

УДК 796.01

АДЕКВАТНІСТЬ САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЗА ПОКАЗНИКАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ХЛОПЦІВ СЕРЕДНІХ КЛАСІВ

Ігор Бакіко¹, Сергій Савчук², Віталій Дмитрук², Володимир Ковальчук²

¹Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна;

²Луцький національний технічний університет, Луцьк, Україна, bakiko_igor@mail.ru

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-02-56-61>

Анотації

Актуальність. Для виховання й формування цінностей особистої фізичної культури школяра необхідні відповідні умови організації фізичного виховання та визначення його значимого статусу й іміджу в суспільстві. Проте вчені відзначають край низький рейтинг цінностей фізичної культури в сучасному суспільстві. **Мета дослідження** – дослідження адекватності самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості хлопців середніх класів для визначення ефективності засобів педагогічного контролю в процесі фізичного виховання. **Методи дослідження** – аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програми з фізичної культури, педагогічне тестування фізичної підготовленості, методи математичної статистики, тест-опитувальник Є. В. Боченкової «Самоопис фізичного розвитку». Визначено фізичну підготовленість хлопців 6- та 9-го класів за загальноприйнятою методикою. Також надавалися відповіді на опитувальник для визначення самооцінки фізичного розвитку (за Боченковою Є. В.). **Результати дослідження та ключові висновки.** Самооцінка – це елемент самопізнання, рефлексії, яка характеризується емоційно насиченою оцінкою себе як особистості, своїх можливостей, критичним ставленням до себе й тим самим впливає на ефективність діяльності людини. Самооцінка формується протягом розвитку підлітків під впливом соціуму та може відображати їхні ціннісні орієнтації, які стимулюють або пригнічують діяльність, спрямовану на саморозвиток. Аналіз взаємозв'язку між показниками допомагає визначити засоби, завдяки яким хлопці відчують можливість досягнення визначеної мети. У цьому разі ми розглядаємо кореляційні зв'язки між самооцінкою й показниками фізичного розвитку. Найвищі коефіцієнти кореляції в шестикласників між даними самооцінки та фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,6$ (фізична активність) і $r = 0,21$ (самооцінка). Вагомі коефіцієнти кореляції дев'ятикласників між показниками самооцінки й фактичними даними фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (зовнішній вигляд) і $r = 0,28$ (фізична активність). Проведені дослідження виявили неадекватність самооцінки фізичної підготовленості хлопців середніх класів, що свідчить про важливість теоретичного висвітлення та практичного впровадження в уроки фізичної культури розділу педагогічного контролю й самоконтролю фізичної підготовленості, що має бути стимулом для самовдосконалення в процесі фізичного виховання.

Ключові слова: фізичне виховання, педагогічний контроль, школярі, самооцінка, кореляційний аналіз.

Ігорь Бакико, Сергей Савчук, Виталий Дмитрук, Владимир Ковальчук. Адекватность самооценки физического развития по показателям физической подготовленности ребят средних классов. Актуальность. Для воспитания и формирования ценностей личной физической культуры школьника необходимы соответствующие условия организации физического воспитания и определение его значимого статуса и имиджа в обществе. Однако ученые отмечают крайне низкий рейтинг ценностей физической культуры в современном обществе. **Цель исследования** – исследование адекватности самооценки физического развития по показателям физической подготовленности ребят средних классов для определения эффективности средств педагогического контроля в процессе физического воспитания. **Методы исследования** – анализ данных научно-методической литературы, нормативно-правовых документов, программы по физической культуре, педагогическое тестирование физической подготовленности, методы математической статистики, тест-опросник Е. В. Боченковой «Самоописание физического развития». Определяется физическая подготовленность ребят 6- и 9-го классов по общепринятой методике. Также предоставлялись ответы на опросник для определения самооценки физического развития (по Боченковой Е. В.). **Результаты исследования и ключевые выводы.** Самооценка – это элемент самопознания, рефлексии, которая характеризуется эмоционально насыщенной оценкой себя как личности, своих возможностей, критическим отношением к себе и тем самым влияет на эффективность деятельности человека. Самооценка формируется в течение развития подростков под влиянием социума и может отображать их ценностные ориентации, которые стимулируют или подавляют деятельность, направленную на саморазвитие. Анализ взаимосвязи между показателями помогает определить средства, благодаря которым ребята чувствуют возможность достижения определенной цели. В этом случае мы рассматриваем корреляционные связи между самооценкой и показателями физического развития. Самые высокие коэффициенты корреляции в шестиклассников между показателями самооценки и фактическими данными физического развития не превышают $r = 0,6$ (физическая активность) и $r = 0,21$ (самооценка). Весомые коэффициенты корреляции девятиклассников между

показателями самооценки и фактическими показателями физического развития не превышают $r = 0,9$ (внешний вид) $r = 0,28$ (физическая активность). Проведенные исследования выявили неадекватность самооценки физической подготовленности ребят средних классов, свидетельствует о важности теоретического освещения и практического внедрения в уроки физической культуры раздела педагогического контроля и самоконтроля физической подготовленности, который должен быть стимулом для самосовершенствования в процессе физического воспитания.

Ключевые слова: физическое воспитание, педагогический контроль, школьники, самооценка, корреляционный анализ.

Ihor Bakiko, Sergiy Savchuk, Vitaly Dmitruk, Vladimir Kovalchuk. Adequacy of Physique Self-Assessment in Terms of Physical Preparedness Indicators of Middle School Boys. Topicality. For the upbringing and formation of the pupil's personal physical culture values, appropriate conditions for the PE organization and the determination of its significant status and image in society are necessary. However, scientists note an extremely low rating of physical culture values in modern society. **The Purpose of the Research** is to study adequacy of physique self-assessment in terms of physical preparedness indicators of middle school boys for determination of the pedagogical control means effectiveness during the PE process. **Research Methods** are analysis of scientific and methodological paper data, statutory documents, PE programs, pedagogical physical fitness testing, methods of mathematical statistics, Ye. Bochenkova's test questionnaire «Physique self-assessment». The physical preparedness of 6 and 9th form boy pupils was determined according to the generally accepted methodology. The questionnaire answers (according to Ye. Bochenkova) to determine the physique self-assessment has been provided. **Research Findings.** Self-assessment is a component of self-knowledge, reflection, which is characterized by an emotionally rich assessment of oneself as a person, one's capabilities, and a critical attitude towards oneself and thereby affects the effectiveness of a person's activity. Self-assessment is formed during the adolescents' growth under the influence of society and can reflect their value orientations, which stimulate or suppress activities aimed at self-development. The analysis of the relationship between indicators determines the means by which male pupils feel the possibility of achieving a certain goal. In this case, we consider the correlations between self-esteem and indicators of physical development. The highest correlation coefficients in sixth-graders between self-esteem indicators and actual indicators of physical development do not exceed $r = 0,6$ (physical activity) and $r = 0,21$ (self-assessment). Significant correlation coefficients of 10-form boys between self-assessment indicators and actual indicators of physique do not exceed $r = 0,9$ (appearance) $r = 0,28$ (physical activity). The conducted researches revealed the inadequacy of middle school boys physique self-assessment, testifies to the importance of theoretical coverage and practical implementation of the pedagogical control and self-control sections on physical preparedness in PE lessons, which should be an incentive for self-improvement during PE process.

Key words: physical education, pedagogical control, schoolchildren, self-assessment, method of correlation analysis.

Актуальність. Для виховання й формування цінностей особистої фізичної культури школяра потрібні відповідні умови організації фізичного виховання та визначення його значимого статусу й іміджу в суспільстві [11]. Проте вчені відзначають украй низький рейтинг цінностей фізичної культури в сучасному суспільстві [2].

Згідно з думкою авторів [3], необхідні кардинальні зміни щодо розуміння суті фізичної культури на базі широкого філософсько-культурологічного підходу, що дає можливість зорієнтувати систему неспеціальної фізкультурної освіти на формування й відтворення людини в цілісній єдності тілесного та духовного [12].

Критеріями оцінки ефективності педагогічної діяльності у сфері неспеціальної фізкультурної освіти, на думку М. Маєвського [6], мають бути не лише рівень придбаних нових фізкультурних знань, формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних здібностей, але й позитивне мотиваційно-потребове ставлення до фізичної культури, що може проявлятися у зверненні до саморозвитку, самовираження, самооцінки, самоконтролю, самопізнання, самовиховання, самореалізації, самовизначення, самоосвіти, самовдосконалення, тобто до самореалізації й удосконалення свого духовного та фізичного начала, що і є важливим феноменом культури [4; 5].

Мета роботи – дослідження адекватності самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості хлопців середніх класів для визначення ефективності засобів педагогічного контролю в процесі фізичного виховання.

Методи дослідження. Дослідження проводили на базі Луцької загальноосвітньої школи № 17. У дослідженні задіяно 100 школярів середніх класів (50 хлопців 6-го класу та 50 юнаків 9-го класу). Вік респондентів – 11 і 14 років. Школярів проінформовано про всі особливості дослідження. Вони дали згоду на участь в експерименті.

Організація дослідження. Дослідження проводили протягом березня–квітня 2021 р. Спочатку ми визначали фізичну підготовленість хлопців 6- та 9-го класів за загальноприйнятою методикою. У хлопців визначали довжину тіла, масу тіла, частоту серцевих скорочень у стані спокою, артеріальний систолічний і діастолічний тиск, життєву ємність легень, тест Руф'є, пробу Мартине-Кушелевського,

індекс маси тіла, життєвий, силовий індекси, індекс Робінсона. Також школярі виконували контрольні вправи: біг 30 м, рівномірний біг (6-й кл. – 600 м (без урахування часу), 9-й кл. – 1500 м), згинання та розгинання рук в упорі лежачи, сила правої й лівої кистей, піднімання тулуба в сід, стрибок у довжину з місця, «човниковий» біг 4x9 м, нахил тулуба вперед із положення сидячи, тест «Фламінго».

Також школярі відповідали на питання опитувальника для визначення самооцінки фізичного розвитку (за Боченковою Є. В.). Пропонувалося дати самооцінку своєму фізичному розвитку, серед таких показників, як «здоров'я», «координація рухів», «фізична активність», «стрункність тіла», «спортивні здібності», «глобальне фізичне Я», «зовнішній вигляд», «сила», «гнучкість», «витривалість» і «самооцінка». Опитувальник передбачав 70 тверджень, які стосуються сфери фізичного розвитку людини, і показник загальної самооцінки. Запропоновано шість можливих відповідей: правильно, неправильно і чотири проміжних відповіді між ними.

Для досягнення мети використано такі методи дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програми з фізичної культури, педагогічне тестування фізичної підготовленості, методи математичної статистики (математична сума, середнє арифметичне, кореляційний аналіз), тест-опитувальник Є. В. Боченкової «Самоопис фізичного розвитку».

Результати дослідження. Як визначено [7; 8; 9], самооцінка – це елемент самопізнання, рефлексії, яка характеризується емоційно насиченою оцінкою себе як особистості, своїх можливостей, критичним ставленням до себе та тим самим впливає на ефективність діяльності людини. Самооцінка формується протягом розвитку підлітків під впливом соціуму й може відображати їхні ціннісні орієнтації, які стимулюють або пригнічують діяльність, спрямовану на саморозвиток.

Аналіз взаємозв'язку між показниками дає змогу визначити засоби, завдяки яким хлопці відчувають можливість досягнення визначеної мети. У цьому разі ми розглядаємо кореляційні зв'язки між самооцінкою та показниками фізичного розвитку. «Координація рухів» у хлопців 6-го класу має від'ємну кореляцію з «човниковим» бігом 4x9 м ($r = -0,38$). Це свідчить про те, що при низькому об'єктивному результаті в тесті самооцінка здібності узгодженості рухів завищена. Такий показник самооцінки, як «фізична активність», не має жодного значущого кореляційного зв'язку з результатами рухових тестів. Рівень своїх «спортивних здібностей» хлопці відчувають залежно від швидкісно-силових якостей (стрибок у довжину з місця) ($r = 0,30$) та розвитку спритності («човниковий» біг 4x9 м) ($r = -0,37$). У «зовнішньому вигляді» існує від'ємна кореляція із ЧССсп. уд/хв та «човниковим» бігом 4x9 м (по $r = -0,35$). Така фізична якість, як «сила», під час самооцінки має зв'язок із показниками ССС, зокрема АТсист. та АТдіаст. ($r = 0,30$ та $r = -0,33$ відповідно), а також із силою правої кисті ($r = -0,32$). «Гнучкість» має кореляційний зв'язок із такими вправами рухових тестів, як стрибок у довжину з місця ($r = 0,31$) та «човниковий» біг 4x9 м ($r = -0,38$). «Витривалість» має від'ємну кореляцію із АТдіаст. ($r = -0,30$) і силою лівої кисті ($r = -0,45$).

«Самооцінка» фізичного розвитку хлопців 6-х класів ґрунтується на показниках маси тіла ($r = 0,33$), ЧССсп. уд/хв ($r = -0,39$), життєвого індексу ($r = -0,44$), індексу Робінсона ($r = -0,32$) та «човникового» бігу 4x9 м ($r = -0,35$) (табл. 1).

Таблиця 1

Кореляційний аналіз самооцінки фізичного розвитку з фізичною підготовленістю хлопців 6-го класу (n = 50)

Самооц. Фіз. під.	Здор.	Коорд. рухів	Фіз. акт.	Стр. тіла	Спорт. здіб.	Гл. фіз. Я	Зовн. вигл.	Сила	Гнуч.	Витр.	Самооц.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ДТ	0,10	0,04	-0,08	0,08	0,06	-0,01	0,00	-0,14	0,06	-0,22	0,01
МТ	0,24	-0,02	-0,01	0,16	0,21	-0,02	0,20	-0,05	0,11	0,20	0,33
ЧСС _{сп. уд/хв.}	-0,31	-0,05	-0,01	-0,21	-0,17	-0,05	-0,35	-0,04	-0,29	-0,11	-0,39
АТсист.	-0,16	0,19	-0,09	-0,07	-0,10	0,10	-0,12	0,30	0,06	0,14	-0,14
АТдіаст.	0,42	0,13	0,11	0,04	0,02	-0,18	0,24	-0,33	0,10	-0,30	0,24
ЖЕЛ	-0,03	-0,18	0,16	-0,03	-0,03	-0,05	-0,03	0,06	-0,06	0,10	-0,27
Тест Руф'є	0,20	0,03	0,01	-0,06	0,02	0,00	0,10	-0,02	0,22	-0,15	0,28
Проба М.-К.	-0,03	0,08	-0,03	-0,09	0,10	0,01	-0,08	0,00	0,09	0,10	-0,07
ІМТ	-0,35	-0,05	-0,22	0,00	-0,24	-0,04	-0,16	0,00	0,07	-0,09	-0,22
ЖІ	-0,14	-0,18	0,16	-0,12	-0,14	-0,05	-0,15	0,07	-0,10	0,01	-0,44
СІ	-0,23	0,00	-0,07	-0,12	-0,17	0,04	-0,18	-0,02	-0,10	-0,20	-0,21
ІР	-0,43	0,04	-0,09	-0,03	-0,05	0,23	-0,21	0,26	-0,02	0,03	-0,32
Біг 30 м	0,16	0,05	-0,03	0,02	0,00	-0,06	0,18	-0,04	0,02	-0,09	0,28

Закінчення таблиці 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Рівн. біг	-0,01	0,21	0,04	0,14	0,16	0,22	0,02	0,10	0,12	-0,03	-0,09
Згин. розг. рук	0,16	0,26	0,05	0,13	0,21	0,14	0,18	0,12	0,24	-0,04	0,15
Сила пр. кисті	0,14	0,00	-0,02	0,09	-0,14	-0,17	0,08	-0,32	0,05	-0,20	0,09
Сила лів. кисті	0,16	0,12	-0,12	0,08	-0,07	-0,10	0,11	-0,22	0,10	-0,45	0,27
Піднімання тулуба	0,13	0,24	-0,04	0,26	0,14	0,20	0,15	0,06	0,11	-0,15	0,14
Стрибок у довж. з місця	0,09	0,26	0,04	0,19	0,30	0,21	0,23	0,13	0,31	0,12	0,23
Човниковий біг	-0,16	-0,38	-0,11	-0,23	-0,37	-0,29	-0,35	-0,12	-0,38	0,01	-0,35
Нахил тулуба	0,10	0,08	-0,02	0,01	-0,05	-0,06	-0,01	0,03	0,03	-0,11	-0,11
Тест «Фламінго»	-0,07	-0,09	0,00	-0,02	-0,09	-0,03	-0,02	-0,11	-0,14	-0,01	0,01
Сума Σ	0,382	0,268	0,151	0,226	0,284	0,226	0,315	0,254	0,278	0,286	0,464
r Сер. ар.	0,17	0,12	0,6	0,102	0,12	0,102	0,14	0,11	0,12	0,13	0,21

Примітка. $r(p = 0,05) = 0,2731$; $r(p = 0,01) = 0,354$.

Самооцінка «координації рухів» у юнаків 9-го класу має кореляційний зв'язок з АТсист. ($r = 0,31$), АТдіаст. ($r = 0,44$), силою правої кисті ($r = 0,31$), підніманням тулуба в сід ($r = 0,31$), нахил тулуба вперед із положення сидючи ($r = 0,56$) та від'ємну кореляцію з пробою Руф'є ($r = -0,40$), рівномірним бігом ($r = -0,37$), силою лівої кисті ($r = -0,35$), стрибком у довжину з місця ($r = -0,35$) і «човниковим» бігом 4x9 м ($r = -0,52$). Оскільки самооцінка «координації рухів» розглядається через «човниковий» біг 4x9 м та тест «Фламінго», можна стверджувати, що самоопис координації рухів у юнаків завищений. «Фізична активність» має значущий кореляційний зв'язок із масою тіла ($r = 0,44$), ЧССсп. уд/хв ($r = 0,46$), індексом маси тіла ($r = 0,41$), індексом Робінсона ($r = 0,51$), нахилом тулуба вперед ($r = 0,50$). Від'ємний кореляційний зв'язок простежуємо серед таких показників фізичної підготовленості, як тест Руф'є ($r = -0,45$), життєвий і силовий індекси ($r = -0,36$; $r = -0,33$), сила лівої кисті ($r = -0,30$), стрибок у довжину з місця ($r = -0,31$) та «човниковий» біг 4x9 м ($r = -0,46$). «Стрункість тіла» корелює з тестом Руф'є ($r = 0,44$), згинанням і розгинанням рук в упорі лежачи ($r = 0,30$), «човниковим» бігом 4 x 9 м ($r = 0,32$). Простежуємо негативну кореляцію з АТдіаст. ($r = -0,44$) та нахилом тулуба вперед ($r = -0,37$). У самооцінці «спортивних здібностей» спостерігаємо кореляцію з АТдіаст. ($r = 0,34$), підніманням тулуба в сід ($r = 0,32$) і тестом Руф'є ($r = -0,38$). Самооцінка «Глобального, фізичного "Я"» має кореляційний зв'язок із АТдіаст. ($r = 0,32$) та негативну кореляцію прослідковуємо серед довжини тіла ($r = -0,37$) і згинанням та розгинанням рук ($r = -0,38$). Силкові якості юнаків під час самооцінки мають значущі кореляційні зв'язки ($p < 0,001$) з такими тестами, як ЧССсп. уд/хв ($r = 0,38$), стрибок у довжину з місця ($r = 0,32$). Від'ємну кореляцію простежуємо лише в ЖЄЛ ($r = -0,38$). «Витривалість» має кореляційний зв'язок із такими показниками, як маса тіла ($r = 0,41$), ЧССсп. уд/хв ($r = 0,35$), індекс маси тіла ($r = 0,37$), індекс Робінсона ($r = 0,30$). Прослідковуємо від'ємну кореляцію в пробі Мартинє-Кушелєвського ($r = -0,31$), життєвим і силовим індексом ($r = -0,35$; $r = -0,37$) та «човниковим» бігом 4x9 м ($r = -0,42$). Під час «самооцінки» фізичного розвитку не виявлено жодного суттєвого кореляційного зв'язку (табл. 2).

Дискусія. Результати нашого дослідження вікових та статевих особливостей ставлення школярів до свого фізичного «Я» збігаються з результатами наукового дослідження Боченкової Е. В. [1]. Авторка також досліджувала самооцінку юнаків і дівчат. Свої фізичні здібності юнаки оцінюють вище, ніж дівчата. Але загальна самооцінка дівчат має завищений характер. Під час вивчення вікових особливостей самоопису фізичного розвитку можемо відзначити, що в хлопців середнього шкільного віку, порівняно з хлопцями старшого шкільного віку, значення самоопису вище у 8-ми з 11-ти показників. У хлопців 5–7 класів, порівняно із юнаками старших класів (10–11 класи), показники самоопису також вищі в 9 з 11 показників. При цьому загальна самооцінка юнаків вища, ніж у дівчат. Такий результат дослідження збігається з даними Е. П. Ільїна. Автор відзначає, що старшокласники-юнаки загалом більш задоволені своєю зовнішністю та дають їй більш високу оцінку, ніж дівчата. В. П. Ситников також стверджує, що хлопці оцінили свої тілесні характеристики суттєво вище, ніж дівчата. Вони надають власному фізичному «Я» велике значення [10]. Але такі вчені, як М. Ю. Степанова та Д. А. Федерякин, за результатами досліджень самоопису школярів, стверджують, що самооцінка й рівень домагань не мають статевої різниці в середньому шкільному віці. Також вони

стверджують, що фізичний розвиток дітей не суттєво впливає на самооцінку. Це вступає в протиріччя з результатами наших попередніх досліджень.

Таблиця 2

Кореляційний аналіз самооцінки фізичного розвитку із фізичною підготовленістю юнаків 9-го класу (n = 50)

Самооц. Фіз. під.	Здор.	Коорд. рухів	Фіз. акт.	Стр. тіла	Спорт. здіб.	Гл. фіз. Я	Зовн. вигл.	Сила	Гнуч.	Витр.	Самооц.
ДТ	-0,50	0,15	0,19	0,02	-0,13	-0,37	0,10	-0,14	0,23	0,27	0,00
МТ	-0,31	0,17	0,44	-0,11	0,07	-0,20	0,20	0,15	0,05	0,41	0,09
ЧСС _{СП. УДХВ.}	-0,32	0,19	0,46	-0,25	0,04	0,20	0,13	0,38	-0,23	0,35	0,13
АТ _{снст.}	0,18	0,31	0,28	-0,21	0,26	0,24	0,11	-0,09	-0,04	0,18	-0,12
АТ _{діаст.}	0,06	0,44	0,17	-0,44	0,34	0,32	0,06	-0,04	0,00	0,24	0,07
ЖЕЛ	-0,24	0,14	-0,16	-0,05	-0,25	-0,16	0,13	-0,38	0,19	0,04	-0,02
Тест Руф'є	0,53	-0,40	-0,45	0,44	-0,38	-0,09	-0,06	0,01	0,04	-0,12	0,27
Проба М.-К.	-0,14	-0,21	-0,24	-0,01	0,05	-0,10	-0,23	-0,27	0,23	-0,31	0,17
ІМТ	-0,19	0,14	0,41	-0,13	0,12	-0,10	0,20	0,21	0,00	0,37	0,12
ЖІ	0,38	-0,22	-0,36	0,19	-0,03	0,07	-0,18	-0,22	0,06	-0,35	-0,20
СІ	0,38	-0,06	-0,33	0,12	-0,13	0,16	-0,12	-0,09	-0,07	-0,37	-0,07
ІР	-0,41	0,19	0,51	-0,12	-0,11	-0,01	-0,04	0,21	-0,09	0,30	-0,13
Біг 30 м	-0,11	-0,01	0,03	0,02	-0,24	-0,26	-0,01	0,10	0,10	0,22	-0,26
Рівн. біг	0,00	-0,37	-0,16	0,21	-0,04	-0,04	0,00	0,29	-0,05	-0,23	0,08
Згин. розг. рук	-0,13	-0,13	-0,09	0,30	-0,15	-0,38	0,05	-0,09	0,20	-0,03	0,07
Сила пр. кисті	-0,54	0,31	0,14	-0,39	0,26	0,18	0,09	-0,03	0,15	-0,12	-0,17
Сила лів. кисті	0,26	-0,35	-0,30	0,24	-0,04	0,09	0,00	0,29	0,02	-0,08	0,14
Піднімання тулуба	-0,37	0,31	0,17	-0,19	0,32	0,06	0,16	0,04	0,21	0,16	-0,14
Стр. у довж. з місця	0,37	-0,35	-0,31	0,17	-0,05	0,22	-0,04	0,32	-0,07	-0,07	0,14
Човниковий біг	0,11	-0,51	-0,46	0,32	-0,26	-0,06	-0,05	0,14	0,08	-0,42	0,18
Нахил тулуба	-0,48	0,56	0,50	-0,37	0,26	-0,06	0,10	-0,21	0,05	0,23	-0,23
Тест «Фламінго»	-0,05	0,11	0,20	0,04	-0,12	-0,28	-0,03	-0,26	-0,06	0,07	-0,04
Сума Σ	0,606	0,563	0,636	0,434	0,365	0,365	0,209	0,396	0,222	0,494	0,284
r Сер. ар.	0,27	0,25	0,28	0,19	0,16	0,16	0,9	0,18	0,1009	0,22	0,12

Примітка. $r(p = 0,05) = 0,2731$; $r(p = 0,01) = 0,354$.

Висновок. Найвищі коефіцієнти кореляції в шестикласників між показниками самооцінки й фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,6$ (фізична активність) та $r = 0,21$ (самооцінка).

Вагомі коефіцієнти кореляції в дев'ятикласників між показниками самооцінки й фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (зовнішній вигляд) $r = 0,28$ (фізична активність).

Проведені дослідження виявили неадекватність самооцінки фізичної підготовленості хлопців середніх класів, що свідчить про важливість теоретичного висвітлення й практичного впровадження в уроки фізичної культури розділу педагогічного контролю та самоконтролю фізичної підготовленості, який має бути стимулом для самовдосконалення хлопців у процесі фізичного виховання.

Перспективи подальших розвідок полягають у виявленні адекватності самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості дівчат середніх класів.

Джерела та література

1. Боченкова Е. В. Формирование позитивного самоотношения студентов в процессе физического воспитания (на примере экономического вуза): [автореферат]. Краснодар, 2000. 21 с.
2. Дедух М. Сформованість цінностей індивідуальної фізичної культури юнаків та дівчат. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*: зб. наук. праць. Житомир, 2018. № 6 (25). С. 47–54.
3. Ільченко С. Мотивація до занять спортом і відвідування занять з фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 1. С. 15–19.

4. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Структура моделі ціннісних орієнтирів індивідуальної фізичної культури школярів різних вікових груп. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 5 (67). С. 5–10. URL: <http://journals.urau.ua/index.php/1991-0177/article/view/145466>
5. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Гендерні особливості самоопису фізичного розвитку школярів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2015. № 12. С. 56–60.
6. Маєвський М. Формування фізичної культури особистості як головна мета фізичного виховання студентської молоді. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. 2019. С. 62–68.
7. Маєвський М. І. Ціннісні орієнтації у сфері фізичної культури і спорту студентів педагогічних спеціальностей: [дисертація]. Умань: Уманський держ. пед. ун-т, 2016. 251 с.
8. Марченко О. Вікові та гендерні особливості формування цінностей індивідуальної фізичної культури школярів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту: наук.-теорет. журн.* 2018. № 3. С. 80–87.
9. Москаленко Н., Яковенко А., Сидорчук Т., Марченко О. Європейські стандарти шкільного фізичного виховання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2019. 4 (48). С. 51–54. <https://doi.org/10.29038/2200-7481-2019-04-51-54>
10. Ситников В. П. Психологія образу ребенка (в сознании субъектов педагогического процесса): [автореферат]. Санкт-Петербург, 2001. 33 с.
11. Федоренко Є. О. Формування мотивації до спеціально організованої рухової активності старшокласників: [автореферат]. Дніпропетровськ, 2011. 23 с.
12. Цибульська В. В. Формування мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних спеціальностей на різних формах навчання: [автореферат]. Дніпропетровськ, 2019. 22 с.

References

1. Bochenkova, E. V. (2000). Formirovanie pozitivnogo samootnosheniia studentov v processe fizicheskogo vospitaniia [Formation of positive students self-attitude to Physical education]. Krasnodar, 21.
2. Diedukh, M. (2018). Sformovanist tsinnosti indyvidualnoi fizychnoi kultury yunakiv ta divchat [Individual physical culture values of boys and girls]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zb. nauk. prats; Zhytomyr*, 25, 47–54.
3. Ilchenko, S. (2017). Motyvatsiia do zaniat sportom i vidviduvannia zaniat z fizychnoho vykhovannia studentiv pedahohichnykh spetsialnosti [Motivation to sports and PE classes for students of Pedagogical specialties]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, 1, 15–19.
4. Krutsevych, T. Yu., Marchenko, O. Yu. (2018). Struktura modeli tsinnisnykh oriientyriv indyvidualnoi fizychnoi kultury shkoliariv riznykh vikovykh hrup [The model structure of schoolchildren`s individual physical education values of different age groups]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*, 5 (67), 5–10.
5. Krutsevych, T. Yu., Marchenko, O. Yu. (2015). Henderni osoblyvosti samoopysu fizychnoho rozvytku shkoliariv [Gender features of schoolchildren`s physical development self-description]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 12, 56–60.
6. Maievskiy, M. (2019). Formuvannia fizychnoi kultury osobystosti yak holovna meta fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi [Formation of personal physical culture as the main purpose of student`s youth education]. *Zb. nauk. prats Umanskoho derzh. ped. un-u*, 62–68.
7. Maievskiy, M. I. (2016). Tsinnisni oriientsi u sferi fizychnoi kultury i sportu studentiv pedahohichnykh spetsialnosti [Value orientations in Physical Culture and Sports of students of Pedagogical specialties]. *dysertacija, Uman: Umanskyi derzh. ped. un-t*, 251.
8. Marchenko, O. (2018). Vikovi ta henderni osoblyvosti formuvannia tsinnosti indyvidualnoi fizychnoi kultury shkoliariv [Age and gender features of schoolchildren`s individual PE values]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. Naukovo-teoretychnyi zhurnal*, 3, 80–87.
9. Moskalenko, N., Yakovenko, A., Sydorchuk, T., Marchenko, O. (2019). Yevropeiski standarty shkilnoho fizychnoho vykhovannia [The European standards of school PE]. *Fizychno vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, 4 (48), 51–54. <https://doi.org/10.29038/2200-7481-2019-04-51-54>
10. Sytnikov, V. P. (2001). Psykholohiia obraza riebiienka (v soznanii subiektov peidahohyeheskoho protsessa) [The child`s image psychology (on the pedagogical process person`s minds): avtoref. Sankt-Peterburg, 33.
11. Fedorenko, Ye. O. (2011). Formuvannia motyvatsii do spetsialno orhanizovanoi rukhovoi aktyvnosti starshoklasnykiv [Motivation for specially organized motor activity of high school students]: avtoref. Dnipropetrovsk, 23.
12. Tsybul'ska, V. V. (2019). Formuvannia motyvatsii do profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky studentiv pedahohichnykh spetsialnosti na riznykh formakh navchannia [Motivation for professional and applied physical training of students of pedagogical specialties in various forms of education]: avtoref. Dnipropetrovsk, 22.

Стаття надійшла до редакції 24.04.2021 р.