

ЕФЕКТИВНІСТЬ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ЗМІСТУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В АДАПТАЦІЇ 6-РІЧНИХ ДІТЕЙ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ

Мета дослідження полягала у вивченні ефективності експериментального змісту занять з фізичної культури в аспекті вирішення завдань, пов'язаних із соціальною і психологічною адаптацією 6-річних дітей до навчання у загальноосвітньому навчальному закладі. Для проведення такого дослідження було залучено по 135 п'ятирічних дівчаток і хлопчиків із різною спрямованістю мануальної рухової асиметрії, з яких сформували контрольні та експериментальні групи. Одержанню необхідних емпіричних даних сприяло використання комплексу адекватних методів, зокрема загальнонаукових, педагогічних, медико-біологічних, математичної статистики, психодіагностичних. До останніх належали методики визначення мануальної рухової асиметрії дітей, їхньої соціальної та психологічної адаптації. В однорічному формуальному експерименті одна частина досліджуваних дітей використовувала експериментальну програму превентивного розвитку їхньої рухової активності під час занять з фізичної культури, інша частина – традиційний підхід до вирішення завдань цього педагогічного процесу в дошкільному навчальному закладі. Аналізом одержаних даних встановлено, що запропонований зміст забезпечує високий рівень психологічної адаптації та середній рівень соціальної адаптації досліджуваних дітей до початку навчання у загальноосвітньому навчальному закладі. При цьому відзначили, що використання традиційного підходу до організації, формування і реалізації змісту занять з фізичної культури забезпечує значно нижчий результат, аніж використання експериментального чинника з означеними характеристиками у поліпшенні показників діяльно-поведінкового та емоційно-ціннісного компонентів дітей протягом п'ятого року життя. Такий результат є свідченням доцільності та необхідності використання запропонованої розробки аби досягти високого позитивного ефекту у вирішенні завдань, визначених чинною програмою з фізичної культури дітей у дошкільному навчальному закладі.

Ключові слова: дошкільники, мануальна рухова асиметрія, адаптація до навчання у школі, фізична культура, експериментальний зміст.

Постановка проблеми. На сучасному етапі заняття з фізичної культури не сприяють досягненню дітьми необхідного фізичного стану, розвитку інших важливих якостей, функцій до початку навчання у школі [8]. У зв'язку з цим їхня соціальна та психологічна адаптації до нових умов життєдіяльності є неадекватною [4; 7]. Зазначене свідчить про необхідність пошуку шляхів розв'язання означеної наукової проблеми, використовуючи для цього значні можливості занять фізичними вправами.

Роботу виконано у відповідності до плану науково-дослідної роботи проблемної лабораторії "Гендерні профілактично-оздоровчі технології фізичного виховання та реабілітації" Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка на 2014–2018 рр. за темою "Фізичне виховання превентивного змісту для дітей, підлітків і молоді".

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Результати останніх досліджень [2; 8] свідчать про недостатній ефект занять з фізичної культури, що реалізуються в дошкільних навчальних закладах для досягнення необхідного фізичного стану, в тому числі розвитку фізичних й інших важливих якостей, функцій до початку навчання у школі. Зазначене є деякими з важливих чинників, що визначають відмінну від адекватної соціально й психологічну адаптації, якими відзначаються діти на початку навчання у початковій школі [3, 4]. Це, а також деякі інші чинники зумовлюють у таких дітей: погіршення стану соматичного здоров'я [9; 10]; відмінний від необхідного розвиток функціональних можливостей [11]; виразну втому від розумової діяльності навіть у невластиві для цього дні навчального тижня [4; 7].

Така ситуація актуалізує необхідність пошуку шляхів її виправлення, використовуючи для цього значні можливості, якими відзначаються заняття фізичними вправами.

Мета, методи та організація дослідження. Мета дослідження – оцінити ефективність використання експериментальної програми для адекватної адаптації 6-річних дітей до навчання у початковій школі. Для її досягнення використовували комплекс таких методів: загальнонаукових (аналіз, узагальнення інформації літературних джерел); педагогічних (формувальний експеримент); медико-

біологічних (кистьова динамометрія); психодіагностичних (визначення мануальної рухової асиметрії (МРА) – методика М. М. Безруких [1], визначення соціальної адаптації – методика О. Д. Дубогай [5], психологічної адаптації – методика Л. М. Ковальнової [6]); математичної статистики. В експерименті взяли участь п'ятирічні діти, а саме: 60 дівчаток і 60 хлопчиків, з яких сформували експериментальні групи (ЕГ; у кожній по 20 дітей з АРА, ПРА, ЛРА); 75 дівчаток і 75 хлопчиків – контрольні групи (КГ; по 25 із зазначеною МРА). У всіх ЕГ використовували експериментальну програму превентивного розвитку рухової активності дітей дошкільного віку під час занять з фізичної культури, в усіх КГ – традиційний підхід до вирішення завдань цього педагогічного процесу. Досліджувані показники вивчали на початку (вересень) і наприкінці (квітень) навчального року.

Результати дослідження. Дані на початку експерименту свідчили, що ЕГ і КГ дівчаток із певною спрямованістю МРА за досліджуваними показниками не відрізнялися між собою. Аналогічний результат одержали у дослідних групах хлопчиків. Наприкінці експерименту результат був іншим.

Д і в ч а т к а. Стан соціальної адаптації до навчання у початковій школі, визначений у дослідних групах дівчаток-амбідекстрів (АРА) наприкінці навчального року, відзначався такою особливістю: в ЕГ значення показника знаходилося в межах $4,5 \pm 0,07$, у КГ – $4 \pm 0,08$ балів, що свідчило відповідно про високий і середній рівні (табл. 1). Аналогічний результат одержали в інших дослідних групах, за винятком такого: дівчатка з правою мануальною руховою асиметрією (ПРА) – значення показника в ЕГ становило $4,5 \pm 0,06$, у КГ – $4,1 \pm 0,1$ балів; дівчатка з лівою мануальною асиметрією (ЛРА) – відповідно $4,6 \pm 0,07$ та $4,1 \pm 0,08$ балів.

Таблиця 1

**Стан адаптації в дослідних групах дівчаток
із різною спрямованістю МРА
наприкінці другої частини формульованого експерименту**

Спрямованість МРА	Група	Значення показника		Характеристика оцінки, рівень	
		\bar{x}_I	m		
<i>соціальна адаптація (балів)</i>					
АРА	ЕГ	4,5	0,07	<i>рівні:</i> – високий: 5–4,5; – середній: 4,49–3,5; – низький: 3,49 і <	
	КГ	4,0	0,08		
ПРА	ЕГ	4,5	0,06		
	КГ	4,1	0,1		
ЛРА	ЕГ	4,6	0,07		
	КГ	4,1	0,08		
<i>психологічна адаптація (%)</i>					
АРА	ЕГ	12,6	0,18		<i>рівні:</i> – високий: 1–15; – середній: 15,1–30; – низький (дезадаптація): 30,1 і >
	КГ	14,8	0,17		
ПРА	ЕГ	13,1	0,21		
	КГ	15,2	0,2		
ЛРА	ЕГ	12,9	0,22		
	КГ	15,7	0,19		

Стан психологічної адаптації наприкінці навчального року відзначався тим, що в ЕГ дівчаток із АРА значення показника склало $12,6 \pm 0,18$ %, у КГ – $14,8 \pm 0,17$ %. Одержані дані свідчили, що в досліджуваній адаптації цих дівчаток знаходилася на високому рівні. У групах дівчаток із ПРА виявили таке: в ЕГ значення показника становило $13,1 \pm 0,21$ %, у КГ – $15,2 \pm 0,2$ %, що засвідчувало відповідно високий і середній рівні їх психологічної адаптації. Результат у дослідних групах дівчаток із ЛРА був аналогічним, за винятком

такого: в ЕГ значення показника склало $12,9 \pm 0,22$ %, у КГ – $15,7 \pm 0,19$ %; це свідчило, що у перших психологічна адаптація була на високому рівні, у других – на середньому.

Х л о п ч и к и. У дослідних групах хлопчиків із АРА стан соціальної адаптації до навчання у початковій школі характеризувався такими значеннями показника: ЕГ – $4,5 \pm 0,09$, КГ – $3,6 \pm 0,08$ балів; це засвідчувало відповідно високий і середній рівні означеної адаптації (табл. 2).

В інших дослідних групах одержали аналогічний результат, за винятком такого: хлопчики з ПРА – значення показника в ЕГ становило $4,5 \pm 0,11$, у КГ – $3,7 \pm 0,1$ балів; хлопчики з ЛРА – відповідно $4,6 \pm 0,07$ та $3,7 \pm 0,08$ балів.

Стан психологічної адаптації таких хлопчиків наприкінці навчального року відзначався певними особливостями: в ЕГ вибірки АРА значення показника становило $14,1 \pm 0,21$ %, у КГ – $18,5 \pm 0,26$ %; такі дані були свідченням того, що у перших досліджувана адаптація знаходилася на високому, у других – на середньому рівнях. У інших дослідних групах одержали такий результат: у ЕГ хлопчиків із ПРА значення показника становило $14,5 \pm 0,32$ %, у КГ – $19,8 \pm 0,5$ %; хлопчиків із ЛРА – відповідно $13,9 \pm 0,27$ та $21,1 \pm 0,28$ %; дані обох ЕГ засвідчували високий, обох КГ – середній рівні психологічної адаптації хлопчиків до навчання в школі.

Таблиця 2

**Стан адаптації у дослідних групах хлопчиків
із різною спрямованістю МРА
наприкінці другої частини формульовального експерименту**

Спрямованість МРА	Група	Значення показника		Нормативні значення	
		\bar{x}_I	<i>t</i>		
<i>соціальна адаптація (балів)</i>					
АРА	ЕГ	4,5	0,09	<p align="center"><i>рівні:</i></p> – високий: 5–4,5; – середній: 4,49–3,5; – низький: 3,49 і <	
	КГ	3,6	0,08		
ПРА	ЕГ	4,5	0,11		
	КГ	3,7	0,1		
ЛРА	ЕГ	4,6	0,07		
	КГ	3,7	0,08		
<i>психологічна адаптація (%)</i>					
АРА	ЕГ	14,1	0,21		<p align="center"><i>рівні:</i></p> – високий: 1–15; – середній: 15,1–30; – низький (дезадаптація): 30,1 і >
	КГ	18,5	0,26		
ПРА	ЕГ	14,5	0,32		
	КГ	19,8	0,5		
ЛРА	ЕГ	13,9	0,27		
	КГ	21,1	0,28		

Висновки

1. Уведення в педагогічний процес експериментального чинника сприяло досягненню дітьми з різною МРА більш високого рівня соціальної адаптації до навчання в початковій школі, ніж використання традиційного підходу до організації, формування і реалізації змісту занять з фізичної культури.

2. Діти, які використовували експериментальний зміст, досягли більш високого рівня психологічної адаптації до навчання у початковій школі ніж діти контрольних груп. У обох випадках одержані дані свідчили про ефективність експериментального змісту занять з фізичної культури у досягненні високого результату в діяльнісно-поведінковому та емоційно-ціннісному компонентах, аніж контрольні.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на встановлення ефективності експериментального змісту у розвитку моторної функції та показників фізичного стану.

Використані джерела

1. Безруких М. М. Леворукий ребенок в школе и дома : учеб. пособ. / М. М. Безруких. – Екатеринбург : Фактория, 2004. – 300 с.
2. Галаманжук Л. Л. Організація і методика фізичної активності дітей дошкільного віку з формування рухового потенціалу : навч. посіб. / Галаманжук Л. Л., Балацька Л. В., Єдинак Г. А. – Кам'янець-Подільський : ТОВ "Друкарня Рута", 2014. – 160 с.
3. Галаманжук Л. Л. Превентивний розвиток рухової активності дітей дошкільного віку : монографія / Л. Л. Галаманжук. – Кам'янець-Подільський : ПП "Медобори-2006", 2015. – 500 с.
4. Герасимчук А. Ю. Програмування занять фізичними вправами превентивної спрямованості для 6-річних дітей : навч. посіб. / Герасимчук А. Ю., Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. – Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. – 178 с.

5. Дубогай О. Д. Комплексна методика вивчення й оцінки рухового розвитку організму молодших школярів / О. Д. Дубогай // Основи здоров'я та фізична культура. – 2007. – № 6. – С. 10–13.
6. Ковальова Л. М. Опитувальник для вчителя з визначення рівня дезадаптації першокласників до навчальної діяльності / Л. М. Ковальова // Начальная школа. – 1996. – № 7. – С. 17.
7. Коробейнікова Л. Г. Особливості фізичного розвитку та формування психофізіологічних функцій у дітей молодшого шкільного віку в умовах різних форм навчання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біол. наук : [спец.] 03.00.13 "Фізіологія людини і тварин" / Л. Г. Коробейнікова. – К., 2002. – 19 с.
8. Пангелова Н. С. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвинутої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Н. С. Пангелова. – К., 2014. – 39 с.
9. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України та санітарно-епідемічну ситуацію, 2011 рік. – К., 2012. – 358 с.
10. Gnitecka J. Psychomotor therapy as a effective method of alleviating the symptoms of child's non-harmonious development / J. Gnitecka, A. Nowak, A. Romanowska-Tolloczko // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sport. – 2015. – Vol. 5. – P. 44–48.
11. Voropay S. M. Comparative characteristics of the state of the motor function of boys and girls aged 4-5 years / S. M. Voropay, O. V. Sukachov // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. – 2013. – Vol. 4. – P. 3–7.

Galamandjuk L., Iedinak G.

EFFICIENCY OF THE EXPERIMENTAL CONTENT ON PHYSICAL EDUCATION IN PRE-SCHOOL ADAPTIVE PROCESS OF 6-AGED CHILDREN.

The aim of the study was to examine the effectiveness of experimental studies the content of physical culture in terms of solving problems related to social and psychological adaptation 6-year-olds learning in secondary schools. To conduct this study were involved in the five-year 135 boys and 135 girls with different orientation manual motor asymmetry of which formed the control and experimental groups. Obtaining the necessary empirical data facilitated adequate use of complex techniques, including general, educational, medical, biological, mathematical statistics, psychodiagnostic. The latter belonged to manual methods for determining motor asymmetry children, their social and psychological adaptation. In the one-year experiment molding one of the studied children used the experimental program of their preventive motor activity during classes on physical training and the rest – the traditional approach to solving problems of the educational process in preschool education. The analysis of the data revealed that the proposed content provides a high level of psychological adaptation and the average level of social adaptation of children studied before training in secondary schools. This indicated that the traditional approach to formation and implementation of content classes on physical training provides a significantly lower result than using experimental factor with definite characteristics to improve performance and activity-behavioral and emotional value of children components for the fifth year. This result is a testament to the feasibility and need for the proposed development to achieve high positive effect in solving the tasks set by the program of physical training of children in preschool education.

Key words: *preschoolers, manual motor asymmetry, pre-school adaptation, physical education, experimental content.*

Стаття надійшла до редакції 13.09.2016