

АДЕКВАТНІСТЬ САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЗА ПОКАЗНИКАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТ СЕРЕДНІХ КЛАСІВ

Бакіко І. В.

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
докторант кафедри теорії і методики фізичного виховання
Національний університет фізичного виховання і спорту України
вул. Фізкультури, 1, Київ, Україна
orcid.org/0000-0002-8835-8781
bakiko_igor@mail.ru*

Радченко О. В.

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я
Луцький національний технічний університет
вул. Львівська, 75, Луцьк, Україна
orcid.org/0000-0002-1822-8033
Rad71@email.ua*

Файдевич В. В.

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я
Луцький національний технічний університет
вул. Львівська, 75, Луцьк, Україна
orcid.org/0000-0001-8432-3074
Volodafadya@gmail.com*

Чиж А. Г.

*викладач кафедри фізичної культури
КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради
пр. Волі, 36, Луцьк, Україна
orcid.org/0000-0001-5678-5490
achyzh@lpe.ukr.education*

Констанкевич В. П.

*старший викладач кафедри фізичної культури
КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради
пр. Волі, 36, Луцьк, Україна
orcid.org/0000-0003-4418-8423
v.v.konstankevych@gmail.com*

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

Для виховання і формування цінностей особистої фізичної культури школяра необхідні відповідні умови організації фізичного виховання і визначення його значущого статусу та іміджу в суспільстві. Проте вчені відзначають украї низький рейтинг цінностей фізичної культури в сучасному суспільстві. На думку авторів, необхідні кардинальні зміни щодо розуміння суті фізичної культури на базі широкого філософсько-культурологічного

підходу, що дадуть можливість зорієнтувати систему неспеціальної фізкультурної освіти на формування і відтворення людини в цілісній єдності тілесного і духовного.

Критерієм оцінки ефективності педагогічної діяльності у сфері неспеціальної фізкультурної освіти, на думку М. Маєвського, має бути не лише рівень здобутих нових фізкультурних знань, формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних здібностей, але і 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 і фізичного начала, що і є важливим феноменом культури.

Мета дослідження полягає у визначенні адекватності самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості дівчат середніх класів для виявлення ефективності засобів педагогічного контролю в процесі фізичного виховання. Були використані такі методи дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів і програм з фізичної культури, педагогічне тестування фізичної підготовленості, методи математичної статистики, тест-опитувальник Є.В. Боченкової «Самоопис фізичного розвитку».

Дослідження проводилось протягом березня – квітня 2021 року. Спочатку ми визначали фізичну підготовленість дівчат 6-го та 9-го класів за загальноприйнятою методикою.

Також дівчата відповідали на запитання опитувальника для визначення самооцінки фізичного розвитку (за Є.В. Боченковою). Пропонувалось дати самооцінку своєму фізичному розвитку за такими показниками: «здоров'я», «координація рухів», «фізична активність», «стрункість тіла», «спортивні здібності», «глобальне фізичне «Я», «зовнішній вигляд», «сила», «гнучкість», «витривалість» та «самооцінка».

Результати дослідження та ключові висновки. Самооцінка – це елемент самопізнання, рефлексії, який характеризується емоційно насиченою оцінкою себе як особистості, своїх можливостей, критичним ставленням до себе і впливає на ефективність діяльності людини. Самооцінка формується протягом розвитку підлітків під впливом соціуму і може відображати їх ціннісні орієнтації, які стимулюють або пригнічують діяльність, спрямовану на саморозвиток.

Аналіз взаємозв'язку між показниками допомагає визначити засоби, завдяки яким дівчата відчують можливість досягнення визначеної мети. Ми розглядаємо кореляційні зв'язки між самооцінкою та показниками фізичного розвитку.

Найвищі коефіцієнти кореляції шестикласниць між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (сила) та по $r = 0,8$ (фізична активність та стрункість тіла).

Найвищі коефіцієнти кореляції дев'ятикласниць між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (гнучкість) та по $r = 0,8$ (координація рухів, фізична активність, спортивні здібності, глобальне фізичне «Я»).

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

ADEQUACY OF SELF-ASSESSMENT OF PHYSICAL DEVELOPMENT ON INDICATORS OF PHYSICAL PREPAREDNESS OF MIDDLE CLASS GIRLS

Bakiko I. V.

*Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor,
Doctoral Student at the Department of Theory and Methods of Physical Education
National University of Ukraine on Physical Education and Sport
Fizkultury str., 1, Kyiv, Ukraine
orcid.org/0000-0002-8835-8781
bakiko_igor@mail.ru*

Radchenko O. V.

*Candidate of Sciences in Physical Education and Sports,
Associate Professor at the Department of Physical Culture, Sports and Health
Lutsk National Technical University
Lvivska str., 75, Lutsk, Ukraine
orcid.org/0000-0002-1822-8033
Rad71@email.ua*

Faydevich V. V.

*Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor at the Department of Physical Culture, Sports and Health
Lutsk National Technical University
Lvivska str., 75, Lutsk, Ukraine
orcid.org/0000-0001-8432-3074
Volodafadya@gmail.com*

Chyzh A. H.

*Lecturer at the Department of Physical Culture
Municipal Higher Educational Institution "Lutsk Pedagogical College" of the Volyn Regional
Council
Voli avenue, 36, Lutsk, Ukraine
orcid.org/0000-0001-5678-5490
achyzh@lpe.ukr.education*

Konstankevich V. P.

*Senior Lecturer at the Department of Physical Culture
Municipal Higher Educational Institution "Lutsk Pedagogical College" of the Volyn Regional
Council
Voli avenue, 36, Lutsk, Ukraine
orcid.org/0000-0003-4418-8423
v.v.konstankevych@gmail.com*

Key words: *physical education, pedagogical control, schoolgirls, self-assessment, correlation analysis.*

For education and formation of values of personal physical culture of the schoolboy the corresponding Conditions of the organization of physical education and definition of its significant status and image in a society are necessary. However, scientists note the extremely low rating of the values of physical culture in modern society.

According to the authors, radical changes are needed to understand the essence of physical culture on the basis of a broad philosophical and cultural approach, which allows to orient the system of non-special physical education on the formation and reproduction of man in the integral unity of physical and spiritual.

Criteria for assessing the effectiveness of pedagogical activities in the field of non-special physical education, according to M. Mayevsky, should be not only the level of acquired new physical education knowledge, formation of motor skills, development of physical abilities, but also a positive motivational attitude to physical culture. manifest itself in the appeal to self-development, self-expression, self-esteem, self-control, self-knowledge, self-education, self-realization, self-determination, self-education, self-improvement, ie self-realization and improvement of one's spiritual and physical beginnings, which is an important cultural phenomenon.

The purpose of the study is to study the adequacy of self-assessment of physical development on the indicators of physical fitness of middle school girls to determine the effectiveness of pedagogical control in the process of physical education. Research methods - analysis of data of scientific and methodical literature, normative-legal documents, programs on physical culture, pedagogical testing of physical fitness, methods of mathematical statistics, test-questionnaire E.V. Bochenkova "Self-description of physical development".

The study was conducted during March – April 2021. Initially, we determined the physical fitness of 6th and 9th grade girls according to the generally accepted method.

The girls also answered the questionnaire to determine the self-assessment of physical development (according to E.V. Bochenkova). It was proposed to give a self-assessment of their physical development, among such indicators as: "health", "coordination of movements", "physical activity", "slim body", "athletic ability", "global physical self", "appearance", "strength", "Flexibility", "endurance" and "self-esteem".

Research results and key conclusions. Self-esteem is an element of self-knowledge, reflection, which is characterized by an emotionally rich assessment of oneself as a person, one's capabilities, a critical attitude to oneself and thus affects the effectiveness of human activity. Self-esteem is formed during the development of adolescents under the influence of society and may reflect their value orientations, which stimulate or suppress activities aimed at self-development.

Analyzing the relationship between indicators helps to identify the means by which girls feel able to achieve a certain goal. In this case, we consider the correlations between self-esteem and physical development.

The highest correlation coefficients of sixth-graders between self-esteem and actual indicators of physical development do not exceed $r = 0.9$ (strength) and $r = 0.8$ (physical activity and slim body).

The highest correlation coefficients of ninth-graders between self-esteem indicators and actual indicators of physical development do not exceed $r = 0.9$ (flexibility) and $r = 0.8$ (coordination of movements, physical activity, sports abilities, global physical "I").

Studies have shown the inadequacy of self-assessment of physical fitness of middle school girls, which indicates the importance of theoretical coverage and practical implementation in physical education lessons section of pedagogical control and self-control of physical fitness, which should be an incentive for self-improvement in physical education.

Постановка проблеми. Для виховання і формування цінностей особистої фізичної культури школяра необхідні відповідні умови організації фізичного виховання і визначення його значущого статусу та іміджу в суспільстві [11]. Проте вчені відзначають украй низький рейтинг цінностей фізичної культури в сучасному суспільстві [2].

На думку авторів [3], необхідні кардинальні зміни щодо розуміння суті фізичної культури на базі широкого філософсько-культурологічного підходу, що дадуть можливість зорієнтувати систему неспеціальної фізкультурної освіти на формування і відтворення людини в цілісній єдності тілесного і духовного [12].

Критерієм оцінки ефективності педагогічної діяльності у сфері неспеціальної фізкультурної освіти, на думку М. Маєвського [6], має бути не лише рівень здобутих нових фізкультурних знань, формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних здібностей, але і 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 і фізичного начала, що і є важливим феноменом культури [4; 5].

Мета роботи полягає у дослідженні адекватності самооцінки фізичного розвитку за показниками фізичної підготовленості дівчат середніх класів для визначення ефективності засобів педагогічного контролю в процесі фізичного виховання.

Методи дослідження. Дослідження проводили на базі Луцької загальноосвітньої школи № 17. Під час проведення дослідження було задіяно 100 дівчат середніх класів (50 дівчат 6-го класу та 50 дівчат 9-го класу). Вік респонденток складав 11 та 14 років. Школярки були проінформовані про всі особливості дослідження. Вони дали згоду на участь в експерименті.

Організація дослідження. Дослідження проводилось протягом березня – квітня 2021 року. Спочатку ми визначали фізичну підготовленість дівчат 6-го та 9-го класів за загальноприйнятою методикою. У дівчат визначали довжину тіла, масу тіла, частоту серцевих скорочень у стані спокою, артеріальний систолічний і діастолічний тиск, життєву ємкість легень; проводили тест Руф'є, пробу Мартине-Кушелевського; визначали індекс маси тіла, життєвий, силовий індекси, індекс Робінсона. Також школярки здавали такі контрольні вправи: біг 60 м, рівномірний біг (6-ий кл. – 500 м (без урахування часу), 9-ий кл. – 1000 м); згинання та розгинання рук в упорі лежачи; визначення сили правої і лівої кисті;

піднімання тулуба в сід; стрибок у довжину з місця; «човниковий» біг 4x9 м; нахил тулуба вперед з положення сидячи; тест «Фламінго».

Крім зазначеного, дівчата відповідали на опитувальник для визначення самооцінки фізичного розвитку (за Є.В. Боченковою). Пропонувалось дати самооцінку своєму фізичному розвитку за такими показниками: «здоров'я», «координація рухів», «фізична активність», «стрункність тіла», «спортивні здібності», «глобальне фізичне «Я», «зовнішній вигляд», «сила», «гнучкість», «витривалість» та «самооцінка». Опитувальник передбачав 70 тверджень, які належали до сфери фізичного розвитку людини, а також містив показник загальної самооцінки. Було запропоновано 6 можливих відповідей, зокрема, «вірно», «невірно», а також 4 проміжних відповіді між ними.

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

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

Аналіз взаємозв'язку між показниками допомагає визначити засоби, завдяки яким дівчата відчують можливість досягнення визначеної мети. У цьому контексті ми розглядаємо кореляційні зв'язки між самооцінкою та показниками фізичного розвитку. У дівчат 6-го класу показники самооцінки фізичного розвитку координації рухів корелюють із такими антропометричними показниками, як довжина тіла ($r = 0,33$), маса тіла ($r = 0,29$), АТ діаст. ($r = -0,29$), силовий індекс ($r = 0,31$), а також із такими контрольними вправами, як згинання та розгинання рук в упорі лежачи ($r = -0,32$), нахилом тулуба вперед ($r = -0,30$) та тестом «Фламінго» ($r = 0,32$). Шестикласниці не в змозі повноцінно оцінити свої координаційні здібності. Показник «фізична активність» не має жодного значущого кореляційного зв'язку із результатами рухових вправ. Показник «стрункність тіла» має лише від'ємну кореляцію із життєвим індексом ($r = -0,34$). Показник «Спортивні здібності»

дівчат має позитивну кореляцію тільки з масою тіла ($r = 0,38$). Показник «глобальне фізичне «Я» має негативну кореляцію з нахилом тулуба вперед ($r = -0,31$). На думку дівчат, їх зовнішній вигляд має кореляційний зв'язок із масою тіла ($r = 0,32$) і негативну кореляцію із нахилом тулуба вперед ($r = -0,31$). Силові здібності мають негативну кореляцію із індексом Робінсона ($r = -0,30$). Це означає, що при низькому результаті в тесті самооцінка в них завищена. За результатами самооцінки дівчатами такої фізичної якості, як гнучкість, можна стверджувати, що вона має кореляційний зв'язок із масою тіла ($r = 0,33$), ЖЄЛ ($r = 0,30$), а також має від'ємну кореляцію з АТ сист. ($r = -0,29$),

АТ діаст. ($r = -0,50$), із човниковим бігом 4x9 м, а не з самим тестом на гнучкість. У самооцінці показника «витривалість» прослідковується кореляція у підніманні туба в сід ($r = 0,30$). При самооцінці фізичного розвитку виявлена негативна кореляція із індексом Робінсона ($r = -0,31$).

Найвищі коефіцієнти кореляції між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (сила) та $r = 0,8$ (фізична активність та стрункість тіла) (табл. 1).

У дев'ятикласниць показники «координація рухів», «фізична активність», «спортивні здібності» не мають жодної суттєвої кореляції

Таблиця 1

Кореляційний аналіз самооцінки фізичного розвитку із фізичною підготовленістю дівчат 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.	Само- оц.
ДТ	0,19	0,33	-0,03	-0,03	-0,16	-0,25	0,11	-0,14	0,23	-0,26	-0,11
МТ	0,27	0,29	0,22	0,07	0,38	0,28	0,32	0,11	0,33	0,23	0,16
ЧСС _{сп.} удхв	0,19	-0,08	-0,08	0,02	-0,05	-0,05	0,00	0,10	-0,22	0,17	0,07
АТ сист.	-0,03	-0,02	-0,07	0,17	-0,18	-0,20	-0,12	-0,05	-0,29	-0,18	0,13
АТ діаст.	-0,09	-0,29	-0,26	0,07	-0,28	-0,29	-0,26	0,04	-0,50	-0,10	-0,03
ЖЄЛ	0,01	0,23	0,05	0,08	0,20	0,16	0,21	-0,01	0,42	0,11	-0,15
Тест Руф'є	-0,28	-0,16	-0,04	0,07	0,01	0,09	-0,12	0,01	-0,17	0,11	-0,03
Проба М.-К.	0,01	0,00	-0,03	0,03	0,10	0,11	0,00	0,09	-0,04	-0,02	0,08
ІМТ	0,05	0,19	0,14	-0,14	0,18	0,18	0,08	0,03	0,28	0,21	-0,15
ЖІ	-0,01	0,16	0,01	-0,34	-0,03	0,07	-0,03	0,15	0,02	0,13	-0,29
СІ	0,05	0,31	-0,12	-0,08	-0,07	0,05	0,17	-0,23	0,25	0,06	-0,23
ІР	-0,29	0,13	-0,14	0,00	0,00	0,13	-0,01	-0,30	0,20	0,06	-0,31
Біг 60 м	-0,26	-0,15	0,04	-0,10	0,00	0,04	-0,23	0,03	-0,08	-0,13	-0,06
Рівн. Біг	0,11	-0,12	-0,10	0,04	-0,07	-0,05	0,06	-0,03	-0,04	0,10	0,03
Згин.-розг. рук	0,02	-0,32	-0,05	-0,17	-0,16	-0,28	-0,29	-0,07	-0,16	-0,07	-0,09
Сила пр. кисті	0,08	-0,05	-0,10	0,12	-0,07	-0,14	-0,05	0,05	-0,26	0,08	0,06
Сила лів. кисті	-0,19	0,08	-0,04	0,05	-0,06	0,04	0,13	-0,17	0,25	-0,22	-0,06
Підняття тулуба	0,13	0,05	-0,01	0,06	0,16	0,28	0,25	0,11	0,12	0,30	0,08
Стр. у довж. з міся	0,01	-0,07	-0,11	-0,10	-0,27	-0,23	-0,14	-0,09	-0,12	0,01	-0,18
Човн. біг	-0,02	-0,17	-0,01	-0,05	-0,15	-0,25	-0,28	0,09	-0,43	-0,15	0,10
Нахил тулуба	-0,07	-0,30	-0,10	-0,04	-0,23	-0,31	-0,31	-0,03	-0,41	0,02	-0,03
Тест «Фламін- го»	-0,07	0,32	0,14	0,11	0,01	0,03	0,20	-0,08	0,20	-0,18	0,04
Сума Σ	0,243	0,382	0,189	0,194	0,282	0,351	0,337	0,201	0,502	0,290	0,247
r Сер. ар.	0,11	0,17	0,8	0,8	0,12	0,15	0,15	0,9	0,22	0,13	0,11

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

з будь-яким показником фізичної підготовленості. Самооцінка стрункости тіла корелює із довжиною тіла ($r = 0,30$), пробою Мартине-Куселєвського ($r = -0,41$) та індексом Робінсона ($r = 0,34$). Подібна тенденція прослідковується і щодо показника «зовнішній вигляд». Він корелює із пробою Мартине-Куселєвського ($r = -0,33$) та індексом Робінсона ($r = 0,30$). Силві здібності дівчат корелюють лише із довжиною тіла ($r = 0,30$). При самооцінці таких фізичних якостей, як гнучкість, витривалість, не виявлено жодного суттєвого кореляційного зв'язку. Самооцінка фізичного розвитку корелює із ЖЄЛ ($r = 0,30$). Прослідковується від'ємна кореляція самооцінки фізичного розвитку із бігом на 60 м ($r = -0,30$), нахилом тулуба вперед ($r = -0,34$) та вправою на рівновагу ($r = -0,37$).

Найвищі коефіцієнти кореляції між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (гнучкість) та $r = 0,8$ (координація рухів, фізична активність, спортивні здібності, глобальне фізичне «Я») (табл. 2).

Дискусія. Результати нашого дослідження вікових та статевих особливостей ставлення школярок до свого фізичного «Я» збігаються з результатами наукового дослідження Е.В. Боченкової [1]. Авторка також досліджувала самооцінку дівчат. Свої фізичні здібності дівчата оцінюють вище, ніж хлопці, але загальна самооцінка дівчат має завищений характер. З огляду на вивчення вікових особливостей самоопису фізичного розвитку можемо відзначити, що у дівчат середнього шкільного віку у порівнянні із дівчатами

Таблиця 2

**Кореляційний аналіз самооцінки фізичного розвитку
із фізичною підготовленістю дівчат 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.	Само- оц.
ДТ	0,04	-0,02	-0,06	0,30	0,11	0,00	0,21	0,30	0,16	0,12	-0,12
МТ	0,04	0,05	0,03	-0,08	-0,16	0,00	-0,08	-0,13	-0,05	-0,06	0,03
ЧСС _{сп.} удхв	0,07	-0,03	-0,02	0,05	-0,16	0,04	0,09	0,03	0,07	0,02	0,16
АТ сист.	-0,09	0,07	0,09	-0,23	-0,02	0,06	-0,15	-0,10	-0,09	0,03	0,12
АТ діаст.	-0,16	0,18	0,08	0,03	-0,06	0,11	-0,16	-0,05	-0,02	-0,06	0,19
ЖЄЛ	0,10	-0,14	-0,13	-0,26	0,15	0,21	-0,08	-0,14	0,01	0,04	0,30
Тест Руф'є	-0,18	0,12	-0,01	-0,07	0,03	0,20	-0,20	-0,24	-0,11	-0,17	0,09
Проба М.-К.	-0,19	0,05	0,13	-0,41	0,00	0,06	-0,33	-0,24	-0,20	-0,07	-0,10
ІМТ	-0,01	0,04	0,06	-0,24	-0,16	0,00	-0,19	-0,27	-0,13	-0,12	0,09
ЖІ	-0,06	0,02	0,01	0,01	0,12	0,00	0,03	-0,07	-0,08	-0,06	-0,23
СІ	-0,03	-0,04	-0,03	0,03	0,14	-0,01	0,06	0,04	0,01	0,01	0,00
ІР	0,17	-0,05	-0,11	0,34	-0,04	-0,03	0,30	0,16	0,16	0,03	0,10
Біг 30 м	-0,11	0,12	0,24	-0,22	-0,06	-0,25	-0,15	-0,22	-0,18	-0,13	-0,30
Рівн. біг	-0,17	0,13	0,17	0,00	-0,06	-0,04	-0,16	-0,02	-0,09	0,01	0,09
Згин.-розг. рук	0,03	-0,01	-0,02	0,21	-0,04	-0,08	0,11	0,08	0,06	-0,06	-0,20
Сила пр. кисті	0,06	-0,16	-0,06	-0,16	0,08	0,05	0,08	0,06	0,01	0,06	-0,24
Сила лів. кисті	0,01	-0,08	-0,01	-0,12	0,02	0,07	0,04	0,09	0,04	0,05	-0,13
Під-ння тулуба	0,01	0,05	-0,11	0,22	0,00	0,04	0,08	-0,11	0,05	-0,17	0,02
Стр. у довж. з місця	0,15	-0,20	-0,15	0,01	0,14	0,04	0,17	0,02	0,09	0,03	-0,02
Човн. біг	-0,21	0,19	0,22	0,06	-0,15	-0,23	-0,13	-0,22	-0,19	-0,17	-0,09
Нахил тулуба	-0,02	0,01	0,10	-0,12	-0,09	-0,15	0,03	0,15	-0,09	0,11	-0,34
Тест «Фла- мінго»	-0,09	0,13	0,09	0,06	-0,15	-0,20	0,03	-0,01	-0,13	-0,07	-0,37
Сума Σ	0,201	0,189	0,193	0,323	0,194	0,187	0,286	0,275	0,202	0,165	0,333
r Сер. ар.	0,9	0,8	0,8	0,14	0,8	0,8	0,13	0,12	0,9	0,7	0,15

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

старшого шкільного віку значення самоопису вище у 8 з 11 показників. У дівчат 5–7 класів у порівнянні із дівчатами старших класів (10-ті – 11-ті класи) показники самоопису також вищі у 9 з 11 показників. При цьому загальна самооцінка дівчат нижча, ніж у хлопців. Такий результат дослідження збігається з даними Е.П. Ільїна. Автор відмічає, що старшокласниці загалом більше не задоволені своєю зовнішністю та дають їй нижчу оцінку, ніж хлопці. В.П. Ситников також стверджує, що дівчата оцінили свої тілесні характеристики суттєво нижче, ніж хлопці. Вони приділяють власному фізичному «Я» великого значення [10]. Однак такі вчені, як М.Ю. Степанова та Д.А. Федерякин, за результатами досліджень самоопису школярів стверджують, що самооцінка та рівень домагань не мають статевої різниці у середньому шкільному віці. Також вони стверджують, що фізичний розвиток дітей не суттєво впливає на самооцінку. Це суперечить результатам наших попередніх досліджень.

Висновок. У дівчат 6-го класу показник самооцінки фізичного розвитку координації рухів корелює із таким антропометричними показниками, як довжина тіла, маса тіла, АТ діаст., силовий індекс, а також із такими контрольними вправами, як згинання та розгинання рук в упорі лежачи, нахил

тулуба вперед, тестом «Фламінго». Шестикласниці не в змозі повноцінно оцінити свої координаційні здібності. Показник «фізична активність» не має жодного значущого кореляційного зв'язку із результатами рухових вправ.

Найвищі коефіцієнти кореляції між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (сила) та $r = 0,8$ (фізична активність та стрункість тіла).

У дев'ятикласниць показники «координація рухів», «фізична активність», «спортивні здібності» не мають жодної суттєвої кореляції з будь-яким показником фізичної підготовленості. Самооцінка стрункості тіла корелює із довжиною тіла, пробою Мартине-Кушелєвського та індексом Робінсона.

Найвищі коефіцієнти кореляції між показниками самооцінки і фактичними показниками фізичного розвитку не перевищують $r = 0,9$ (гнучкість) та $r = 0,8$ (координація рухів, фізична активність, спортивні здібності, глобальне фізичне «Я»).

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

ЛІТЕРАТУРА

1. Боченкова Е.В. Формирование позитивного самоотношения студентов в процессе физического воспитания (на примере экономического вуза) : автореф. дисс. ... канд. нед. наук. 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.uran.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. *Зб. наук. праць Уманського держ. пед. ун-у*. 2019. С. 62–68.
7. Маєвський М.І. Ціннісні орієнтації у сфері фізичної культури і спорту студентів педагогічних спеціальностей : дис. ... канд. пед. наук. 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* : науково-теоретичний журнал. 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), 51–54. doi.org/10.29038/2200-7481-2019-04-51-54.
10. Ситников В.П. Психологія образу ребенка (в сознании субъектов педагогического процесса). СПб. 2001. 33 с.
11. Федоренко Є.О. Формування мотивації до спеціально організованої рухової активності старшокласників. Дніпропетровськ. 2011. 23 с.
12. Цибульська В.В. Формування мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних спеціальностей на різних формах навчання. Дніпропетровськ. 2019. 22 с.

REFERENCES

1. Bochenkova E.V. (2000). *Formirovanie pozitivnogo samootnosheniia studentov v processe fizicheskogo vospitaniia* (PhD Thesis), Krasnodar.
2. Dedukh M. (2018). Formation of values of individual physical culture of boys and girls [Formation of values of individual physical culture of boys and girls]. *Physical culture, sports and health of the nation*. Coll. Science. to work; Zhytomyr: Zhytomyr State University named after Ivan Franko, 6 (25), pp. 47–54.
3. Ilchenko S. (2017). Motivation to play sports and attend physical education classes for students of pedagogical specialties [Motivation to play sports and attend physical education classes for students of pedagogical specialties]. *Theory and methods of physical education and sports*, 1, pp. 15-19.
4. Krutsevich T. Y., & Marchenko O. Y. (2018). The structure of the model of values of individual physical culture of schoolchildren of different age groups [The structure of the model of values of individual physical culture of schoolchildren of different age groups]. *Slobozhansky scientific and sports bulletin*. № 5 (67). pp. 5-10. Available at: <http://journals.urau.ua/index.php/1991-0177/article/view/145466>
5. Krutsevich T. Y., & Marchenko O. Y. (2015). Gender features of self-description of physical development of schoolchildren [Gender features of self-description of physical development of schoolchildren]. *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*. № 12. pp. 56-60.
6. Maevsky M. (2019). Formation of physical culture of personality as the main goal of physical education of student youth [Formation of physical culture of personality as the main goal of physical education of student youth]. *Coll. Science. works of Uman state. ped. un-u*. pp. 62-68.
7. Mayevsky M. I. (2016). *Value orientations in the field of physical culture and sports of students of pedagogical specialties* [Value orientations in the field of physical culture and sports of students of pedagogical specialties]. (PhD Thesis), Uman, Ukraine: Uman State Pedagogical University.
8. Marchenko O. (2018). Age and gender features of formation of values of individual physical culture of schoolchildren [Age and gender features of formation of values of individual physical culture of schoolchildren]. *Theory and methods of physical education and sports*. Scientific and Theoretical Journal, 3, pp. 80-87.
9. Moskalenko N., Yakovenko A., Sidorchuk T., Marchenko O. (2019). European standards of school physical education [European standards of school physical education] *Physical education, sports and health culture in modern society*. 4 (48), pp. 51-54. doi.org/10.29038/2200-7481-2019-04-51-54
10. Sitnikov V.P. (2001). *Psikhologiiia obraza rebenka* (PhD Thesis), Sankt Petersburg.
11. Fedorenko Ye.O. (2011). *Formation of motivation for specially organized motor activity of high school students* (PhD Thesis), Dnipropetrovsk.
12. Tsybullska V.V. (2019). Formation of motivation for professional and applied physical training of students of pedagogical specialties in different forms of education [Formation of motivation for professional and applied physical training of students of pedagogical specialties in different forms of education]. Extended abstract of candidate's thesis. Dnipropetrovsk, Ukraine : DDIFKiS. 22 p.