

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

УДК 796.011.3-057.874

Іванна Боднар

Ставлення учнів середнього шкільного віку до уроків фізичної культури

Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів)

Постановка наукової проблеми та її значення. Наукові дослідження свідчать, що в підлітковому віці спостерігається значне зниження рухової активності на фоні зниження зацікавленості уроками фізичної культури в школі й негативного ставлення до занять фізичними вправами взагалі [1; 4]. Для оптимізації рухової активності школярів, підвищення ефективності впливу фізичного виховання на організм учні шукають нові підходи до складання навчальних програм; вирішують питання оптимізації дозування фізичних навантажень з урахуванням типологічних особливостей учнів; визначають продуктивні форми організації діяльності школярів та формують методичні прийоми, котрі посилюють мотивацію учнів до уроків фізичної культури. Розробці й упровадженню в процес шкільного фізичного виховання сучасних засобів та форм рухової активності повинно передувати з'ясування мотивів, що приваблюють, і причин, які зменшують бажання школярів займатися фізичними вправами.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми показав, що найчастіше об'єктом дослідження були діти якогось одного віку [7] або цілого періоду без диференціації за віком [5; 6; 9], тому важко прослідкувати динаміку змін їхнього ставлення до фізичної культури. В окремих наукових дослідженнях [6; 7; 11] подаються результати опитування учнів лише однієї статі, що суттєво обмежує діапазон висновків. Практично відсутні дані про особливості ставлення дітей, скерованих до різних медичних груп. Локальність інформації ускладнює правильний вибір засобів і форм фізичного виховання учнів.

Окремі джерела [9] стверджують, що шкільні уроки фізичної культури не приваблюють кожного другого підлітка. Є також і такі дані, що позитивно ставляться до традиційних уроків фізичної культури втричі менше (14 % дівчат) від тих, які ставляться позитивно (57 %) [8; 11]. Одні фахівці зауважують, що незадовільне ставлення до уроку фізичної культури притаманне здебільшого хлопцям [10], інші – що дівчатам [6], треті – для юних спортсменів [5], які не можуть реалізувати свого фізичного потенціалу під час уроків фізичної культури. Обмежені й суперечливі дані, важливість означеної проблеми вказують на актуальність додаткових досліджень.

Завдання дослідження – установити самооцінку ставлення учнів різних статевих, вікових і медичних груп до уроків фізичної культури, порівняти її з думкою батьків; з'ясувати мотиви, що спонукають дітей до участі в уроках фізичної культури.

Методи й організація дослідження. Застосовувалися методи аналізу, узагальнення даних спеціальної літератури та емпіричних даних, опитування (анкетування). Опитано 1017 учнів середнього шкільного віку сільських і міських середніх загальноосвітніх шкіл чотирьох регіонів України, серед яких – 510 дівчат і 507 хлопців. Представників 5-х класів було 365 осіб, 7-х – 342 особи, 9-х – 310 осіб. До вибірки увійшов 671 учень, скерований лікарями до основної, 327 – до підготовчої та 59 – спеціальної медичних груп (СМГ). Серед батьків, котрі взяли участь в опитуванні, було 13,58 % представників чоловічої статі, 86,42 % – жіночої. Для обробки застосовано методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Установлено, що ставлення підлітків до уроків фізичної культури є вищим від середнього ($8,60 \pm 1,98$ бала за 10-бальною шкалою). Співвідношення оцінок, зображено на рис. 1, й підтверджує дані про добре ставлення дітей середнього шкільного віку до уроків фізичної культури, оскільки більшість школярів оцінюють його найвищою кількістю балів; ще близько 30 % оцінюють своє ставлення на 9 і

8 балів. Відтак, підтверджено результати частини дослідників [2; 7; 10] про те, що більшість учнів середнього шкільного віку (89,9–87,3 %) позитивно ставиться до уроків фізичної культури й відвідує їх із радістю; лише невелика кількість дітей залишається байдужою до уроків фізичної культури або уроки фізичної культури не завжди їм до вподоби; ще меншій кількості учнів (19,0–1,27 %) уроки не подобаються зовсім. Позитивне ставлення більшості дітей середнього шкільного віку є однією із засадничих передумов розв'язання на якісно новому рівні всього комплексу оздоровчих, освітніх і виховних завдань у системі шкільного фізичного виховання.

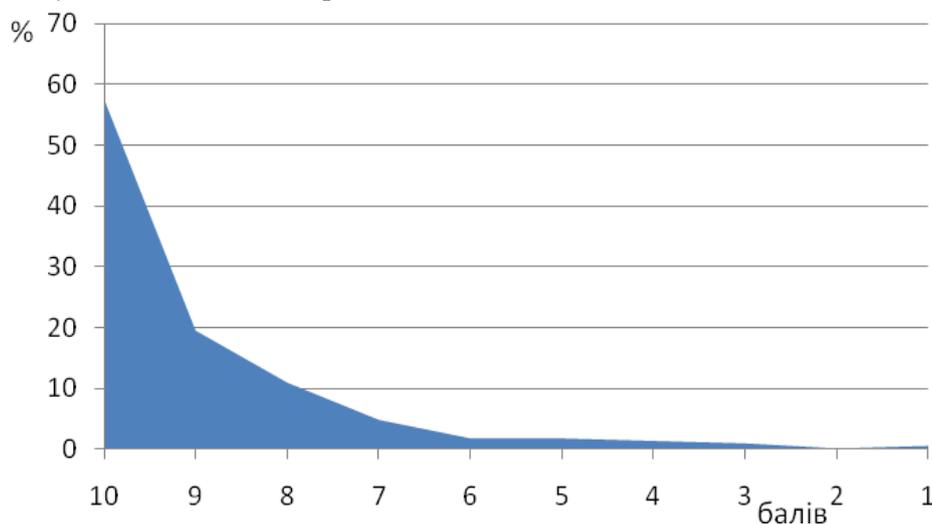


Рис.1. Оцінки ставлення учнів до уроку фізичної культури

Батьки підтверджують, що ставлення їхніх дітей є хорошим. Згідно з отриманими даними, бажання дітей займатися на уроках фізичної культури вони оцінюють трохи вище ($p=0,06$) від самих дітей ($8,80 \pm 1,70$ балів за 10-бальною шкалою). Ця оцінка несуттєво відрізняється від оцінки ставлення самих дітей до уроків фізичної культури, що свідчить про знання батьками зацікавленість власних дітей і довірливі відносини в родині.

Попри досить високий рівень приязні школярів до уроків фізичної культури, нашими дослідженнями з'ясовано, що з віком ставлення дітей до уроків фізичної культури має тенденцію до погіршення (з $9,24 \pm 1,37$ бала в школярів 5-х класів до $8,95 \pm 1,61$ бала в 7-х класах і до $8,60 \pm 1,98$ бала ($p < 0,01$) у 9-х класах). Тенденція до зниження інтересу до фізичної культури в учнів із роками навчання підтверджуються й іншими фахівцями [2; 12]. Самооцінки власного ставлення дітей різних медичних груп підкріпили наше припущення про те, що в умовах зниження рівня здоров'я також спостерігається тенденція до погіршення ставлення школярів до уроків фізичної культури (з $9,17 \pm 1,50$ балів до $8,89 \pm 1,13$ бала, $p > 0,05$). Установлено, що ставлення дівчат ($8,28 \pm 2,49$ бала) до уроків фізичної культури є дещо гіршим ($p = 0,064$), аніж у хлопців ($9,00 \pm 1,00$ балів). Це й не дивно, адже дівчата частіше від хлопців у зв'язку із погіршенням стану здоров'я, скеровуються до СМГ.

Виправити ситуацію та сприяти підтриманню цікавості до уроків фізичної культури дасть змогу знання рухових уподобань школярів, яке допоможе вчителю підібрати відповідні вправи для зацікавлення до рухової активності дітей залежно від віку, статі й рівня здоров'я.

Аналіз та узагальнення результатів дослідження дають підставу стверджувати, що найбільшою спонукальною потужністю в уроках фізичної культури слугує можливість школярів покращити своє здоров'я (61,5 %). Цей мотив (рис. 2) є найголовнішим стимулом до регулярних занять фізичними вправами й суттєво ($p < 0,000$) випереджає інші. Великою мірою на переконання дітей в оздоровчому впливі уроків фізичної культури впливає популярний стереотип про позитивний взаємозв'язок між руховою активністю чи заняттями спортом і зміцненням здоров'я. Уважаємо, що в дітей середнього шкільного віку ще недостатньо досвіду, аби переконатися в користі фізичних навантажень. Друге за значущістю місце (38,3 %–36,3 %) посідають такі **мотиви**, як можливість розважитися, весело провести час, отримати позитивні емоції, відпочити після інтелектуальних навантажень, покращити самопочуття, удосконалити фігуру й підвищити рівень фізичної підготовленості. Вони свідчать про вагомість для учнів середнього шкільного віку рекреаційного, оздоровчого та гедоністичного складників уроку фізичної культури. Потреби в активному відпочинку й психічному розвантаженні реально існують у сучасних школярів і бажання їх задовольнити слугують мотивами до участі в уроках

фізичної культури. Освітні й особистісно орієнтовані мотиви, такі як бажання отримати знання, довідатися нове, покращити розумову працездатність, а також реалізувати себе та отримати можливість порівняти себе з іншими тощо, надихають учнів середньої школи до участі в уроці фізичної культури незначною мірою (7,8–12,4 %) і суттєво ($p < 0,000$) відстають у рейтингу. Наші дослідження підтверджують дані вчених про те, що основними мотивами в дітей середнього шкільного віку до занять фізичними вправами є бажання бути здоровим (24,1 %), мати гарну фігуру (20,7 %) тощо [9].

Проведені дослідження, однак, дали змогу встановити, що з роками навчання зростає ($p < 0,000$) кількість учнів, яким в уроках фізичної культури імponує можливість зміцнити здоров'я (у сумі – на 22,65 %), але водночас збільшується кількість учнів, які прагнуть активно відпочити після інтелектуальних навантажень (20,08 %, $p < 0,000$), розважитися, весело провести час, отримати позитивні емоції (13,12 %, $p < 0,01$), покращити самопочуття (13,53 %, $p < 0,01$), а також форми тіла (22,89 %, $p < 0,000$) і фізичну підготовленість (18,12 %, $p < 0,000$). Разом із тим із роками навчання спостерігається тенденція до зменшення кількості тих, які прагнуть покращити розумову працездатність (на 2,88 %) та отримати нові знання (на 1,09 %). Із віком структура інтересів дітей має тенденцію до змін на «доросліші», проте рейтинг мотивів практично не змінюється й мотив здоров'я незмінно посідає перше рейтингове місце, усе ж уже не так сильно випереджаючи решту (лише на 7,80 %).



Рис. 2. Мотиви, що спонукають до участі в уроках фізичної культури учнів середнього шкільного віку

Результати дослідження встановили несхожість у мотивах, що спонукають до участі в уроках фізичної культури хлопців і дівчат (рис. 3). Так, для хлопців (на 18,23 %, $p < 0,000$) важливішою є можливість покращити свою фізичну підготовленість, а також (на 8,62 %, $p < 0,01$) шанси реалізувати себе й порівняти свої можливості з іншими. Дівчат уроки фізичної культури приваблюють (на 14,65 %, $p < 0,001$) перспективою вдосконалення фігури.

Наші результати відповідають даним літератури, оскільки науковці також зауважили, що в хлопців і дівчат різні мотиви є провідними. Хлопці зазвичай перед уроками фізичного виховання ставлять за мету покращення здоров'я, перевірку сил, волі, активний відпочинок, емоційну розрядку, самовдосконалення, самовираження; тоді як дівчата прагнуть активно відпочити, поспілкуватися з друзями, отримати задоволення, позитивні емоції, удосконалити форми тіла, покращити здоров'я [3].

Аналіз отриманих даних свідчить про те, що існують суттєві розбіжності (рис. 4) у першорядних мотивах в учнів різних медичних груп. Провідним мотивом до занять фізичним вихованням для дітей із послабленим здоров'ям виступає бажання відпочити після розумових навантажень. Потреба відпочити від інтелектуальних навантажень є більшою у СМГ на 10,88 % і на 22,43 % ($p = 0,4$ та $p = 0,083$), відповідно, ніж в учнів підготовчої й основної медичних груп. Наступними за значущістю виступають

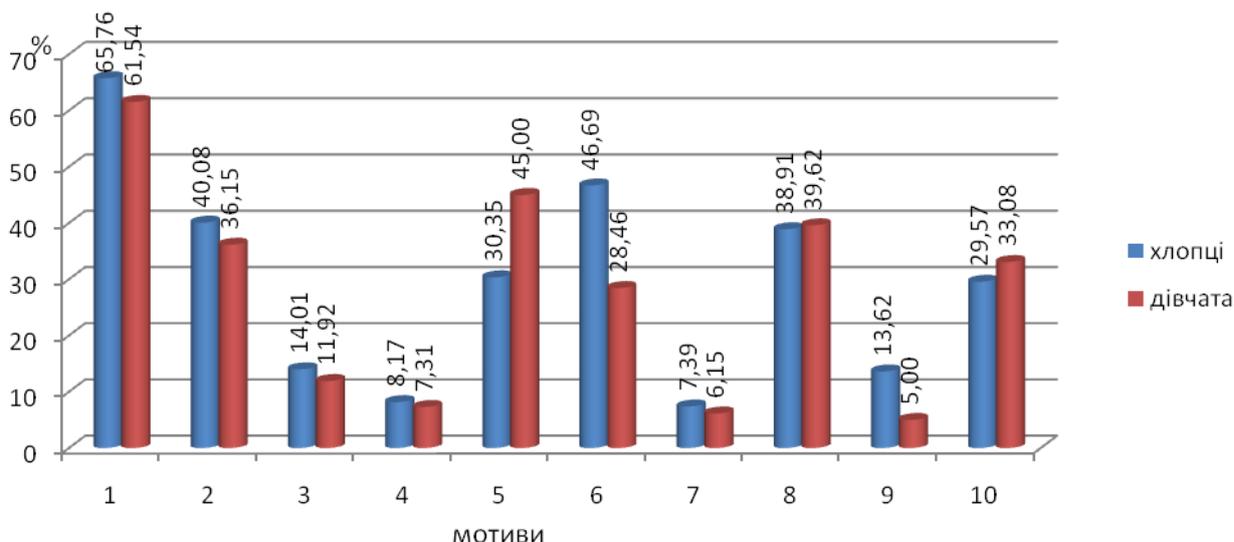


Рис.3. Мотиви, що спонукають до участі в уроках фізичної культури учнів різної статі

1 – покращення здоров'я, 2 – можливість відпочити після інтелектуальних навантажень, 3 – спілкування, 4 – можливість отримати знання, довідатися нове, 5 – покращення фігури, 6 – покращення рівня фізичної підготовленості, 7 – покращення розумової працездатності, 8 – можливість розважитися, весело провести час, отримати позитивні емоції, 9 – самореалізація, можливість порівняти себе з іншими, 10 – покращення самопочуття

бажання розважитися та отримати позитивні емоції (47,37 %) і покращити самопочуття (47,37 %). Цей факт характеризує ставлення учнів СМГ до уроку фізичної культури не як до навчального предмета, а як до доступного способу рекреації, забави та втіхи, тоді як школярі основної й підготовчої груп розглядають урок фізичної культури як можливість покращити здоров'я (64,18 % і 64,93 %, відповідно) і підвищити рівень фізичної підготовленості (44,68 % та 31,34 %). Зауважимо, що шансом покращення здоров'я урок приваблює суттєво меншу кількість учнів СМГ, ніж представників підготовчої й основної груп (на 22,82 %, $p=0,055$ і 22,08 %, $p=0,056$, відповідно), можливістю вдосконалення фізичної підготовленості – на 15,55 % та 28,89 % ($p=0,18$ і $p<0,05$, відповідно), покращення тілобудови – на 35,00 % і 25,29 % ($p<0,01$ та $p<0,05$). Відтак, можна зробити висновок, що учні з послабленим здоров'ям не розглядають шкільний урок фізичної культури як місце напруженої праці над собою, а лише як полігон для веселощів і розваг. Можливо, це пояснюється тим фактом, що учні СМГ часто не беруть безпосередньої участі в уроці фізичної культури разом з однокласниками, а просиджують його на лаві. Правдоподібно також, що урокам фізичної культури не завадило б додати більше можливостей для емоційної розрядки всіх дітей, проте, імовірно, що діти з послабленим здоров'ям потребують її більше від інших.

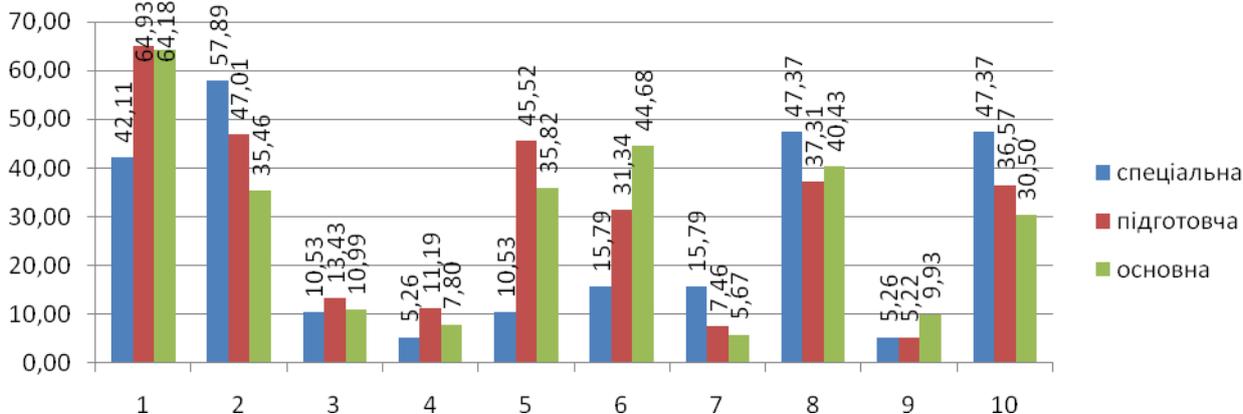


Рис.4. Мотиви, що спонукають до участі в уроках фізичної культури учнів різних медичних груп

1 – покращення здоров'я, 2 – відпочинок після інтелектуальних навантажень, 3 – спілкування, 4 – нові знання, 5 – удосконалення фігури, 6 – покращення фізичної підготовленості, 7 – покращення розумової працездатності, 8 – розваги, веселе проведення часу, позитивні емоції, 9 – самореалізація, можливість порівняти себе з іншими, 10 – покращення самопочуття

Висновки й перспективи подальших досліджень. Виявлено вище від середнього ставлення ($8,60 \pm 1,98$ балів за 10-бальною шкалою) підлітків до уроків фізичної культури; більшість школярів (88,19 %) оцінюють його на 8–10 балів. Батьки підтвердили хороше ставлення своїх дітей до уроків фізичної культури. Підтверджено, що з віком сприйняття дітьми уроків фізичної культури погіршується ($p < 0,01$) з $9,24 \pm 1,37$ бала до $8,60 \pm 1,98$ бала. З'ясовано, що дещо гіршим є ставлення до фізичної культури у дівчат, ніж у хлопців ($p = 0,064$), а також у дітей СМГ, ніж в учнів, скерованих до основної медичної групи ($p > 0,05$).

Підтверджено дані вчених про те, що основним мотивом до участі в уроці фізичної культури в дітей середнього шкільного віку є бажання покращити здоров'я; цей мотив суттєво ($p < 0,000$) випереджає решту мотивів. На другому за популярністю місці – мотиви рекреаційного, оздоровчого та гедоністичного спрямування (можливість розважитися, весело провести час, отримати позитивні емоції, відпочити після інтелектуальних навантажень, покращити самопочуття, удосконалити фігуру й підвищити рівень фізичної підготовленості). Хоча мотив зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання незмінно посідає перше рейтингове місце в школярів різних вікових груп, усе ж із роками навчання в школі відбувається наближення його рейтингу до рейтингу решти мотивів. Кількість учнів, які прагнуть активно відпочити після інтелектуальних навантажень (20,08 %, $p < 0,000$), розважитися, весело провести час, отримати позитивні емоції (13,12 %, $p < 0,01$), покращити самопочуття (13,53 %, $p < 0,01$), а також покращити форми тіла (22,89 %, $p < 0,000$) і фізичну підготовленість (18,12 %, $p < 0,000$) збільшується зі зростанням навчального навантаження з кожним роком навчання в школі.

Підтверджено, що в хлопців і дівчат різні мотиви участі в уроці фізичної культури є провідними. З'ясовано, що перспектива покращити свою фізичну підготовленість (на 18,23 %, $p < 0,000$), а також шанси реалізувати себе й порівняти свої можливості з можливостями інших (на 8,62 %, $p < 0,01$) є важливішими для хлопців, ніж для дівчат; тоді як дівчатам уроки фізичної культури подобаються (на 14,65 %, $p < 0,001$) можливістю вдосконалення фігури.

Учні з послабленим здоров'ям більшою мірою, ніж здорові, прагнуть розважитися, відпочити, поспілкуватися та отримати позитивні емоції під час уроків фізичної культури. Для суттєво меншої кількості учнів СМГ (аніж серед школярів підготовчої й основної груп) привабливим в уроці фізичної культури є шанс зміцнити здоров'я (на 22,82 %, $p = 0,055$ і 22,08 %, $p = 0,056$, відповідно), можливістю вдосконалення фізичної підготовленості (на 15,55 %, $p = 0,18$ і 28,89 %, $p < 0,05$, відповідно), покращення фігури (на 35,00 %, $p < 0,01$ і 25,29 %, $p < 0,05$).

Список використаної літератури

1. Безверхня Г. В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5–11 класів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Г. В. Безверхня. – Умань, 2003. – 22 с.
2. Булгаков О. І. Формування дієвого ставлення учнів загальноосвітніх шкіл до занять фізичною культурою, як основи здорового фізично активного способу життя / О. І. Булгаков, А. С. Бондар, І. О. Кузьменко, А. Х. Дейнеко, Л. К. Гріщенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2009. – №2. – С. 157–160.
3. Ковальова Н. Організація рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників у позаурочний час / Наталія Ковальова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2011. – № 3. – С.48–51. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/tmfvs/2011_3/pdf/art_48.pdf
4. Круцевич Т. Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания : дис. ... д-ра наук по физ. воспитанию и спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Т. Ю. Круцевич. – К., 2000. – 510 с.
5. Кушнерчук І. Оцінка учнями змісту шкільної фізичної культури та їх ставлення до танцювальних вправ на уроках [Електронний ресурс] / Ірина Кушнерчук // Молода спортивна наука України, 2009. – Т. 2. – С. 71–76. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/msnu/2009/2/09kiiptl.pdf (дата звернення 5.03.2013)
6. Петрина Л. Ставлення школярок 15–19 років до занять різними видами рухов активності / Леся Петрина // Молода спортивна наука України, 2008. – Т. 4. – С. 166–171. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/msnu/2008-t4/08plloma.pdf 21 02.2013 (дата звернення 03.03.2013)
7. Півень О. Особливості мотивації дівчат 12–14 років до занять фізичною культурою [Електронний ресурс] / Олександр Півень, Олександр Гордієнко // Гуманітарний вісник. – № 26. – Педагогіка. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/gvpkhdpi/2012_26/226_230.PDF

8. Пристинський В. М. Проблема залучення школярів середньої вікової групи до занять фізичною культурою і спортом / В. М. Пристинський, З. М. Ягупець, Чижова Г. Г. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/2009_64/5/Pristinskiq.pdf (дата звернення 05.03.2013)
9. Ріпак М. О. Роль фізичної культури у формуванні здорового способу життя учнів середнього шкільного віку / М. О. Ріпак, Г. Г. Маланчук, І. М. Ріпак, Г. О. Чеголя // Молода спортивна наука України, 2010. – Т. 4. – С. 160–164.
10. Ситник Р. Шляхи використання музичного супроводу на уроках фізичної культури / Роман Ситник // Молода спортивна наука України, 2009. – Т. 2. – С. 161–165.
11. Шевців У. С. Мотиви відвідування старшокласниками шкільних уроків фізичної культури та ставлення до їх змісту / У. С. Шевців // Молодіжний науковий вісник, 2007. – С. 33–36.
12. Здоровье молодых людей и окружающая их среда Исследование «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC): результаты международного обследования 2001/2002 г Политика здравоохранения в отношении детей и подростков, № 4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0009/110232/e82923R.pdf

Анотації

Представлено результати дослідження ставлення до уроків фізичної культури учнів середнього шкільного віку, що належать до різних статевих, вікових і медичних груп. Застосовувалися методи аналізу, узагальнення даних спеціальної літератури та емпіричних даних, опитування (анкетування), методи математичної статистики. Опитано 1017 учнів середнього шкільного віку різних регіонів України. Виявлено вище від середнього ставлення підлітків до уроків фізичної культури. Підтверджено, що з віком ставлення до уроків фізичної культури погіршується. З'ясовано, що децю гіршим є ставлення до фізичної культури в дівчат, ніж у хлопців, а також у дітей, скерованих до спеціальної медичної групи, ніж у практично здорових дітей. Із роками навчання в школі відбувається зниження значущості мотиву здоров'я й підвищення значущості мотивів рекреаційного, оздоровчого та гедоністичного спрямування. Підтверджено, що в хлопців і дівчат провідними є різні мотиви участі в уроці фізичної культури. З'ясовано, що мотиви покращити свою фізичну підготовленість, а також реалізувати себе та порівняти свої можливості з можливостями інших є важливішими для хлопців, ніж для дівчат; тоді як дівчатам уроки фізичної культури подобаються можливістю вдосконалення фігури. Учні з послабленим здоров'ям більше, ніж здорові, прагнуть розважитися, відпочити, поспілкуватися й отримати позитивні емоції під час уроків фізичної культури. Для суттєво меншої кількості учнів спеціальної медичної групи (аніж серед учнів підготовчої та основної груп) привабливим в уроці фізичної культури є шанс зміцнити здоров'я, можливість удосконалення фізичної підготовленості, покращення фігури.

Ключові слова: ставлення, мотиви, школярі, фізична культура

Ивана Боднар. Отношение учеников среднего школьного возраста к урокам физической культуры.

Представлены результаты исследования отношения к урокам физической культуры учащихся среднего школьного возраста, принадлежащих к разным половым, возрастным и медицинским группам. Применялись методы анализа, обобщения данных специальной литературы и эмпирических данных, опрос (анкетирование), методы математической статистики. Опрошено 1017 учеников среднего школьного возраста разных регионов Украины. Вывявлено вище середнього отношение подростков к урокам физической культуры. Подтверждено, что с возрастом отношение к урокам физической культуры ухудшается. Установлено, что отношение к физической культуре у девушек несколько хуже, чем у юношей, а также у детей, направленных к специальной медицинской группе, чем у практически здоровых детей. С годами обучения в школе происходит снижение значимости мотива здоровья и повышение значимости мотивов рекреационного, оздоровительного и гедонистического направлений. Подтверждено, что у юношей и девушек являются ведущими разные мотивы участия в уроке физической культуры. Установлено, что мотивы улучшить свою физическую подготовленность, а также реализовать себя и сравнить свои возможности с возможностями других важнее для ребят, чем для девушек, тогда как девушкам уроки физической культуры нравятся возможностью усовершенствования фигуры. Учащиеся с ослабленным здоровьем в большей степени, чем здоровые, стремятся развлечься, отдохнуть, пообщаться и получить положительные эмоции на уроках физической культуры. Для существенно меньшего количества учащихся СМГ (чем среди учащихся подготовительной и основной групп) привлекательным в уроке физической культуры есть шанс укрепить здоровье, возможности совершенствования физической подготовленности и улучшения фигуры.

Ключевые слова: отношение, мотивы, школьники, физическая культура

Ivana Bondar. Attitude of Middle School-Age Pupils to Physical Culture Lesson. We have presented the results of the research of attitude to physical culture lessons of middle school-age pupils how refer to different sex, age and medical group. We have applied methods of analysis, generalization of special literature and empirical data, questioning, mathematical statistics. We have questioned 1017 pupils of middle school-age of different regions of Ukraine. We have defined higher than average attitude of teenagers to physical culture lessons. It was proved that with the age attitude to physical culture lessons is becoming worse. It was found out that attitude to physical culture if worse among girls than

among boys and among children who are in a special medical group than practically healthy children. With the years of studying at school there is a tendency of decreasing of meaning of health motive and increasing of meaning of motives of recreational, health-improving and hedonistic sphere. It was proved that girls and boys have different motives to participating in physical culture lessons. It was found out that motives to improve physical preparation and realize themselves and compare their abilities with the others are more important to boys; girls like physical culture lessons because they have opportunity to improve they body shape. Pupils with weak health more than the healthy ones are trying to have fun, relax, communicate and gain positive emotions at physical culture lessons. For the smallest group of pupils physical culture lessons are a good chance to physically improve and improve their body shape.

Key words: *attitude, motives, pupils, physical culture.*