,7 | 0,9 | <0,05 |
| ОГК, см | 5,0 | 2,3 | 4,2 | 2,3 | 4,1 | 1,2 | <0,05 |

Порівняльний аналіз приростів показників розвитку рухових якостей учнів 1-х класів контрольної та експериментальної груп показує недостовірність відмінностей приросту показників витривалості і сили. Достовірність відмінностей приросту показників гнучкості, координаційних, швидкісних і швидкісно-силових здібностей (великий приріст в експериментальній групі) ми схильні пояснити цілеспрямованістю впливу саме на зазначені якості.

Порівняльний аналіз приростів показників розвитку фізичний якостей учнів 2–3-х класів контрольної та експериментальної груп показує недостовірність відмінностей приросту показників координаційних і швидкісно-силових здібностей.

Достовірність відмінностей приросту показників сили, витривалості, гнучкості та швидкісно-силових здібностей можна пояснити, очевидно, тим, що більшість хлопців експериментальної групи поставили собі за мету розвиток сили, а дівчата – гнучкості, і направили заняття на розвиток цих якостей (табл. 3.11).

*Таблиця 3.11*

**Приріст показників розвитку рухових якостей учнів у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| КГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | 1,7 | 5,2 | 3,9 | 5,2 | -0,9 | 1,3 | >0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | -0,1 | 2,6 | 3,8 | 2,6 | 0,8 | 1,1 | >0,05 |
| Біг 30 м, с | -0,6 | 0,5 | -0,2 | 0,5 | 0,02 | 0,3 | >0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 115,0 | 129,4 | 28,6 | 129,4 | 26,0 | 12,0 | >0,05 |
| Підтягування, разів | 1,5 | 2,7 | 0,9 | 2,7 | -0,3 | 1,8 | >0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | -3,2 | 20,1 | 5,6 | 20,1 | 2,4 | 11,9 | >0,05 |

*Продовження таблиці 3.11*

|  |
| --- |
| ЕГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Нахил вперед у в.п. сидячи, см | 7,0 | 4,5 | 8,3 | 4,5 | 3,5 | 1,4 | <0,05 |
| Човниковий біг3x10 м, с | 1,2 | 2,5 | 4,2 | 2,5 | 1,4 | 1,2 | <0,05 |
| Біг 30 м, с | 0,5 | 0,4 | 0,3 | 0,4 | 0,4 | 0,5 | <0,05 |
| 6-хвилинний біг, м | 176,7 | 198,1 | 163,1 | 198,1 | 119,4 | 12,4 | <0,05 |
| Підтягування, разів | 1,4 | 4,3 | 4,2 | 4,3 | 2,3 | 1,5 | <0,05 |
| Стрибок у довжину з місця, см | 14,2 | 11,1 | 7,0 | 11,1 | 7,0 | 3,0 | <0,05 |

Порівняльний аналіз приростів показників розвитку мотиваційної сфери учнів 1-го класу протягом експерименту показує достовірність відмінності цих приростів, причому цей показник в експериментальній групі достовірно вищий, що ми також схильні пояснити спрямованістю педагогічного процесу. Аналогічні висновки дозволяє зробити аналіз розвитку всіх показників мотиваційної сфери учнів 2–3-х класів (табл. 3.12).

*Таблиця 3.12*

**Приріст показників розвитку мотиваційної сфери учнів у ході експерименту (ẋ±σ)**

|  |
| --- |
| КГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=3) | 2 клас (n=6) | 3 клас (n=4) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 0,1 | 5,0 | -0,8 | 5,5 | -2,1 | 2,3 | <0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | -90,3 | 163,6 | -71,8 | 163,6 | -268,0 | 20,9 | <0,05 |
| Знання, ум. од. | 0,2 | 1,1 | 0,5 | 1,6 | -0,3 | 1,2 | <0,05 |
| Руховий режим, хв | -64,9 | 111,0 | -18,6 | 127,5 | -60,1 | 9,9 | <0,05 |

*Продовження таблиці 3.12*

|  |
| --- |
| ЕГ (n=13) |
| Показники | 1 клас (n=5) | 2 клас (n=5) | 3 клас (n=3) |  |
| ẋ | σ | ẋ | σ | ẋ | σ | р |
| Пізнавальні мотиви до фізичної культури, хв/тиж | 5,2 | 5,7 | 4,2 | 5,7 | 5,5 | 6,0 | <0,05 |
| Мотивація до виконання фізичних вправ, хв/тиж | 420,0 | 653,4 | 280,9 | 348,7 | 257,7 | 21,8 | <0,05 |
| Знання, ум. од. | 3,2 | 1,9 | 2,2 | 1,9 | 1,7 | 1,1 | <0,05 |
| Руховий режим, хв | 188,1 | 235,3 | 246,0 | 299,3 | 181,1 | 14,7 | <0,05 |

Таким чином, впровадження методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я дозволило констатувати значні позитивні зрушення по всіх досліджуваних показниках дітей експериментальної групи.

Порівняльний аналіз приростів показників розвитку фізичних якостей учнів 1-х класів контрольної та експериментальної груп показує недостовірність відмінностей приросту показників витривалості і сили. Достовірність відмінностей приросту показників гнучкості, координаційних, швидкісних і швидкісно-силових здібностей ми схильні пояснити цілеспрямованістю впливу саме на зазначені якості. Порівняльний аналіз приростів показників розвитку фізичний якостей учнів 2–3-х класів контрольної та експериментальної груп показує недостовірність відмінностей приросту показників координаційних і швидкісно-силових здібностей. Достовірність відмінностей приросту показників сили, витривалості, гнучкості та швидкісно-силових здібностей можна пояснити, очевидно, тим, що більшість хлопців експериментальної групи поставили собі за мету розвиток сили, а дівчата – гнучкості, і направили заняття на розвиток цих якостей. Порівняльний аналіз приростів показників розвитку мотиваційної сфери учнів 1-го класу протягом експерименту показує достовірність відмінності цих приростів, причому цей показник в експериментальній групі достовірно вищий, що ми також схильні пояснити спрямованістю педагогічного процесу. Аналогічні висновки дозволяє зробити аналіз розвитку всіх показників мотиваційної сфери учнів 2–3-х класів експериментальної групи.

**Висновки до третього розділу**

Основу розробки методики з формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я склав аналіз спеціальної методичної літератури.

В основу розробки експериментального підходу до формування мотивації дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я до занять фізичними вправами були покладені основні принципи оздоровлення дітей. Відмінною рисою експериментальної методики є її спрямованість, у першу чергу, на формування мотивації до занять фізичними вправами, що сприяє, на наш погляд, досягненню мети всього педагогічного процесу навчання та виховання – гармонійного розвитку особистості.

Досягнення цієї мети забезпечувалось вирішенням наступних завдань: формування мотивації до виконання фізичних вправ, що включало в себе: засвоєння необхідних теоретичних відомостей щодо особистої гігієни, рухового режиму, здорового способу життя; засвоєння теоретико-методичних знань з організації і виконання фізичних вправ; формування умінь виконання фізичних вправ: формування стійких позитивних мотивів до занять фізичними вправами; формування особистої індивідуальної мети занять фізичною культурою; стимулювання широкої пізнавальної активності в галузі фізичної культури; зміцнення здоров’я; розвиток життєво важливих рухових умінь і навичок; різнобічний розвиток рухових якостей і психічних процесів учнів.

Запропонована методика була спрямована на вирішення основних завдань за допомогою формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я.

Складовою частиною методики були теоретичні та методичні знання з фізичної культури.

Впровадження методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я дозволило констатувати значні позитивні зрушення по всіх досліджуваних показниках дітей експериментальної групи.

Порівняльний аналіз приростів показників розвитку фізичних якостей учнів 1-х класів контрольної та експериментальної груп показує недостовірність відмінностей приросту показників витривалості і сили. Достовірність відмінностей приросту показників гнучкості, координаційних, швидкісних і швидкісно-силових здібностей ми схильні пояснити цілеспрямованістю впливу саме на зазначені якості. Порівняльний аналіз приростів показників розвитку фізичний якостей учнів 2–3-х класів контрольної та експериментальної груп показує недостовірність відмінностей приросту показників координаційних і швидкісно-силових здібностей. Достовірність відмінностей приросту показників сили, витривалості, гнучкості та швидкісно-силових здібностей можна пояснити, очевидно, тим, що більшість хлопців експериментальної групи поставили собі за мету розвиток сили, а дівчата – гнучкості, і направили заняття на розвиток цих якостей. Порівняльний аналіз приростів показників розвитку мотиваційної сфери учнів 1-го класу протягом експерименту показує достовірність відмінності цих приростів, причому цей показник в експериментальній групі достовірно вищий, що ми також схильні пояснити спрямованістю педагогічного процесу. Аналогічні висновки дозволяє зробити аналіз розвитку всіх показників мотиваційної сфери учнів 2–3-х класів експериментальної групи.

**РОЗДІЛ 4**

**УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ**

Молодший шкільний вік – це вік інтенсивного психічного, інтелектуального та фізичного розвитку дитини. Основними новоутвореннями молодшого шкільного віку є: довільність і усвідомленість всіх психічних процесів і їх інтелектуалізація, їх внутрішнє опосередкування, що відбувається завдяки освоєнню системи понять; усвідомлення своїх власних змін внаслідок розвитку навчальної діяльності.

Фізичний розвиток молодшого школяра зумовлений дозріванням організму, що відкриває нові можливості для його діяльності, розгортання та поглиблення зв’язків із соціальним оточенням. Водночас дозрівання стимулюється і впливами зовнішнього середовища, про що свідчить загальне прискорення фізичного розвитку дітей, але діти цього віку мають, на жаль, відхилення у стані здоров’я.

У молодшому шкільному віці виділяють такі розповсюджені захворювання, що найчастіше зустрічаються серед школярів: анемія, анорексія, бронхіальна астма, бронхіти, болі в животі, геморагічні діатези, гідроцефалія, гіпотрофія, ларингоспазм, пієліт, пієлонефрит, плоскостопість, захворювання серцево-судинної системи, артеріальна гіпотонія, артеріальна гіпертонія, міопія, ожиріння, пневмонія, рахіт, порушення постави тощо, що можна компенсувати мотивуванням дітей молодшого шкільного віку до виконання фізичних вправ.

Головним компонентом у структурі навчальної діяльності з фізичного виховання є мотивація. Її можна визначити як складну багаторівневу систему збудників, що включає потреби, мотиви, інтереси, ідеали, прагнення, установки, емоції, цінності тощо. У загальному розумінні мотив – це те, що стимулює дитину до певної дії. Практика показує що навчання як процес засвоєння знань, навичок і умінь протікає успішно лише при досить високій пізнавальній активності дітей – прагненні до навчання, оволодіння більш повними і глибокими знаннями.

Мотивація – система спонукань, що зумовлюють активність організму і визначають її спрямованість. Мотивація ґрунтується на потребі, що стимулює пізнавальну активність дитини, її готовність до засвоєння знань, навичок.

Уроки фізичної культури є головною формою роботи з фізичного виховання, на яких учні оволодівають програмним матеріалом і здобувають мінімум потрібних знань, умінь і навичок, що забезпечує їм найкращий розвиток, зміцнення здоров’я.

Існують різні способи мотивувати молодших школярів до занять фізичними вправами: демонстрація позитивних впливів від фізичних навантажень; інтерес до нової справи; цікаві форми проведення занять; можливість самоствердитись; бути здоровим; можливість проведення, спільно з друзями, цікавого і корисного дозвілля тощо.

Всі зазначені мотиви можуть посилюватися і згасати на різних етапах навчання школярів, і їхня активність може залежати від різних факторів, пов’язаних з віком учнів, інтелектом, видом навчального матеріалу та іншими факторами. Виділені мотиви в повній мірі можна використовувати для формування мотивації і в області фізкультурної діяльності учнів молодших класів із відхиленнями у стані здоров’я.

Основу розробки методики з формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я склав аналіз спеціальної методичної літератури. В основу розробки експериментального підходу до визначення змісту процесу мотивації дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я до занять фізичними вправами були покладені основні принципи оздоровлення дітей. Відмінною рисою експериментальної методики є її спрямованість, у першу чергу, на формування мотивації до занять фізичними вправами, що сприяє, на наш погляд, досягненню мети всього педагогічного процесу навчання та виховання – гармонійного розвитку особистості.

Досягнення цієї мети забезпечувалося вирішенням наступних завдань: формування мотивації до виконання фізичних вправ, що включає в себе: засвоєння необхідних теоретичних відомостей щодо особистої гігієни, рухового режиму, здорового способу життя; засвоєння теоретико-методичних знань з організації і виконання фізичних вправ; формування умінь виконання фізичних вправ: формування стійких позитивних мотивів до занять фізичними вправами; формування особистої індивідуальної мети занять фізичною культурою; стимулювання широкої пізнавальної активності в галузі фізичної культури; зміцнення здоров’я; розвиток життєво важливих рухових умінь і навичок; різнобічний розвиток рухових якостей і психічних процесів учнів.

Базовий компонент методики був спрямований на вирішення основних завдань за допомогою формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я.

Складовою частиною методики були теоретичні та методичні знання з фізичної культури.

Впровадження методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я дозволило констатувати значні позитивні зрушення по всіх досліджуваних показниках дітей експериментальної групи.

В цілому, аналіз отриманих в ході дослідження даних дозволив зробити ряд висновків, які доводять: однорідність вибірки учнів до початку експерименту за всіма параметрами фізичного і мотиваційного розвитку; статистичну достовірність змін ряду показників розвитку учнів експериментальної групи за період дослідження; достовірність відмінностей приростів більшості показників фізичного і мотиваційного розвитку між експериментальною і контрольною групами; в експериментальній групі відбувався процес гармонізації фізичного розвитку за рахунок збільшення окружності грудної клітки і зменшення маси тіла школярів; в експериментальній групі більш інтенсивно відбувався розвиток основних фізичних якостей; ступінь сформованості мотиваційної сфери учнів експериментальної групи достовірно вищий, ніж у контрольній. Зокрема, показники рухового режиму, обсягу теоретичних знань, пізнавальних мотивів до занять фізичною культурою, мотивів до виконання фізичних вправ.

Кореляційний аналіз показав, що істотний вплив на основні параметри фізичного розвитку учнів надає ступінь сформованості мотивації до виконання фізичних вправ. Отже, методика навчання, спрямована на формування мотивації до виконання фізичних вправ є ефективним засобом впливу на рівень фізичного і мотиваційного розвитку досліджуваних учнів.

**ВИСНОВКИ**

У складному і багатогранному процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я одним із пріоритетних напрямів загальноосвітньої школи повинно бути формування в учнів стійкої мотивації до фізкультурної діяльності. Важливою передумовою формування мотивації є визначення ціннісних орієнтирів кожного учня і вибір на цій основі особисто-значимого і цікавого для школярів навчального матеріалу, який сприяв би виробленню у них моральної впевненості у цінності занять фізичними вправами.

У процесі експериментальної роботи доведено, що формуванню мотивації до систематичних занять фізичними вправами сприяє дотримання таких педагогічних умов: формування позитивного ставлення до занять фізичними вправами, результативність якого підвищується при засвоєнні не окремих розрізнених знань про значення фізичних вправ, а цілісної системи в тісній єдності з особисто значимими заняттями фізичною культурою і спортом; цілеспрямоване мотивування і стимулювання до активної фізкультурної діяльності; прищеплення інтересу до активних занять фізичними вправами; озброєння знаннями з фізичної культури та вмінням самостійно займатись фізичними вправами.

Отже, результати дослідження дозволили зробити наступні висновки:

1. У змісті фізичного виховання учнів молодших класів під впливом спеціально організованого педагогічного впливу відбувається зміщення акцентів з розвитку рухових умінь і фізичних якостей на формування мотивації до виконання фізичних вправ.

2. Між показниками фізичного розвитку, стану здоров’я, знаннями в галузі фізичної культури і ступенем сформованості мотивації до виконання фізичних вправ існують взаємозв’язки на високому рівні коефіцієнтів кореляції (0,84; 0,61; 0,64 – відповідно).

3. Розроблена та експериментально обґрунтована експериментальна методика, яка стала базовим компонентом програми фізичного виховання школярів молодших класів, спрямована на формування мотивації до виконання фізичних вправ, що забезпечує можливість формування цієї мотивації й ефективного використання засобів такої діяльності для зміцнення здоров’я і профілактики захворювань дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я.

4. Базова частина експериментальної методики, наповнена стандартними засобами фізичної культури (гімнастичні вправи, рухливі ігри, вправи легкої атлетики), і застосовувана на уроці фізичної культури в молодших класах дозволила гармонійно поєднувати знання в галузі фізичної культури, потреби і мотиви занять фізичною культурою з метою індивідуального розвитку, а також прищеплювати навички самостійного виконання фізичних вправ.

5. Організація процесу фізичного виховання, спрямована на формування мотивації до виконання фізичних вправ, призвела до поліпшення здоров’я, фізичної підготовленості, підвищення рівня розвитку психічних процесів, і, в цілому, сприяла гармонійному розвитку особистості. Учні експериментальної групи по закінченні дослідження мали вищий рівень здоров’я, розвиток фізичних якостей, психічних процесів, більш сформованої мотиваційної сфери в галузі фізичної культури (більший обсяг знань, більший руховий режим, більш сформовані пізнавальні мотиви до фізичної культури).

Таким чином, впровадження методики формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку з відхиленнями у стані здоров’я дозволило констатувати значні позитивні зрушення по всіх досліджуваних показниках дітей експериментальної групи.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Ареф’єв В. Г. Сучасні аспекти диференційованого програмування розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів загальноосвітньої школи / В. Г. Ареф’єв // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – 2014. – Вип. 9. – С. 12–16.
2. Ареф’єв В. Г. Основи теорії і методики фізичного виховання : підручник / В. Г. Ареф’єв. – Кам’янець-Подільський: ПП Буйницький О. А., 2014. – 368 с.
3. Асеев В. Г. Мотивационная регуляция поведения личности : Автореф. дис…докт. психол. наук:19.00.07 / В. Г. Асеев. – М.: МГУ, 2015. – 56 с.
4. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирование личности / В. Г. Асеев. – М.: Мысль, 1976. – 158 с.
5. Бабич В. І. Організація оздоровчої роботи у спеціальній медичній групі / В. І. Бабич // Держ. закл. «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». – Луганськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2010. – 108 с.
6. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд; пер. с англ. И. Андреев. – К.: Олимп. лра, 2009. – 528 с.
7. Безверхня Г. В. Формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом школярів та студентів : монографія / Г. В. Безверхня, В. В. Цибульська, Г. І. Гончар. – Умань: ВПЦ «Візаві», 2016. – 223 с.
8. Білецька В. В. Теоретико-методичне обґрунтування тестування фізичної підготовленості молодших школярів у процесі фізичного виховання : автореф. дис. … кандидата наук з фіз. вих. і сп.: спеціальність 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. В. Білецька. − К., 2008. − 20 с.
9. Бісмак О. В. Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах : навч. посіб. / О. В. Бісмак. – Х.: Вид-во Бровін О. В., 2010. – 202 с.
10. Боднар І. Ефективність уроків фізичної культури зі школярами спеціальної медичної групи / І. Боднар // Спортивний вісник Придніпров’я. – 2014. – № 1. – С. 12–16.
11. Боднар І. Р. Інтегративне фізичне виховання школярів різних медичних груп : монографія / І. Р. Боднар. – Львів: ЛДУФК, 2014. – 316 с.
12. Боднар І. Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальній медичній групі : навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання вищ. навч. закл. / І. Р. Боднар. – Львів, 2013. – 187 с.
13. Божович Л. И. Проблема развития мотивационной сферы ребенка. Изучение мотивации детей и подростков / Под ред. Л. И.Божович, Л. В. Благонадежной. – М.: Педагогика, 1972. – С. 7–45.
14. Бублей Т. А. Контроль і оцінювання навчальних досягнень учнів 5–9 класів, які мають відхилення у стані здоров’я / Т. А. Бублей // Зб. наук. праць «Педагогічні науки» Випуск № 3 (58). – Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського, вересень 2017. – С. 45–50.
15. Бублей Т. А. Сучасні тенденції у фізичному вихованні учнів основної школи з відхиленнями в стані здоров’я / Т. А. Бублей, Ж. Г. Дьоміна // Фізичне виховання в рідній школі. – Випуск № 5 (111). – 2017. – С. 37–41.
16. Галан Я. Формування мотивації до відвідування старшокласниками уроків з фізичної культури / Я. Галан // Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн: Матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції. – Чернівці, 2010. – С.107–110.
17. Герасимчук А. Новітні педагогічні технології в галузі фізичного виховання / А. Герасимчук, О. Ужеліна, Н. Базилюк, С. Каленська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві. – 2008. – № 1. – С. 152–154.
18. Глазирін І. Д. Основи диференційованого фізичного виховання [Текст]: навчальний посібник / І. Д. Глазирін. – Черкаси: Видавництво «Відлуння-Плюс», 2003. – 352 с.
19. Гуменна О. А. Фізіологічні характеристики організму дітей молодшого шкільного віку в різних умовах навчання : автореф. дис…. кандидата біол. наук : спеціальність 03.00.13 «Фізіологія людини і тварин» / О. А. Гуменна. − К., 2006. − 20 с.
20. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.07 / З. М. Діхтяренко; Ін-т пробл. виховання АПН України. – К., 2008. – 20 с.
21. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів : навч. посібник / О. Д. Дубогай − К.: Оріяни, 2011. − 152 с.
22. Дубровинская Н. В. Психофизиология ребенка: психофизиологические основы детской валеологии : учеб. Пособие [для студ. высш. учеб.заведений] / Н. В. Дубровинская, Д. А. Фарбер, М. М. Безруких. − М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2000. −144 с.
23. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. [навч. посіб.] / Т. В. Дуткевич. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 424 с.
24. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика : монографія / Мирослав Васильович Дутчак. − К.: Олімп. л-ра, 2009. − 279 с.
25. Дьоміна Ж. Г. Пріоритетний напрямок удосконалення системи фізичного виховання школярів, які мають нозологічні прояви / Ж. Г. Дьоміна, Т. А. Бублей // Гірська школа Карпат. – Випуск 3 (17). – 2017. – С. 41–45.
26. Задесенець М. П. Вікові особливості розвитку дітей і формування їх особистості / М. П. Засденець. – К.: Вища школа, 2000. – 263 с.
27. Занюк С. С. Мотивація діяльності: спонукання, активність, успіх / С. С. Занюк. – Луцьк: Волинський держ.ун-т, 1998. – 123 с.
28. Ильин Е. П. Мотивы человека: теория и методы изучения / Е. П. Ильин. –К.: Вища школа, 1998. – 292 с.
29. Іванова Л. І. Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров’я: теорія та методика : [монографія] / Л. І. Іванова – К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. – 600 с.
30. Іванова Л. І. Фізичне виховання у спеціальних медичних групах: теорія та методика: [навч. посібник] / Л. І. Іванова, Л. П. Сущенко. – К.: ТОВ «Козарі», 2012. – С. 214.
31. Інфекційні хвороби у дітей: підручник (ВНЗ ІV р. а.) / Л. І. Чернишова, А. П. Волоха, А. В. Бондаренко та ін.; за ред. Л. І. Чернишової. – 2-е вид., випр. – К.: Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2017. – 1016 с.
32. Келышев И. Г. Мотивы массового спорта / И. Г. Келышев // Психология личности и деятельности спортсмена. – М.: ГЦОЛИФК, 1981. – С. 31–39.
33. Ковалев В. И. Мотивы поведения и деятельности / В. И. Ковалев. –М.: Наука, 2018. – 192 с.
34. Ковальчук Л. В. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання в школі : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата наук з фіз. вих. і сп.: спеціальність 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Л. В. Ковальчук. − Львів, 2017. − 20 с.
35. Коробейнікова Л. Г. Особливості фізичного розвитку та формування психофізіологічних функцій у дітей молодшого шкільного віку в умовах різних форм навчання : автореф. дис. … на здобуття ступеня кандидата біол. наук: спец. 03.00.13 «Фізіологія людини і тварин» / Л. Г. Коробейнікова. − К., 2012. − 19 с.
36. Коротаєв Н. А. Роль засобів фізичної культури в профілактиці захворюваності, перевтоми і підвищення спеціальної роботоздатності юних спортсменів / Медико-біологічні та соціально-психологічні проблеми масової фізичної культури (За редакцією А. Г. Щербини). – Х., 2019. – С. 73.
37. Корсунська М. І. Особливості фізичного розвитку учнів початкових класів у організації фізкультурно-оздоровчої роботи / М. І. Корсунська, Л. О. Сиркін. – К.: Педагогічна думка, 2008. – 50 с.
38. Костюк Ю. С. Методика диференційованого навчання фізичних вправ учнів основної малокомплектної школи засобами баскетболу: автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.02 «теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров’я)» / Ю. С. Костюк. – К., 2015. – 24 с.
39. Кравчук Я. Теоретико-методичні засади диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів загальноосвітньої школи / Я. Кравчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць. – 2010. – №. 1 (9). – С. 21–25.
40. Круцевич Т. Ю. Мотиваційний підхід до організації процесу фізичного виховання у школі / Т. Ю. Круцевич // Наукові записки. Педагогіка: зб. наук. праць. – Тернопіль, 2004. – С. 35–39.
41. Круцевич Т. Ю. Управление физическим состоянием подростков в процессе физического воспитания : дис. доктора наук по физ. воспитанию и спорту: 24.00.02 / Татьяна Юрьевна Круцевич. – К., 2000. – 510 с.
42. Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей : учеб. пособие / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробйов. − К.: ТОВ «Поліграф-Експрес», 2005. − 195 с.
43. Кудикіна Н. В. Теоретичні засади педагогічного керівництва ігровою діяльністю молодших школярів у позаурочному навчально-виховному процесі : Автореф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.01 / Н. В. Кудикіна; Ін-т педагогіки АПН України. – К., 2014. – 41 с.
44. Кузьмінський А. І. Педагогіка: [підручник] / А. І. Кузьмінський, В. Л. Омельяненко. – К.: Знання, 2007. – 447 с.
45. Кулагіна І. Ю. Вікова психологія: повний життєвий цикл розвитку людини [навчальний посібник для студентів ВНЗ] / І. Ю. Кулагіна, В. Н. Колюцкий. – Х.: Сфера, 2011. – 464 с.
46. Куриш В. І. Оцінювання навчальних досягнень учнів середньої школи з предмету «Фізична культура» / В І. Куриш, М. І. Лук’янченко, М. В. Щербец. – Дрогобич: КОЛО, 2004. – 144 с.
47. Куценко Т. В. Стан властивостей психофізіологічних функцій у дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. … кандидата біол. наук : спеціальність 03.00.13 «Фізіологія людини і тварин» / Т. В. Куценко. − К., 2010. − 18 с.
48. Лещенко Г. А. Вплив особистості учителя на формування позитивного ставлення школярів до занять фізичними вправами / Г. А. Лещенко // Наука і сучасність: Збірник наукових праць Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. – К.: Логос. – 2009. – Ч. 1. – С. 42–49.
49. Лещенко Г. А. Формування позитивної мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами : Дис... канд. пед. наук: 13.00.09 / Національний педагогічний ун-т ім. М. П. Драгоманова. – К., 2018. – 193 с.
50. Лінкевич К. Стан соматичного здоров’я дітей молодшого шкільного віку, хворих на сколіоз на етапі адаптації до навчання у спеціалізованому закладі / К. Лінкевич, Т. Мамєєва-Протопопова, Я. Ковров // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2015. – Вип. 9, т. 2. – С. 182–184.
51. [Лукащук С. В.](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=fullwebr&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=A=&S21COLORTERMS=1&S21STR=%D0%9B%D1%83%D0%BA%D0%B0%D1%89%D1%83%D0%BA%20%D0%A1$) Принципи ведення дітей із частими та рецидивними захворюваннями дихальних шляхів (огляд літератури) / С. В. Лукащук, О. І. Лемко // [Современная педиатрия](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=%D0%9624603" \o "Періодичне видання). – 2016. – № 7. – С. 48–53.
52. Лук’янова О. М. Проблеми здоров’я здорової дитини та наукові аспекти профілактики його порушень / О. М. Лук’янова // Мистецтво лікування. – 2015. – № 2. – С. 6–15.
53. Майборода В. Виховання пізнавальних інтересів молодших школярів / В. Майборода, З. Друзь // Початкова школа. – 2018. – № 6. – С. 7–10.
54. Медико-біологічні основи валеології : навч. посібник [для студ. вищих навч. закладів] / Під ред. П. Д. Плахтія. − Кам’янець-Подільський: КПДУ, інформаційно-видав. відділ, 2017. − 408 с.
55. Мисів В. Організація диференційованого підходу до учнів в системі фізичного виховання в школі / В. Мисів // Вісник Прикарпатського університету. Серія :фізична культура. – 2012. – Вип. 16. – С. 78–83.
56. Москаленко Н. В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореф. дис. … д-ра наук з фіз. вих. і сп.: спеціальність 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. В. Москаленко. − К., 2009. − 42 с.
57. Москаленко Н. Створення інноваційної програми розвитку фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх школах / Н. Москаленко // Спортивний вісник. – Придніпров’я, 2005. – № 2 – С. 37–39.
58. Моторук Т. Подолання негативного впливу сучасного інформатизованого суспільства на фізичне здоров’я школяра / Стефанія Моторук, Агнія Панченко // Здоров’я та фізична культура. – 2012. – № 20. – С. 4–9.
59. Мухін В. М. Фізична реабілітація : [навчальне видання] / В. М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2005. – 470 с.
60. Поташнюк І. В. Теоретичні і методичні засади застосування здоров’язбережувальних технологій навчання учнів у загальноосвітніх навчальних закладах : автореф. дис… д-ра пед. наук : 13.00.02 / Ірина Валентинівна Поташнюк – К.: Б.в., 2012. – 42 с.
61. Приступа Є. Стан здоров’я школярів та можливості його корекції засобами фізичного виховання / Євген Приступа, Андрій Вовканич, Юрій Петришин // Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх : досвід, досягнення, тенденції : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф. – 2012. – № 3. – С. 122–126.
62. Присяжнюк С. І. Особливості методики розвитку фізичних якостей учнів початкових класів загальноосвітньої школи : монографія / С. І. Присяжнюк. – К.: Видавничий центр НУБіП України, 2014. – 340 с.
63. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів : Фізична культура. 1–4 класи. – Ірпінь : ВТФ «Перун», 2005. − 112 с.
64. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів : навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / Л. П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література, 2001. – 440 с.
65. Станиславская Е. Т. Формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой / Е. Т. Станиславская, Л. Б. Жарова // Тезисы научно-практ. конф. «Научные основы физкультурно-оздоровительной работы среди населения». – М.: ВНИИФК. – 2016. – С. 29.
66. Тимочко-Волошин Р. Особливості розпорядку дня та ставлення до фізичного виховання учнів спеціальних медичних груп 5–9 класів сільських шкіл / Р. Тимочко-Волошин // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К., 2016. – № 7 (77) 16. – С. 50–54.
67. Тимошенко О. В. Стан та основні напрями модернізації системи фізичного виховання школярів на сучасному етапі розвитку суспільства / О. В. Тимошенко, Ж. Г. Дьоміна // Фізичне виховання в школі, 2011. – № 5. – С. 47–48.
68. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : [навч. посібник]. / О. М. Худолій. – Х.: «ОВС», 2008. – 406 с.
69. Черпак Ю. В. Критерії оцінювання учнів на уроках фізичної культури в сучасних умовах / Ю. В. Черпак // Фізичне виховання в сучасній школі, 2012. – № 5. – С. 20–22.
70. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. / Б. М. Шиян. – Тернопіль:Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
71. Яців Я. М. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації / Я. М. Яців, Ю. О. Полатайко, Е. Й. Лапковський, З. В. Дума, Л. Б. Маланюк, Г. О. Пятничук, А. В. Синиця, Л. А. Хохлова. – Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2018. – 47 с.