

Аналогічною була картина з результатами проб із затримкою дихання на вдиху і видиху, яка характеризувала стан кисневого забезпечення організму досліджуваних. Підвищення цих показників спостерігається у юнаків 17 років, так за результатами досліджень проба Штанге становить $52,2 \pm 15,1$ с. У юнаків 15 років результат становить $48,3 \pm 14,2$ с, а у юнаків 16 років $45,5 \pm 12,7$ с.

Аналіз результатів проби Генче виявив, що індивідуальні результати, які були вище середньовікової норми мали юнаки 17 років – 12,5%, юнаки 16 років – 5,6 %, та 5,9 % – 15-річні юнаки. В ході нашого дослідження ми спостерігали ріст показників проби Генче із збільшенням віку.

В досліджуваних групах середньостатистичні значення індексу Робінсона збільшувались у 16 років і зменшувались у 17 років. Так, у юнаків 15 років $95,1 \pm 9,8$ у.о.; у юнаків 16 років $97,3 \pm 11,8$ у.о., у 17-річних $88,4 \pm 9,6$ у.о. Слід пам'ятати, що чим нижчі показники індексу Робінсона, тим вищі аеробні можливості організму.

Показники значень індексу Робінсона у більшості юнаків 15–17 років оцінювались на рівні нижче середнього і становлять 53% у 15-річних, 77,8% у 16-річних та 62,5% у 17-річних хлопців. Інша частина продемонструвала середній рівень.

Результати тестування функціонального стану серцево-судинної системи 15–17-річних юнаків показали, що ЧСС в стані відносного спокою знаходяться в межах фізіологічної вікової норми, не виявили суттєвої різниці між віковими групами. Підвищення показнику АТдіаст у досліджуваних юнаків 15–17 років зафіксовано у 63,7 %, лише 36,3 % юнаків потрапили у межі середньовікової норми. Показники СОК та ХОК у юнаків 15–17 років знаходились у межах норми, не виявлено і значних розбіжностей між віковими групами.

Функціональний стан дихальної системи за показником ЖЄЛ у більшості юнаків характеризується як нижче середнього рівня. У більшості юнаків показників проби Штанге і Генче були в межах вікової норми та фіксували ріст цих показників із збільшенням віку. Показники значень індексу Робінсона у більшості юнаків 15–17 років оцінювались на рівні нижче середнього.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Благій О. Л., Ярмак О. М. Сучасні підходи до моніторингу фізичного стану старшокласників. Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання спорту і туризму». Запоріжжя, 2009. С.25-26.
2. Бондар Т. С. Педагогічний контроль рівня фізичної підготовленості школярів в аспекті компетентнісного підходу [Електронний ресурс]. Народна освіта. 2011. № 3(15). Режим доступу : http://narodnaosvita.kiev.ua/Narodna_osvita/vupysku/15/statti/bondar.htm.
3. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня М. М. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. Київ : Олімп. Література, 2011. 224 с.
4. Лошицька Т. І. Аналіз функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем у юнаків з різними рівнями фізичного здоров'я та фізичної підготовленості. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Харків, 2005. №18. С.44.
5. Маліков М.В., Сватсьв А.В., Богдановська Н.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗДУ , 2006. 227 с.
6. Ярмак О. М. Аналіз сучасних систем оцінки рівня фізичного здоров'я юнаків. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2009. №1. С.158-161.

*Бурич Надія
Науковий керівник – доц. Грабик Н.*

СТАВЛЕННЯ УЧНІВ СІЛЬСЬКИХ І МІСЬКИХ ШКІЛ ДО УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Останнім часом дуже часто спостерігається зниження інтересу школярів до занять фізичної культури, що в свою чергу негативно впливає на здоров'я підростаючого покоління.

Рівень захворювання серед школярів різко прогресує, значно погіршується стан здоров'я, також знижується фізична підготовленість і працездатність [1, 4].

Підлітковий вік є найбільш сприятливим для формування мотивації до занять фізичною культурою. Адже в цьому віці починається активно формуватися індивідуальний спосіб життя, який є основою їхнього здоров'я у майбутньому [3].

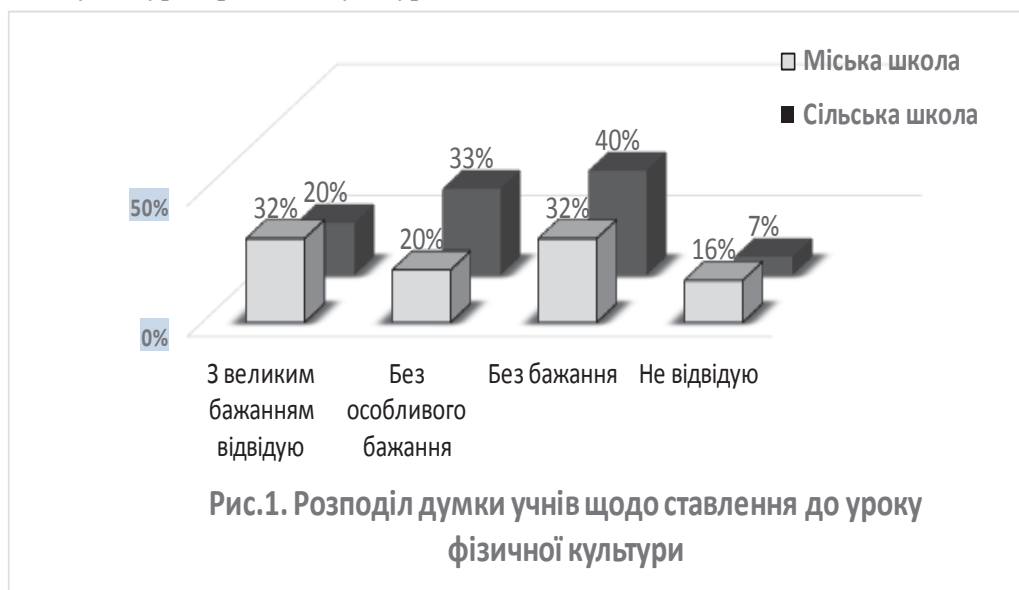
Аналіз спеціальної літератури свідчить про те, що сьогодні існує широкий спектр досліджень, пов'язаний із пошуком ефективних підходів спрямованих на удосконалення навчально-виховного процесу шкільного фізичного виховання. Одним із ключових напрямків у цьому процесі є формування в учнів інтересу до фізичного виховання, потреби у веденні здорового способу життя та в систематичному використанні фізичних вправ. На думку Я. Кравчука формування інтересу до фізичного виховання в школі потребує цілеспрямованої та систематичної діяльності вчителя, що включає формування спеціальних знань, практичну діяльність і створення позитивно емоційного фону [2].

Мета дослідження – визначити ставлення учнів сільських і міських шкіл до уроку фізичної культури.

Методи і організація дослідження. Були використанні наступні методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково – методичної літератури; анкетування, методи математичної статистики. Анкетування проводилося у 2019 році у ньому брали участь 50 учнів 13 років (8 клас) з них 15 учнів сільської школи і 35 учнів міської школи. Дослідження проводилося на базі сільської школи Друхівська ЗОШ I-III ступенів та на базі міської школи ЗОШ №16 м. Тернополя.

З метою визначити ставлення учнів сільських і міських шкіл до уроку фізичної культури ми провели опитування за власно розробленою анкетою. У дослідженні ми застосували індивідуальне та персональне анкетування. Анкети містила питання, які дозволяли виявити ставлення учнів до уроку фізичної культури.

Результати дослідження. Аналіз даних Рис.1 свідчить, що переважна більшість учнів (72%) відвідують урок фізичної культури без бажання.

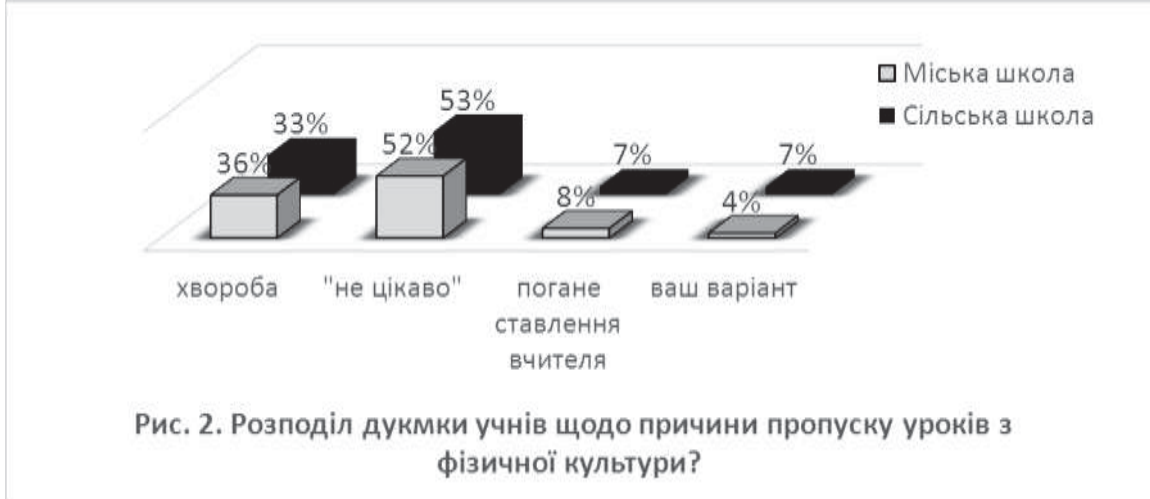


Лише 20% учнів сільської школи і 32% міської школи відвідують урок з великим бажанням. Невеликий відсоток учнів сільської школи (7%) та дещо більший у міській школі (16%) не відвідують урок фізичної культури. Насторожує той факт, що серед учнів більше третини відвідують уроки без особливого бажання.

Основними мотивами відвідування уроків з фізичної культури з метою підвищення фізичної підготовленості є для 40% учні сільської школи і 24% міської школи, покращити рівень здоров'я для 32% учнів міської школи і 20% учнів сільської школи. З метою цікаво провести час, уроки фізичної культури, відвідували 16% учнів міської школи і 8% сільської школи. Необхідно відмітити, що існує досить великий відсоток учнів як сільської так і міської школи (50%) учнів як відвідують урок для того щоб уникнути неприємностей.

Аналіз даних опитування свідчить про те, що 26% учнів сільської школи пропускають урок “без причини” дуже часто, а 60% учнів міської школи пропускають урок лише з “поважних причин”. Заслугує на увагу факт, що значний відсоток учнів як в сільській школі (48%) так і в міській (36%) “інколи” без причини пропускають уроки фізичної культури.

Результати аналізу проведеного дослідження (Рис. 2.) свідчать також про те, що для більше половини учнів міської школи (52%) і сільської школи (53%) причиною пропусків уроків фізичної культури є не цікавість самого уроку. Для 8% учнів міської школи і 7% учнів сільської школи причиною пропуску уроків фізичної культури є погане ставлення до них учителя із цього предмету. Більше третини учнів сільської (33%) і міської школи (36%) зазначили основною причиною пропуску уроку з фізичної культури є “хвора”.



На запитання: “Чи впливає особистість вчителя на бажання займатися фізичними вправами ” більшості учнів сільської школи (60%) та міської школи (76%) відповіли: “дуже впливає”. Для 26% учнів сільської школи і 20% учнів міської школи особистість вчителя немає значення.

Висновки. Аналіз результатів проведеного анкетування показав, що переважна більшість учнів відвідують урок фізичної культури без бажання. Разом із тим, необхідно відмітити, що великий відсоток учнів сільської і міської школи відвідують урок фізичної культури з великим бажанням. Основними мотивами відвідування уроків з фізичної культури для учнів є бажання покращити рівень здоров'я та підвищити фізичну підготовку. Не зважаючи на досить позитивне ставлення учнів до уроків фізичної культури, велика частина із них пропускають ці заняття. Основними причинами пропуску учнями занять з фізичної культури є те, що вони часто хворіють та їм “не цікаво”. Особистість вчителя має значний вплив на бажання займатися фізичними вправами. Проведений аналіз матеріалів свідчить, що практично не існує різниці у ставленні учнів сільських та міських шкіл до уроків фізичної культури.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ігнатенко С.О. Виховання в старших підлітків загальноосвітньої школи інтересу до фізичної культури і спорту. Адаптаційні можливості дітей та молоді. Матеріали VII (IX) Міжнародної науково-практичної конференції. Одеса 17-19 вересня 2008 року / [під ред. А.І. Босенка]. – Одеса: ПДПУ ім. К.Д.Ушинського, 2008. – С. 135-139.
2. Кравчук, Я. (2016). Формування у школярів інтересу до виконання фізичних вправ. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, (2(6), 67-71. Retrieved from <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/1189>
3. Столітенко Є. Виховання позитивного ставлення до фізичної культури в учнів 5-7 класів. *Фізичне виховання в школі*. 2001. № 3. С.40-44.
4. Сугула В.О., Васьков Ю.В., Бондар Т.С. Формування фізичної культури особистості — стратегічне завдання фізкультурної освіти учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2009. № 1. С.15-21.