

РІВЕНЬ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДОШКІЛЬНЯТ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ

Вітос Ярослав

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. Проблема повноцінної фізичної, психічної та психофізичної підготовки дошкільнят до початку навчання у школі залишається актуальною. Було обстежено 47 хлопчиків та 54 дівчинки 6-річного віку. Встановлено рівень фізичного розвитку, фізичного стану, фізичної та психофізичної підготовленості дітей. З'ясовано, що рівні фізичного розвитку, фізичного стану та психофізичної підготовленості дошкільнят – середні. Рівень фізичної підготовленості дошкільнят нижчий від нормативного. Отримані дані відповідають даним спеціальної літератури.

Ключові слова: фізичне виховання, фізичний розвиток, фізичний стан, фізична підготовленість, психофізична підготовленість, дошкільнята.

Аннотация. Витос Я. К. Уровень психофизической подготовленности дошкольников к обучению в школе. Проблема полноценной физической, психической и психофизической подготовки дошкольников к началу учебы в школе остается актуальной. Было обследовано 47 мальчиков и 54 девочки 6-летнего возраста. Установлен уровень физического развития, физического состояния, физической и психофизической подготовленности детей. Выяснено, что уровни физического развития, физического состояния и психофизической подготовленности дошкольников – средние. Уровень физической подготовленности дошкольников ниже нормативного. Полученные данные отвечают данным специальной литературы.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическое развитие, физическое состояние, физическая подготовленность, психофизическая подготовленность, дошкольники.

Abstract. Vitos Y. The level of psychophysical fitness of preschool children to studies at school. The problem of valuable physical, psychical and psychophysical preparation of preschool children to beginning of studies at school remains actual. 47 boys and 54 girls of 6-years-old age were inspected. The level of physical development, bodily condition, physical and psychophysical preparedness of children is set. It is found out, that levels of physical development physical one hundred and psychophysical preparedness of preschool children – middle. The level of physical preparedness of preschool children below from normative. The obtained data answer data of the special literature.

Key words: physical education, physical development, bodily condition, physical preparedness, psychophysical preparedness, preschool children.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Від ступеня готовності дитини до навчання залежать її подальші успіхи в навчальній діяльності, здатність до довільної діяльності, самодостатність і самопочуття, які значною мірою впливають на її психічне та соматичне здоров'я (Г. Юрко, 1991; М. Голубчікова, 1995; Н. Москаленко, 2003; Н. І. Черепаня, 2006 та інші). Зміни способу життя дитини з початком навчання в школі висувають високі вимоги до пристосувальних можливостей організму та потребують міцного фізичної та психічного здоров'я, здатності до складної розумової аналітично-синтетичної діяльності, пізнавальної активності, розвитку морально-вольових якостей (Т. О. Богуцька, 1998; Л. С. Роговик, 2003; І. О. Когут, 2005). Тому серед низки факторів, що суттєво впливають на адаптацію до навчання в школі, важливу роль відіграє стан здоров'я (В. А. Баландін, 2001; О. Д. Дубогай, 2002; Т. Кривчикова, 2010).

З'ясовано (В. А. Рещіков, 2007), що за медичними та психофізіологічними критеріями (захворюваність і

фізичний розвиток) тільки третина дітей віком 6 років готові до шкільних навантажень. Решту (2/3) дітей можна розглядати як осіб з високою ймовірністю розвитку в них «шкільної дезадаптації». Визначено О. Р. Боделан (2000), що 21 % дітей зазнають труднощів під час адаптації до шкільного навчання, понад 50 % адаптуються, проте мають резерви для підвищення адаптації. Тому проблеми адаптації дитини до навчання у школі є одними з найактуальніших проблем сьогодення.

Урахування морфофункціональних, психологічних та психофізіологічних особливостей дитини в процесі фізичного виховання забезпечує індивідуальний темп формування рухових умінь та навичок [1]. Для забезпечення успішного індивідуального розвитку кожної особистості необхідний особистісно орієнтований процес фізичного виховання дітей дошкільного віку, вважають фахівці [1], особливо наприкінці дошкільного дитинства. Розроблено [10] комп'ютерну програму, котра дає можливість індивідуалізувати процес фізичного виховання, зокрема підбирати рухливі ігри з урахуванням рівня фізичної підготовленості дітей.

Підвищити рівень фізичної та розумової працез-



датності, ліквідувати негативні наслідки ранньої формованої соціалізації може раціональне використання різноманітних засобів фізичного виховання.

Велика кількість досліджень присвячена з'ясуванню функціональних показників дітей дошкільного віку [1; 2; 5; 8; 12; 14]. Дані, представлені в літературі різняться за статтю дітей, обсягом вибірки, регіонами обстеження, методиками, що застосовувалися тощо і тому важко піддаються узагальненню. Згідно з одними даними В. В. Поліщука (2008) частота серцевих скорочень дійсного спокою у 5–6-річних дітей та артеріального тиску відповідають віковим нормам. Згідно з іншими даними С. О. Черненко (2009) показники функціонального стану дихальної системи дітей 5-го і 6-го років суттєво відстають від середньостатистичних нормативів. Одні фахівці (С. О. Черненко, 2009) стверджують, що більшість дівчат 6 і 7 років мають високий рівень функціональних і рухливих можливостей, встановлений за індексом фізичного розвитку за методикою О. Д. Дубогай. Інші (В. В. Поліщук, 2008) встановили, що за оцінкою індексу Руф'є в середньому спостерігається задовільний рівень фізичної працездатності серцево-судинної системи у дівчаток 5 років і у дітей 6-річного віку.

З'ясовано, що немає суттєвої різниці в довжині і масі тіла у хлопчиків і дівчаток. Суттєвішими є відмінності в окружності грудної клітки, у середньому окружність грудної клітки на 2–2,3 см є більшою у хлопчиків (Х. Юджіна, 2008).

Виявлено (В. А. Рещіков, 2007) негативну тенденцію протягом останніх років щодо фізичного розвитку дітей дошкільного віку в бік його дисгармонізації за рахунок збільшення осіб із низької масою тіла та високих на зріст. Є й інші дані (С. М. Джурінська, 2008), що свідчать про те, що протягом 1998–2005 рр. відмічалось закономірне прискорення темпів процесів астенизації, що супроводжувалося зростанням дисгармонійності фізичного розвитку дітей дошкільного віку (у 1998 р. було 16,4 % дисгармонійно розвинутих дітей, 2005 р. – 22,6 %, $p \leq 0,001$). Проведений математичний прогноз (до 2020 р.) цих процесів свідчить про подальше поширення процесів астенизації у фізичному розвитку дітей дошкільного віку, що диктує необхідність розробок відповідних профілактичних заходів стосовно корекції фізичного розвитку дошкільників.

Зафіксовані [11] ознаки погіршення здоров'я, уповільнення фізичного розвитку і фізичної підготовленості у 6-річних дітей у зв'язку зі вступом до школи. Так, зокрема, було встановлено, що хронічні захворювання, дисгармонійний фізичний розвиток і, як наслідок, III групи здоров'я переважно мають діти шести років і ця різниця вірогідна у порівнянні з дітьми 4 і 5 років ($p < 0,05$; $p < 0,01$) (В. А. Рещіков, 2007). Фахівці стверджують, що ці негативні явища в стані здоров'я 6-річних дітей відбуваються у зв'язку із змінами в ендокринній системі, передпубертатною підготовкою і соціальним перенавантаженням. Тому в період дошкільного дитинства важливим є створення міцного фундаменту фізичного та психічного здоров'я для формування оптимального рівня пристосувальних можливостей організму дітей.

Рівень сформованості фізичних якостей дошкільнят: сили, витривалості, спритності, гнучкості, швидкості – розглядається науковцями в якості основних показників фізичної готовності дітей до навчання.

Визначено (В. В. Поліщук, 2008), що переважна кількість дітей 5-ти років мають задовільну фізичну підготовленість. Так, середній рівень фізичної підготовленості спостерігається у 46,4 % досліджуваних дівчаток і 60 % хлопчиків. Високий рівень рухової підготовленості мають лише 2,2 % дівчаток і 25 % хлопчиків, незадовільна фізична підготовленість (низький рівень) виявлена у 21,4 % дівчаток і 15 % хлопчиків. У 6 років спостерігається тенденція до підвищення рівня фізичної підготовленості. Невелика кількість дівчаток (лише 7,3 %) мали низький рівень рухової підготовленості, тоді як майже однакова кількість дівчаток мали високий і середній рівні – 43,9 і 48,8 % відповідно. Шестирічні хлопчики майже пропорційно були диференційовані за відповідними рівнями розвитку моторики – високий (32,1 %), середній (35,8 %) і низький (32,1 %). Подібні результати були отримані й іншими фахівцями. Так, серед 6-річних дітей одного дитячого закладу Чернівців високий і вище середнього рівні фізичної підготовленості до навчання у школі встановлено лише у 37,5 % дівчат та 46,6 % хлопців, оцінку «3» отримали 50 % дівчат та 40 % хлопців, у 12,5 % дівчат і 13,4 % хлопців рівні фізичної готовності до школи характеризуються як нижче середнього [3]. Відтак рівень фізичної підготовленості дошкільнят є невисоким і вимагає покращення, особливо з урахуванням важливості формування повноцінної готовності дітей до навчання у школі.

Вважається [19], що зі здоров'ям дітей найтісніший зв'язок мають показники аеробної і силових витривалості, від яких залежать працездатність і адаптаційні можливості організму, гнучкість, яка визначає стан опорно-рухового апарату, а також – координаційні якості, що обумовлюють засвоєння дітьми навчальної програми. Відтак застосування засобів, спрямованих на розвиток різних видів витривалості, гнучкості і координаційних якостей є важливим для формування здоров'я дошкільнят.

Установлено (О. Давиденко, 2007), що в молодшому шкільному віці спостерігаються найвищі темпи приросту швидкісних здібностей. Досягнення високого рівня розвитку швидкості в цей період розвитку організму багато в чому визначається рухливістю нервових процесів, що обумовлює швидкість скорочення і розслаблення м'язів, максимальний темп рухів. Від 4–5 до 13–14 років значно зростає швидкість поодиноких рухів при скороченні різних м'язових груп. З'ясовано [11], що у структурі фізичної підготовленості дітей 4–6 років також спостерігається зростання темпів покращення таких фізичних якостей, як координація рухів (біг 10 м між предметами), гнучкість (нахил тулуба вперед стоячи), динамічна витривалість (біг із середньою швидкістю), швидкісна сила (стрибок у довжину з місця). Високі темпи зростання показників цих фізичних якостей у згаданому віковому періоді пояснюється тим, що цей вік є сенситивним для їх розвитку. Фізичні вправи ефективно сприяють розвитку різних фізичних якостей, тому можуть слугувати одним із засобів повноцінної підготовки дошкільнят до навчання у школі.

Мета роботи – встановити ступінь готовності дітей 6-ти років до навчання у школі.

Для досягнення поставленої мети були сформульовані такі **завдання**:

1. Виявити сучасний рівень фізичного і психофі-



зичного розвитку дітей 6-ти років за даними наукових досліджень.

2. Установити рівень фізичного розвитку, фізичного стану, фізичної та психофізичної підготовленості 6-річних дітей.

3. Порівняти отримані дані з даними спеціальної літератури.

Методи та організація дослідження:

1. Теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, емпіричних даних наукового дослідження.

2. Педагогічні, медико-біологічні методи (тестування рівня фізичної та психофізичної підготовленості дітей; антропометрія, функціональні дослідження, метод індексів).

3. Педагогічний експеримент (констатувальний).

4. Методи статистичної обробки.

Констатувальний педагогічний експеримент було проведено у вересні – жовтні 2012 року на базі чотирьох дошкільних установ: ДНЗ № 69 і ДДЗ № 106 м. Львова та ДДЗ № 5 Одеської міської ради і Навчально-виховного комплексу «АСТР» м. Одеси. Було обстежено 47 хлопчиків та 54 дівчинки 6-річного віку. Проводилися обчислення індексів фізичного розвитку (за О. Д. Дубогай, 1999), фізичного стану (за Н. А. Тупчий, 2001), розрахунок масо-зростового індексу та ін-

дексу сутулості проводилося за загальноприйнятими методиками [6], ступінь готовності дітей до навчання у школі визначався за тестами, розробленими О. Д. Дубогай, (2002). Індекс сутулості визначався нами за формулою [13]: $IC = \frac{ПД}{ШП} \times 100$, де IC – індекс сутулості; ПД – плечова дуга (відстань по дузі між плечовими точками позаду, см), ШП – ширина плечей (відстань між плечовими точками по прямій спереду, см). Біологічний вік дітей визначався за формулою [13]: $БВ = \frac{ОГ}{ДТ} \times 100$, де БВ – індекс біологічного віку, ОГ – обвід голови (см); ДТ – довжина тіла (см).

Результати досліджень та їх обговорення. Нами було встановлено, що рівень **фізичного розвитку** (табл. 1) хлопчиків є вищим ($p < 0,05$) від рівня фізичного розвитку дівчаток. За більшістю показників рівень фізичного розвитку 6-річних дошкільнят оцінювався як середній. Проте показники обводу грудної клітки і у дівчаток, і у хлопчиків свідчили про низький рівень антропометричних показників, а частота дихання в стані відносного спокою – про нижчий від середнього рівень функціональних резервів, що потребує термінової корекції засобами фізичного виховання.

Показники фізичного розвитку 6-річних дівчаток у більшості випадків несуттєво (максимум на 19 %) відрізнялися від даних спеціальної літератури, що свідчить про їх істинність.

Таблиця 1

Антропометричні показники та індекс фізичного стану дітей

Показники	Стать	$\bar{X} \pm \sigma$	Рівень	V, %	t _{хл.-дів.}
Зріст, см	дів.	112,48±5,00	С-ВС	4,44	0,000
	хл.	118,85±6,58	В	5,54	
Маса тіла, кг	дів.	18,94±2,77	С	14,64	0,000
	хл.	22,54±4,29	В	19,05	
Масо-зростовий індекс, г·см ⁻¹	дів.	167,92±18,88	С	11,24	0,001
	хл.	188,59±28,06	С	14,88	
ОГК, см	дів.	51,63±6,10	Н	11,81	0,163
	хл.	48,77±9,48	Н	19,44	
Індекс сутулості, ум. од.	дів.	84,86±6,19	С-ВС	7,29	0,002
	хл.	80,77±6,63	С	8,20	
Біологічний вік, ум. од.	дів.	44,62±1,81	С	4,05	0,061
	хл.	43,58±2,47	ВС-С	5,66	
Індекс фізичного розвитку	дів.	41,91±7,52	ВС	17,95	0,028
	хл.	47,55±11,77	В	24,75	
ЖЄЛ, мл	дів.	1041,67±104,85	–	10,07	0,000
	хл.	1164,00±115,04	–	9,88	
Сила кисті (сильнішої), кг	дів.	7,38±1,16	–	15,73	0,000
	хл.	9,08±1,29	–	14,19	
ЧСС, уд.·хв ⁻¹	дів.	92,93±2,80	С	3,01	0,031
	хл.	94,09±2,47	С	2,62	

Так, середнє значення довжини тіла в обстежених нами дівчаток було дещо меншим (максимум на 6,27%), ніж у їх одноліток, обстежених іншими фахівцями: 112,35±0,74 см [8], 113,8±0,98 см [12], 114,5±3,87 см [2], 117,92±1,19 см [1], 100–120 см [7]. Маса тіла дошкільнят, обстежених нами, була меншою від даних, описаних у літературі на 14,04%: 20,2±2,23 кг [2], 20,7±0,74 кг [12], 20,80±0,51 кг [8], 21,60±0,96 кг [1], 16,5–25 кг [7]. Величини масо-зростового індексу (Кетле) дівчаток, що брали участь у констатувальному етапі нашого наукового дослідження, були несуттєво (на 6,65%) нижчими від представлених в літературі (179,88±0,64 у. о. [8]). Показники обводу грудної клітки (ОГК) 6-річних дівчаток, які були обстежені нами, також були дещо (на 15,15%) меншими: 56,17±1,01 см, 58,3±0,67 см [12], 59,45±0,52 см [8], 49–64 см [7]. Середнє значення сили кисті дівчаток, що брали участь в наших дослідженнях, знаходиться в діапазоні тих показників, які представлені іншими науковцями – 4,08±0,94 кг [1], 22,4±0,91 кг [12], 3–12 кг [7]. Величини ЧСС у дівчаток, обстежених нами, також не відрізнялися від представлених в літературі (68–120 уд.·хв⁻¹ [7]).

Значним (22,90%) було переважання дівчаток, що брали участь у нашому дослідженні, у порівнянні з даними інших дослідників в індексі фізичного розвитку (ІФР), 34,10±0,73 у. о. [8]. Життєва ємність легенів (ЖЄЛ) обстежених нами дівчаток на 33,53% була меншою від представлених у літературі (1175,00±57,90 см³ [1], 1,39±0,05 мл [12], 500–1850 мл [7]).

Показники фізичного розвитку хлопчиків, обстежених нами, також майже збігаються з даними, представленими в спеціальній літературі. Проте тенденція виявилася протилежною, ніж у дівчаток – встановлені нами показники хлопчиків дещо переважали дані спеціальної літератури. Так, довжина тіла хлопчиків незначно (на 6,00%), проте перевищувала подані в літературі величини: 112,12±0,84 [8], 115,3±2,82 см [2], 117,0±0,58 см [12], 106–124 см [7]. Середнє значення маси їх тіла також незначно (на 9,54%) перевершувало представлені іншими дослідниками результати

(21,5±0,45 [12], 20,7±1,36 кг [2], 20,39±0,46 кг [8], 16–28 кг [7]). Індекс Кетле хлопчиків виявився вищим від представлених у літературі – 178,02±0,54 у. о. [8]. Величини ОГК, притаманні для обстежених нами хлопчиків, навпаки, були дещо меншими (на 18,47%) від з'ясованих іншими науковцями: 58,0±0,48 см [12], 59,82±0,42 см [8], і 55–67 см [7]. Величини сили кисті і ЧСС 6-річних хлопчиків знаходилися в діапазоні, з'ясованому іншими фахівцями (26,6±0,85 кг [12], 3–14 кг [14] та ЧСС=62–110 уд.·хв⁻¹[7]).

Значно (на 32,87%) ІФР у хлопчиків, обстежених нами, перевищував ІФР, отриманий у результаті досліджень інших фахівців (31,92±0,46 у. о.) [8]. Значним (на 22,40%) було відставання величини ЖЄЛ у порівнянні з даними літератури (1,50±0,05 мл [12], 850–2100 мл [7]).

Фізичний стан дівчаток (2,75 бала) і хлопчиків (2,63 бала) оцінювався як середній (рис. 1).

У середньому рівень **психофізичної готовності** (табл. 2) дітей до навчання у школі був середнім (3,0 бали – у дівчаток і 3,1 бала – у хлопчиків). Відносно найгіршими були результати вправ на спритність – показники у написанні літери «о» за 10 с і утримування пози «фламінго» (оцінка «незадовільно»). З ударами у долоні за 10 с дівчатка впоралися гірше, від хлопців (p<0,001). Окрім цього, за більшістю вправ (окрім присідання за 10 с) спостерігаються значні індивідуальні коливання показників психофізичної підготовленості дітей в обидвох статевих групах (V>15%). Відтак, результати психофізичної підготовленості великої кількості дошкільнят виявилися недостатніми. Це свідчить про необхідність корегування програми фізичної підготовки дітей з метою повноцінної підготовки до навчання в школі.

Проведені нами дослідження дозволили встановити, що рівень **фізичної підготовленості** (табл. 3) дошкільнят задовольняє нормативні вимоги лише на 60% (з 6-ти нормативів дівчатка не виконали жодного, а хлопчики успішно виконали лише один – кидання і ловіння м'яча).

Усі результати контрольних вправ можна поділити на чотири групи в залежності від того, наскільки

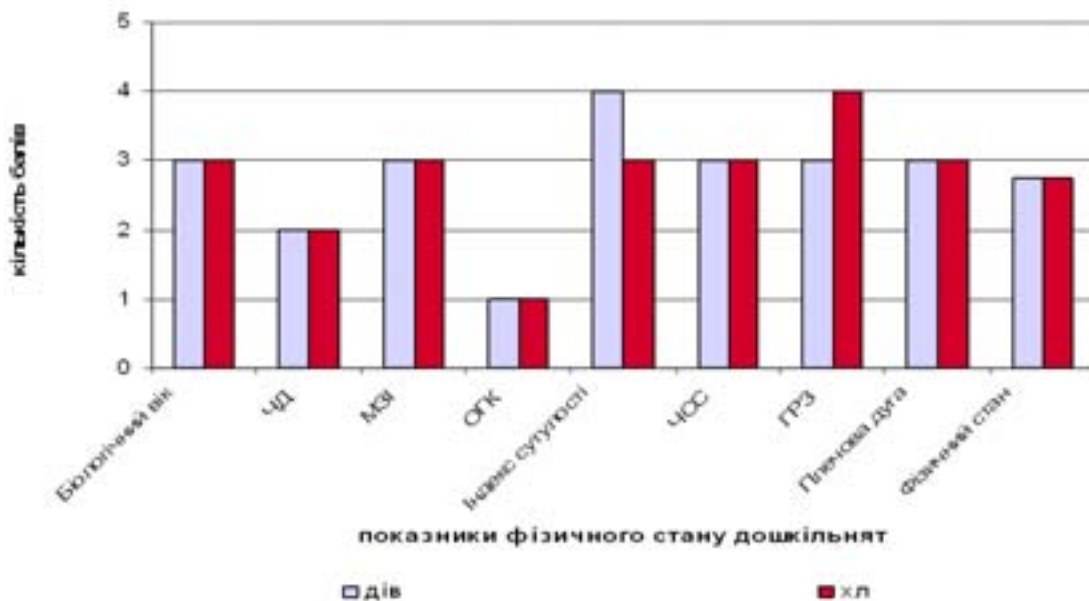


Рис. 1. Величини компонентів і загального рівня фізичного стану дошкільнят (бали)

Таблиця 2

Показники психофізичної підготовленості дітей

Вправа	Стать	$\bar{X} \pm \sigma$	Оцінка	V, %	t _{хл.-дів.}
Написання літери «о» за 10 с	дів.	5,67±2,94	2	51,80	0,555
	хл.	5,32±2,09	2	39,22	
Присідання за 10 с	дів.	9,96±1,16	3	11,64	0,425
	хл.	10,19±1,19	3	11,69	
Плескання у долоні за 10 с	дів.	19,58±4,52	3	23,08	0,001
	хл.	24,49±6,12	4	25,00	
Промовляння цифр за 10 с	дів.	16,78±5,02	4	29,91	0,101
	хл.	18,57±4,15	4	23,22	
Утримання пози «фламінго», с	дів.	7,93±4,85	2	61,20	0,399
	хл.	9,48±5,61	2-3	59,20	
Загальна оцінка, балів	дів.	-	3,0		
	хл.	-	3,1		

Таблиця 3

Фізична підготовленість дітей

Вправа	Стать	$\bar{X} \pm \sigma$	Норматив	V, %	t _{хл.-дів.}
Кидки та ловіння м'яча від стіни, разів	дів.	17,79±3,09	19	17,35	0,060
	хл.	19,24±3,06	19	15,90	
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи, разів	дів.	4,70±2,87	6	61,06	0,158
	хл.	3,96±2,32	6	58,66	
Стрибки через скакалку до втоми, разів	дів.	0,85±1,90	24	222,74	0,653
	хл.	0,68±1,90	24	279,19	
Піднімання тулуба в сід, разів	дів.	14,59±4,90	30	33,59	0,851
	хл.	14,40±5,11	30	35,48	
Присідання на двох ногах, разів	дів.	19,04±4,15	40	21,81	0,787
	хл.	18,81±4,31	40	22,90	
Стрибок у довжину з місця, см	дів.	93,74±9,68	100	10,33	0,387
	хл.	95,38±9,24	100	9,69	

ки успішно дошкільнята справилися з їх виконанням (рис. 2). До першої групи можна віднести результати у стрибках у довжину з місця та кидках і ловінні м'яча, які свідчать про те, що їх рівень максимально наблизився до нормативного.

Другу групу складають три вправи, результати яких свідчать про те, що рівень розвитку силової витривалості м'язів черевного пресу, рук і ніг у дошкільнят обох статей є критично низьким і потребує вдосконалення засобами фізичного виховання. Результати у виконанні вправ згинання-розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, піднімання тулуба в сід та присідання на двох ногах виявилися нижчим від нормативного рівня на 50 %.

До третьої групи належить лише одна вправа –

стрибки через скакалку – з виконанням якої діти не впоралися, оскільки в більшості з них навичка її виконання була відсутньою. З метою повноцінної підготовки до навчання у школі варто навчити дітей стрибкам через скакалку. Тривале виконання стрибків через скакалку сприяє розвитку витривалості. Фахівці (О. Д. Дубогай) стверджують, що володіння технікою стрибків через скакалку сприятиме підготовці кисті дитини до письма. Тому, на нашу думку, варто приділяти особливу увагу вдосконаленню силової витривалості ніг, рук і черевного пресу в дошкільньому віці.

У результаті наших досліджень було встановлено, що лише 26,47 % дошкільнят психічно і фізично готові розпочати навчання у школі. Це відповідає даним,

що були встановлені іншими фахівцями (О. Р. Боделан, 2000; В. А. Реціков, 2007] з іншим контингентом (21 %–33 %).

За більшістю показників спостерігаються внутрішньогрупові ($V > 15\%$) і міжгрупові ($t = 0,01 - 0,001$) розбіжності у величинах індивідуальних показників фізичного розвитку, фізичної і психофізичної підготовленості, що потребує диференційованих підходів у процесі їх удосконалення.

Висновки:

1. Згідно з даними наукових досліджень велика кількість сучасних учнів починають навчання в школі не досягнувши рівня шкільної зрілості. Це негативно позначається на психічному і соматичному здоров'ї. Сприятли формуванню комплексу фізичних і психофізичних якостей, необхідних для повноцінної адаптації до шкільного навчання, можуть засоби фізичного виховання.

2. З'ясовано, що рівень фізичного розвитку за більшістю показників 6-річних дошкільнят оцінювався як середній. Проте показники обводу грудної клітки й у дівчаток, і в хлопчиків свідчили про низький рівень антропометричних показників, а частота дихання в стані відносного спокою – про нижчий від середнього рі-

вень функціональних резервів, що потребує термінової корекції засобами фізичного виховання. Фізичний стан дівчаток (2,75 бала) і хлопчиків (2,63 бала) оцінювався як середній. У середньому рівень психофізичної готовності до навчання дітей у школі був середнім (3,0 бали – у дівчаток і 3,1 бала – у хлопчиків). Рівень фізичної підготовленості дошкільнят на 52 % нижчим від нормативного. Лише результати двох вправ – у стрибках у довжину з місця і кидках та ловінні м'яча, наблизилися до рівня нормативних вимог.

3. Підтверджено дані спеціальної літератури щодо показників фізичного розвитку, фізичного стану та ступеня фізичної та психофізичної готовності до навчання у школі. Показники фізичного розвитку дівчаток незначно (у більшості випадків максимум на 16 %) відстають від даних, представлених у спеціальній літературі, показники хлопчиків, встановлені нами, у більшості випадків несуттєво (до 20 %) випереджають дані спеціальної літератури.

Подальші дослідження будуть присвячені експериментальній перевірці ефективності авторської програми для покращення показників фізичного розвитку, фізичного стану, фізичної та психофізичної підготовленості дошкільнят.

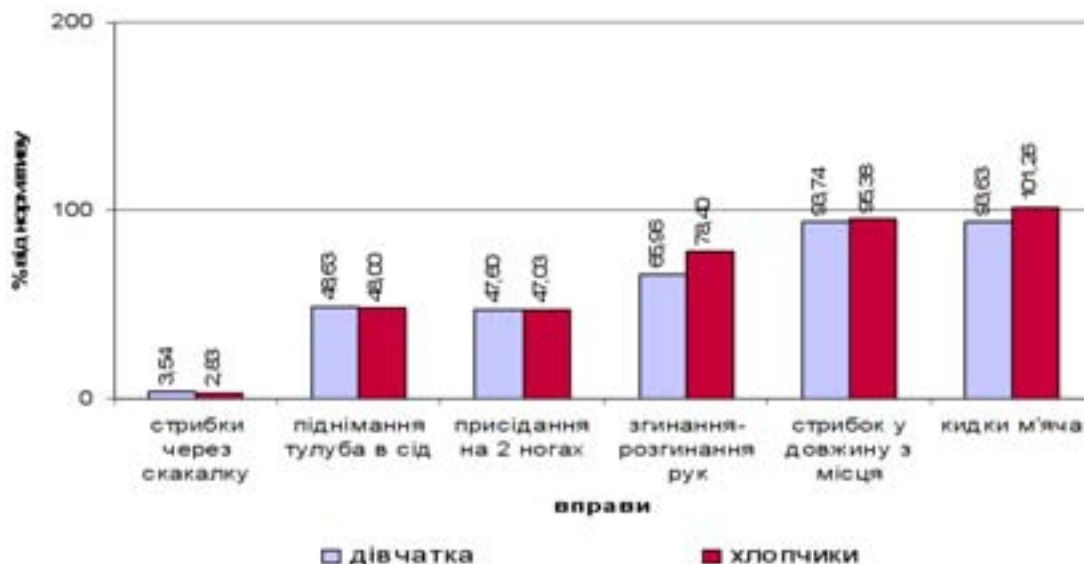


Рис. 2. Успішність виконання нормативів фізичної підготовленості до навчання в школі 6-річних дошкільнят

Література:

1. Багінська О. В. Особистісно-орієнтоване навчання руховим діям дітей 5–6 років в умовах дошкільного навчального закладу : автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізичне виховання, основи здоров'я)» / О. В. Багінська // Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – К., 2008. – 20 с.
2. Бичук І. О. Антропометричні характеристики тіла дітей старшого дошкільного віку [Електронний ресурс] / І. О. Бичук // Міжнародний науковий вісник. – 2008. – С. 24–26. – Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Mnv/2008/2/Buchuk.pdf
3. Бойко Є. Фізична підготовленість дошкільнят до навчання в умовах сучасної школи: рівні та критерії [Електронний ресурс] / Є. Бойко, В. Шпортій. – Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/Fkszn/2009_8/fizuchna%20pidgotovlenist.pdf
4. Дубогай О. Д. Чи готова дитина до навчання? / О. Д. Дубогай // Дошкільне виховання. – 2002. – № 11. – С. 7–9.
5. Калиниченко І. Оцінка здоров'я та фізичного стану дітей молодшого шкільного віку / І. Калиниченко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : [зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки]. – Луцьк, 2008. – Т. 2. – С. 128–131.
6. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимпийская литература, 1999. – 230 с.

Вітос Ярослав РІВЕНЬ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДОШКІЛЬНЯТ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ



7. Курінна С. М. Особливості соціалізації дітей шести-семи років у різних умовах життєдіяльності : автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.05 «Соціальна педагогіка» / С. М. Курінна // Луганський нац. пед. ун-т ім. Т. Шевченка. – Луганськ, 2004. – 22 с.

8. Маляр Н. С. Стан фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку / Н. С. Маляр // Молода спортивна наука України : [зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту]. – Л., 2010. – Вип. 14, т. 2. – С. 155–159.

9. Новоселова О. Направленное использование средств физического воспитания в процессе адаптации детей 7–8 лет к началу обучения в школе / О. Новоселова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 4. – С. 52–55.

10. Подоляка А. Є. Диференціація рухливих ігор у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку з використанням інформаційних технологій / А. Є. Подоляка // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.] – Харків : ХДАФК, 2011. – № 2. – С. 189–192.

11. Сагунова І. Вікова динаміка морфофункціонального стану і фізичної підготовленості дошкільників 4–6 років / Ірина Сагунова // Молода спортивна наука України : [зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту]. – Л., 2010. – Вип. 14, т. 2. – С. 210–214.

12. Степанова Н. Особенности развития психических процессов и физической подготовленности младших школьников [Электронный ресурс] / Н. Степанова. – Режим доступа : http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/Fkszn/2009_8/osobennosti%20razvitiya%20psixicheskux.pdf

13. Тупчий Н. А. Режимы двигательной активности детей 5–6 лет с различным уровнем физического состояния : автореф. дис. канд. наук по физ. воспитанию и спорту : 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / Н. А. Тупчий // НУФВиС Украины. – К., 2001. – 18 с.

14. Цибанюк О. Планування та організація туристичної діяльності дошкільника в умовах сучасного закладу освіти [Електронний ресурс] / О. Цибанюк. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/Fkszn/2009_8/planyvannya%20ta%20organizacii.pdf