

Львівський державний університет фізичної культури

ПАСІЧНИК ВІКТОРІЯ МИХАЙЛІВНА

УДК 796.011.3:37.03–053.4

**УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНИХ І РОЗУМОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ
У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ
З ВИКОРИСТАННЯМ ІНТЕГРАЛЬНО-РОЗВИВАЛЬНИХ М'ЯЧІВ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання та спорту

Львів – 2014

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано у Львівському державному університеті фізичної культури, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Петрина Роман Львович,
Львівський державний університет фізичної культури,
декан факультету фізичного виховання

Офіційні опоненти: доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Круцевич Тетяна Юріївна,
Національний університет фізичного виховання і спорту
України,
завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання;

кандидат педагогічних наук, професор
Пангелова Наталія Євгенівна,
Державний вищий навчальний заклад «Переяслав-
Хмельницький державний педагогічний університет імені
Григорія Сковороди»,
професор кафедри теорії та методики фізичного
виховання і спорту

Захист відбудеться 2 липня 2014 року о 13 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 35.829.01 Львівського державного університету фізичної культури (79007, м. Львів, вул. Костюшка, 11).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Львівського державного університету фізичної культури (79007, м. Львів, вул. Костюшка, 11).

Автореферат розіслано 28 травня 2014 року.

**Учений секретар
спеціалізованої вченої ради**

А.С. Вовканич

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. На сучасному етапі розвитку суспільства та педагогічної науки в Україні великого значення набуває роль і значущість кожної особистості, успішність її індивідуального розвитку. Особливо актуальною ця проблема є на етапі дошкільного дитинства як першооснови соціокультурного становлення особистості. Стратегічні напрями розвитку сучасної освіти, передусім її першої ланки – дошкільної освіти, передбачають процес оновлення та гуманізації галузі, що базується на засадах компетентнісної парадигми, яка орієнтує на цілісний підхід до формування особистості (О.Л. Кононко, 2009).

Основні державні документи: Закон України «Про освіту» (2008), Державна Національна програма «Освіта (Україна ХХІ століття)» (1994), Базовий компонент дошкільної освіти (2012), Закон України «Про дошкільну освіту» (2001), а також Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (2009), Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2004) – визначають стратегію виховання дошкільника, наголошуючи, що основою педагогічного процесу в дошкільному навчальному закладі повинно бути піклування про дитину, її неповторний внутрішній світ, фізичне та психічне здоров'я. Фізичне здоров'я є фундаментом здорової особистості, а від психічного залежить інтелектуальне, моральне, духовне та соціальне (Є.Г. Яхно, 2011; Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, 2012).

Дошкільний вік – найбільш відповідальний етап розвитку організму та один із найважливіших у становленні особистості людини. У цей період закладаються основи здоров'я, повноцінного фізичного розвитку, фізичної підготовленості, відбувається стабілізація біологічних передумов особистісного розвитку, формування психічних процесів (В.К. Бальсевич, 2000; Е.С. Вільчковський, О.І. Курок, 2004; М.В. Савчин, 2005; В.С. Мухіна, 2006; Е.Я. Степаненкова, 2006; Н.В. Москаленко, 2011), а найкращі умови для цього створюються в процесі фізичного виховання. Фізичне виховання є особливим видом діяльності, у процесі якої можливе створення оптимальних умов для комплексного розвитку всіх складових цілісної особистості (Б.М. Шиян, 2004; Л.В. Волков, 2008; І.В. Стародубцева, 2010; Т.Ю. Круцевич, 2012; Н.Є. Пангелова, 2013).

Аналіз наукової та методичної літератури дає підстави стверджувати, що більшість науковців вважають головною метою системи фізичного виховання дітей дошкільного віку формування цілісної особистості, що передбачає активний вплив не тільки на фізичний потенціал дитини, але й на її почуття і свідомість, психіку та інтелект. Це своєю чергою сприятиме формуванню стійкої позитивної мотивації, ціннісних орієнтацій, інтересів і потреб у сфері фізичної активності і здорового способу життя (О.Д. Дубогай, 2005; Н.В. Москаленко, 2009; Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, 2012). Вивчення спеціальної літератури дозволило виявити наявність вітчизняних та закордонних досліджень щодо аспектів поєданого розвитку рухової та розумової сфери дошкільнят (М.О. Правдов, 2003, 2010; І.В. Стародубцева, 2004, 2008, 2010; А.А. Пивовар, 2005; В.В. Поліщук, 2008; Г.В. Кособуцька, 2009; О.С. Трофімова, 2010; Ж.Л. Козіна, 2011).

Водночас, незважаючи на доволі широкий спектр досліджуваних напрямів, необхідно відзначити недостатню розробленість механізмів педагогічного впливу,

спрямованого на інтегроване вирішення завдань фізичного й розумового вдосконалення дошкільників за допомогою спортивного інвентарю з дидактичною символікою. Це важливо у зв'язку з тим, що однією з умов розвитку особистості дошкільника є активна взаємодія з предметним світом (С.Л. Рубінштейн, 2000; Л.С. Виготський, 2003; Ж.Л. Козіна, О.Г. Лахно, 2011).

Отже, проблема дидактичного забезпечення інтегрованого розвитку фізичних і розумових здібностей дошкільників у процесі фізичного виховання є недостатньо вивченою, але вкрай необхідною у світлі сучасних вимог, що й зумовлює актуальність теми дисертаційного дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 3.6 «Науково-теоретичні основи інноваційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер державної реєстрації 0111U001169).

Роль автора у виконанні теми полягала в обґрунтуванні й розробці програми комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів у процесі занять фізичними вправами.

Мета дослідження – обґрунтувати й розробити організаційно-методичні засади фізкультурно-оздоровчих занять із пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів для удосконалення фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку.

Завдання дослідження:

1. Узагальнити сучасні теоретико-методичні підходи вітчизняних та зарубіжних авторів щодо інтегрального розвитку фізичних і розумових здібностей дітей дошкільного віку за даними літературних джерел.

2. Визначити рівень та структуру фізичної підготовленості, вікові особливості морфофункціонального стану й розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку.

3. Визначити специфіку взаємозв'язків між показниками розумової сфери, морфофункціонального стану та фізичними здібностями дітей старшого дошкільного віку.

4. Обґрунтувати й розробити програму комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів та експериментально перевірити її ефективність.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – вплив програми фізичного виховання з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів на розвиток фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження: загальнонаукові (аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення); соціологічні (анкетування, опитування); медико-біологічні (антропометрія, пульсометрія, спірометрія, тонометрія, метод індексів); педагогічні (спостереження, тестування, експеримент, що передбачав констатувальний і

формувальний етапи); психодіагностичні (тестування когнітивних процесів); математичної статистики.

Наукова новизна отриманих результатів:

- *уперше* доведено взаємозумовленість між розвитком дрібної моторики й компонентами розумової сфери дітей 5 років, що визначається наявністю взаємозв'язків між показниками рухових тестів і когнітивних процесів;
- *уперше* розроблено структурну модель комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів;
- *уперше* обґрунтовано зміст та організаційно-методичні засади програми комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку «Розумний м'яч»;
- *удосконалено* наукові дані щодо взаємозв'язків між показниками розумової сфери, морфофункціонального стану та фізичними здібностями дітей старшого дошкільного віку;
- *набули подальшого розвитку* наукові знання щодо вікових особливостей морфофункціонального стану, фізичної підготовленості та розумової сфери дітей старшого дошкільного віку; наукові дані щодо змісту, засобів фізичного виховання для комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку.

Практичне значення результатів дослідження полягає в розробці програми комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів та впровадженні її в навчально-виховний процес; у розробці змісту ігрових вправ, рухливих ігор та естафет, спрямованих на комплексний розвиток фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку із використанням інтегрально-розвивальних м'ячів. Результати дослідження впроваджено в навчально-виховний процес дошкільних навчальних закладів №№ 51, 165 м. Львова; у навчальний процес Львівського державного університету фізичної культури при викладанні дисциплін «Теорія і методика рухливих ігор» та «Теорія і методика фізичного виховання», що підтверджено відповідними актами впровадження.

Особистий внесок здобувача полягає у визначенні напрямку, мети, завдань дослідження, накопиченні теоретичного та експериментального матеріалу, аналізі та узагальненні отриманих даних, упровадженні результатів дослідження у практику роботи дошкільних навчальних закладів м. Львова. Автор самостійно провела педагогічний експеримент і здійснила статистичну обробку результатів дослідження. Роль автора у спільних публікаціях полягала в розробці структури дослідження, інтерпретації даних та формулюванні висновків.

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення, експериментальні дані та висновки наукової роботи апробовано на всеукраїнських і міжнародних науково-практичних конференціях: «Молода спортивна наука України» (Львів, 2010–2013); V Міжнародній науково-практичній конференції з проблем фізичної культури і спорту держав-учасниць Співдружності Незалежних Держав (Мінськ, 2012); IV Міжнародній науковій конференції «Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції» (Тернопіль, 2012);

VII Міжнародній науково-практичній конференції «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (Дніпропетровськ, 2012); XI Всеукраїнській науково-практичній конференції «Сучасні проблеми теорії та методики гімнастики» (Львів, 2010); науково-методичних семінарах учителів фізичної культури «Школи професійного розвитку педагогів» (Львів, 2011); науково-методичних семінарах завідувачів, вихователів-методистів та інструкторів фізичної культури «Впевнений старт – сходинка у підготовці майбутніх школярів» (Львів, 2012, 2013); наукових конференціях професорсько-викладацького складу Львівського державного університету фізичної культури (2010–2013).

Публікації. Основні положення дисертаційного дослідження викладено у 14 наукових працях, із них 8 одноосібні, 8 статей опубліковано в наукових фахових виданнях (із них у фахових виданнях України – 7, у закордонному періодичному виданні – 1), 5 статей – у інших виданнях та 1 свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних літературних джерел і додатків. Дисертацію ілюстровано 27 таблицями і 29 рисунками. Роботу викладено на 299 сторінках, з яких 194 – основного тексту. Список використаної літератури містить 265 джерел, з яких 15 – іноземних авторів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, її зв'язок із науковими планами, темами; сформульовано мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження; визначено методи дослідження, розкрито наукову новизну, практичну значущість отриманих результатів, особистий внесок здобувача, відображено апробацію результатів дослідження та публікації.

У першому розділі **«Психолого-педагогічні та біологічні закономірності розвитку фізичних і розумових здібностей дітей дошкільного віку»** проаналізовано, систематизовано та узагальнено дані наукової та методичної літератури з проблеми дослідження. Висвітлено вікові особливості розвитку функціональних систем, морфологічних ознак та фізичних здібностей, розглянуто основні аспекти розумового розвитку дітей дошкільного віку. Представлено сучасні вітчизняні та зарубіжні підходи щодо комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей дошкільного віку (І.В. Стародубцева, 2004; Н.О. Фоміна, 2004; Д.О. Вішнікін, 2004; А.А. Пивовар, 2005; В.В. Поліщук, 2008; О.Ф. Жданкіна, 2009; Ж.Л. Козіна, 2011; Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, 2012). Подано характеристику та визначено вплив занять із м'ячем як багатофункціональним предметом на рухову й розумову сфери дитини.

Установлено, що, попри наявність досліджень, присвячених інтегральному розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку, існує необхідність подальшої розробки проблеми та впровадження у практику дошкільних навчальних закладів (ДНЗ) інноваційних технологій. Аналіз спеціальної літератури свідчить про недостатню розробленість організаційно-методичних підходів щодо оптимального поєднання рухової та інтелектуальної компоненти в

процесі занять фізичними вправами; недостатньо висвітлено питання можливості застосування спортивного інвентарю з дидактичною символікою для інтегрального розвитку фізичних і розумових здібностей у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку, що обумовило напрям дослідження з цієї проблеми.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» обґрунтовано та описано використані методи дослідження, які відповідають меті й завданням, об'єкту та предмету, а також подано інформацію про організацію дослідження.

Для вирішення завдань використано такі методи: теоретичний аналіз наукової, методичної і спеціальної літератури з досліджуваної проблеми; педагогічні (спостереження, тестування, експеримент); соціологічні (анкетування, опитування); медико-біологічні (антропометрія, пульсометрія, спірометрія, тонометрія, метод індексів); психодіагностичні (тестування когнітивних процесів); математичної статистики.

Дослідження проводилося у ДНЗ № 165 «Барвінок» м. Львова.

Визначені завдання обумовили хід дослідження проблеми, яке проводилося трьома етапами впродовж 2010–2013 років.

На першому етапі дослідження (жовтень 2010 р. – серпень 2011 р.) проведено аналіз та узагальнення наукової, методичної та спеціальної літератури, вивчено науково-теоретичні й методичні аспекти фізичного виховання в ДНЗ, що дозволило визначити мету, основні завдання, об'єкт і предмет дослідження; були обрані й апробовані методи дослідження, які відповідають меті й завданням. На цьому етапі був визначений контингент досліджуваних, розроблено схему дослідження та індивідуальні карти обстеження. Здійснено анкетування фахівців дошкільного виховання (n=95) для з'ясування доцільності впровадження занять із використанням інтегрально-розвивальних м'ячів у процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. Проведено констатувальний педагогічний експеримент, у якому взяло участь 90 дітей, серед них 55 хлопчиків та 35 дівчаток (паспортний вік усіх дітей на початку педагогічного експерименту становив 5 років), було визначено рівень фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціональних можливостей і розумових здібностей. Проведено аналіз результатів анкетування педагогічних працівників та математичну обробку даних вихідного рівня фізичної підготовленості, морфофункціонального стану та розумових здібностей дошкільників, визначення взаємозв'язку та взаємовпливу компонентів рухової системи й розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку. Аналіз отриманих даних забезпечив визначення методичної спрямованості комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів.

На другому етапі дослідження (вересень 2011 р.– травень 2012 р.) був проведений формувальний педагогічний експеримент. Для цього було створено контрольну та експериментальну групи по 30 дітей, які сформували шляхом випадкової вибірки і які були однорідними за всіма показниками фізичної підготовленості й розумових здібностей ($p > 0,05$). До експериментальної групи (ЕГ) увійшли 15 дівчаток і 15 хлопчиків, до контрольної (КГ) – 14 дівчаток і 16 хлопчиків. У КГ всі організаційні форми занять проводили згідно зі змістом і

методичними рекомендаціями базової програми «Я у світі», де рухові дії з м'ячами є обов'язковою складовою (використовували м'ячі без дидактичного наповнення). В ЕГ зміст процесу фізичного виховання був доповнений розробленим програмним матеріалом «Розумний м'яч».

На третьому етапі дослідження (червень 2012 р. – серпень 2013 р.) проведено аналіз та узагальнення отриманих результатів; оброблено матеріали формувального експерименту; сформульовано висновки; упроваджено результати дослідження у практику, що засвідчено відповідними актами; оформлено дисертаційну роботу й автореферат.

У третьому розділі «**Вікові особливості фізичного стану та розумової сфери дітей старшого дошкільного віку**» наведено результати констатувального експерименту. Визначено рівень і структуру фізичної підготовленості, особливості фізичного розвитку, функціонального стану та розумових здібностей обстежуваного контингенту; визначено взаємозв'язки компонентів рухової системи й розумових здібностей дітей; проаналізовано результати анкетування педагогів ДНЗ.

Аналіз рівня фізичної підготовленості досліджуваних груп дітей дозволяє говорити про те, що більшість показників переважної кількості дітей відповідають рівню нижчому за середній згідно з таблицею стандартів. Такі дані як у хлопчиків, так і у дівчаток були виявлені в розвитку сили м'язів кисті (65,4–70,9 % – хлопчики, 48,6–57,1 % – дівчатка), швидкості одиночного руху (43,6 % і 48,6 % відповідно), частоті рухів (49,1 % і 34,2 %). Однак під час тестування швидкісно-силових і координаційних здібностей, а також гнучкості були отримані результати, які відповідають середньому рівню розвитку. Такі показники були зафіксовані в тестах «стрибок у довжину з місця» (63,7 % – хлопчики, 62,9 % – дівчатка), «метання тенісного м'яча» (74,5 % і 37,2 % відповідно), «підкидання й ловіння м'яча» (49,1 % і 37,3 %), «відбивання м'яча від підлоги» (38,3 % і 37,2 %), «човниковий біг 3x10 м» (хлопчики й дівчатка – 40,0 %), «нахил тулуба з положення стоячи» (63,7 % і 77,2 %). Це свідчить про те, що 5-річний вік є сенситивним періодом для розвитку цих здібностей, що дає підстави вважати доцільним акцентований педагогічний вплив щодо їх удосконалення.

У результаті факторизації ми встановили, що, незалежно від статі, структуру фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку визначають три латентні фактори, які утворюють складну структурно-функціональну ієрархію фонових і провідних показників та пояснюють від 68,2 до 71,8 % загальної дисперсії, що свідчить про значний вплив визначених показників на рухову сферу. Факторна структура хлопчиків є такою: I фактор отримав назву «швидкості, координації у циклічних локомоціях та швидкісно-силових здібностей» (30,6 %); II фактор – «силовий» (21,5 %); III фактор – «ручної спритності» (19,7 %); у дівчаток: I фактор – «ручної спритності й швидкісно-силових здібностей» (37,0 %); II фактор – «швидкості» (16,0 %); III фактор – «координації в циклічних локомоціях» (15,3 %). Незважаючи на певні відмінності факторної структури фізичної підготовленості дівчаток і хлопчиків, можна зазначити наявність спільних тенденцій, які полягають у динамічності й гетерохронності розвитку основних її змістових компонентів. Визначення основних чинників структури фізичної підготовленості дітей віком 5 років, ступеня їхнього взаємозв'язку та вагомого внеску зумовлює зміст засобів

педагогічного впливу на розвиток фізичних здібностей у процесі занять фізичними вправами.

Наші дослідження щодо гармонійності фізичного розвитку (за методикою О.Д. Дубогай, 2001) дозволили встановити, що серед хлопчиків та дівчаток 5-річного віку спостерігається найбільша частка – відповідно 58,2 % і 57,2 % – з вищим за середній рівнем фізичного розвитку. За результатами оцінювання стану серцево-судинної системи виявлено, що показники частоти серцевих скорочень (ЧСС) й артеріальний тиск (АТ) у стані відносного спокою в досліджуваного контингенту дітей відповідають віковим нормам і свідчать про задовільний стан компенсаторних можливостей організму. Ступінь реакції серцево-судинної системи на толерантність фізичного навантаження (індекс Руфф'є) відповідає середньому рівню у хлопчиків (54,6 %) і рівню нижчому за середній у дівчаток (57,1 %). Отримані значення показника індексу Робінсона вказують на задовільну функціональну здатність серцевого м'яза в дітей обох статей (О.О. Ветошкіна, О.М. Ключнікова, 2009). Результати оцінювання стану дихальної системи дітей показали, що досліджувана вибірка характеризується невисоким показником життєвої ємності легень (ЖЄЛ). У хлопчиків він становить $966,3 \pm 18,1$ мл, у дівчаток – $905,7 \pm 19,3$ мл. Значення життєвого індексу (ЖІ) є низьким у 52,0 % хлопчиків і 59,0 % дівчаток. При визначенні силового індексу кисті (відношення сили до маси) виявлено, що цей показник відповідає середньому рівню в більшості обстежених дітей – 56,5 % хлопчиків і 48,5 % дівчаток (О.О. Ветошкіна, О.М. Ключнікова, 2009). Загалом фізичний розвиток і функціональний стан основних систем організму обстежених дітей відповідає віковим фізіологічним нормам.

Діагностика розвитку складових розумової сфери досліджуваного контингенту хлопчиків і дівчаток дозволила виявити, що середні значення показників сприйняття, пам'яті (зорова, слухова), мислення (наочно-образне, наочно-дійове, логіко-математичне) та мовлення відповідають середньому рівню, лише показники уваги (обсяг, переключення і розподіл) відповідають низькому рівню. Вочевидь, це пов'язано з тим, що увага в 5-річному віці ще не стійка, а розвиток довільної уваги пов'язаний із появою гальмівної функції волі, яка ще не сформована. Таким чином можна стверджувати, що 5-річний вік є сприятливим для розвитку компонентів розумової сфери дитини з позиції теорії сенситивних періодів. Висока пластичність мозку зумовлює необхідність цілеспрямовано впливати на розвиток вищих психічних функцій з урахуванням його наявних і потенційних можливостей.

Кореляційний аналіз свідчить про наявність взаємозв'язків ($p < 0,05 - 0,001$) між показниками фізичної підготовленості і складових когнітивних процесів. Підтверджується існування тенденції взаємозумовленості розвитку фізичних і розумових здібностей як у хлопчиків, так і у дівчаток у таких рухових тестах, як «підкидання й ловіння м'яча» ($r=0,41$), «відбивання м'яча від підлоги» ($r=0,41$), «швидкість рухів кистю» ($r=0,45$), «стрибок у довжину з місця» ($r=0,44$), «метання тенісного м'яча» ($r=0,46$), зі сприйняттям. Установлено взаємозв'язки між показниками координаційних ($r=0,26-0,37$), швидкісних ($r=-0,26-0,45$), швидкісно-силових ($r=0,28-0,39$), силових здібностей ($r=0,33-0,43$), гнучкості ($r=0,33-0,41$), силової витривалості ($r=0,26-0,30$) з мисленням, мовленням, увагою та пам'яттю. Це може свідчити про те, що концентрація, сила й лабільність нервових процесів, які

забезпечують проявлення координаційних, швидкісних і силових здібностей, значною мірою впливають і на розвиток сенсорно-перцептивної сфери дитини, її пам'яті, уваги та мислення. Існування взаємозв'язків між показниками фізичної підготовленості й розумових здібностей у дітей 5 років зумовлює доцільність використання педагогічних дій, спрямованих на комплексний розвиток рухової та розумової сфери в процесі занять фізичними вправами.

Аналіз результатів анкетування фахівців дошкільного виховання (інструкторів фізичної культури, вихователів, методистів) дозволив установити, що практично всі респонденти (98,8 %) убачають доцільним поєднання в процесі фізкультурних занять рухової і розумової діяльності. Значна кількість (77,0 %) опитаних поєднували рухову й розумову діяльність на фізкультурних заняттях, при цьому змістом інтелектуальної складової були завдання, спрямовані на розвиток математичних уявлень (45,0 %), мовлення (34,0 %), ознайомлення з навколишнім світом (21,0 %). На думку 58,0 % респондентів, розумовому розвитку сприяють вправи та ігри з різноманітним інвентарем. Виявлено, що 54,0 % опитаних вважають, що однією із позитивних рис занять із пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів є сприяння гармонійному розвитку дитини.

У четвертому розділі **«Обґрунтування та експериментальна перевірка програми комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів»** обґрунтовано й викладено зміст програми «Розумний м'яч» та результати, отримані у процесі її реалізації.

Відповідно до провідної засади програми розвитку дітей старшого дошкільного віку «Впевнений старт», метою якої є інтегрований підхід до навчання, виховання й розвитку дитини, та на підставі результатів констатувального експерименту було розроблено структурну модель комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів, яка складається з чотирьох закономірно функціонально-пов'язаних компонентів: цільовий, змістовий, процесуальний та результативний (рис. 1).

Матеріально-технічне забезпечення проведення занять за програмою «Розумний м'яч» передбачало наявність набору інтегрально-розвивальних м'ячів, які представлені в широкій кольоровій гамі (7 кольорів), що відповідає кольорам веселки (червоні, жовті, зелені, сині, блакитні, рожеві, помаранчеві) (рис. 2). На обох півкулях м'ячів зображено літери українського алфавіту; цифри від 1 до 10; знаки – крапка, кома, знак питання, знак оклику, мінус, плюс, більше, менше, дорівнює, зірочка, стрілка; геометричні фігури – коло, квадрат, трикутник, прямокутник, овал, ромб, п'ятикутник, багатогранник; веселі зображення. Інтегрально-розвивальні м'ячі відповідали таким вимогам: відповідність віку дітей (діаметр – 20–25 см, маса – 100–130 г); доступність для сприйняття дитини; кількість м'ячів відповідає кількості дітей у групі; варіативність застосування; стимулювання дитини до активної дії; можливість вирішення розвивальних завдань виховного процесу.

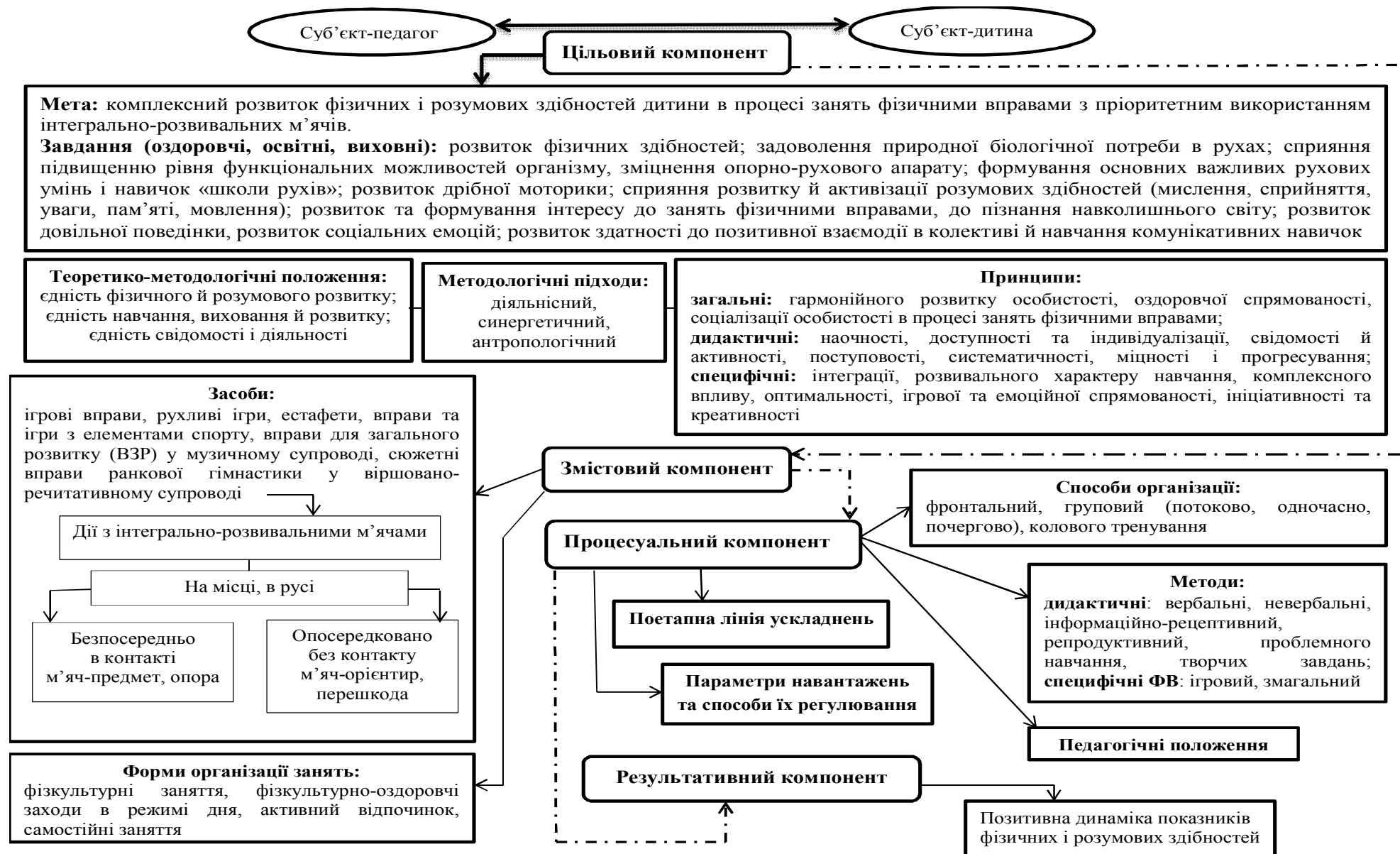


Рис. 1. Структурна модель комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів

Для використання інтегрально-розвивальних м'ячів характерна багатофункціональність: м'яч – предмет (ловіння, передачі, кидки, ведення, відбивання, кочення тощо); м'яч – перешкода (переступання, перестрибування, перелізання тощо); м'яч – орієнтир: положення предмета у просторі (угорі, унизу, ліворуч, праворуч, попереду, позаду, посередині), рухові дії – добігти, дострибати, оббігти, доповзти, докотити тощо; місце розташування предмета (перед, за, через, з, на, між, поряд, під); м'яч – опора (під ноги, спину, живіт тощо).



Рис. 2. Інтегрально-розвивальні м'ячі (зовнішній вигляд)
(а. с. № 37947 Україна)

Рухову діяльність дітей організовували у вигляді взаємодії двох складових – спеціально визначених рухових дій та інтелектуальної компоненти. При цьому інтелектуальна складова не пригнічувала і не зменшувала рухової активності дітей, а виступала як дієвий мотиваційний фактор до рухової діяльності, структура заняття не змінювалася, вищим ієрархічним компонентом були рухи. Добір засобів реалізовувався таким чином, щоб вони за своїм змістом знаходилися в «зоні найближчого розвитку» дитини як фізичного, так і розумового (згідно з концепцією сенситивних періодів Л.С. Виготського).

При розвитку фізичних здібностей основний акцент ми зробили на тих, які найбільшою мірою взаємопов'язані з розвитком психічних процесів дітей, тобто був зроблений обґрунтований вибір оптимальних видів рухів, найбільш відповідних особливостям протікання психічних процесів. Найбільш доцільним є розвиток координаційних, швидкісних, швидкісно-силових і силових здібностей, що підтверджує дослідження Г.А. Каданцевої (1993), Н.І. Дворкіної (2002), А.А. Пивовара (2005), Є.Г. Яхна (2011) та засвідчено наявністю інформаційно-значущих взаємозв'язків у нашому дослідженні. Отримані результати факторного аналізу дозволили визначити оптимальні співвідношення засобів впливу на розвиток фізичних здібностей. З урахуванням викладеного вище був здійснений розподіл часу для розвитку фізичних здібностей у процесі фізкультурних занять: координаційний

компонент – 35 %, швидкісний компонент – 25 %, швидкісно-силовий компонент – 20 %, силовий компонент – 10 %, витривалість – 5 %, гнучкість – 5 %.

Відповідно до положення І.В. Стародубцевої (2004), був визначений механізм оптимального поєднання рухових дій із розумовою діяльністю, який передбачає синхронність – виконання по ходу рухової дії елементів дидактичних завдань за умови, що фізичні вправи малої інтенсивності; послідовність – дидактичні завдання передують виконанню рухового завдання або виконуються після його завершення за умови, що фізичні вправи середньої і високої інтенсивності.

При виборі інтелектуальних завдань ми враховували основні положення, передбачені програмою «Впевнений старт», зміст навчального процесу з фізичного виховання було доповнено розділами навчальної інформації в напрямках загально-пізнавального, логіко-математичного й мовленнєвого розвитку.

Вплив на розумову сферу дитини досягався за рахунок поліфункціонального змісту практичного матеріалу. Взаємозв'язок фізичного й розумового виховання виявлявся в реалізації міжпредметних зв'язків, коли рухові дії в ігрових вправах, рухливих іграх та естафетах виконують у супроводі запитань, віршів, лічилок, загадок. Використання інтегрально-розвивальних м'ячів як предметів, що мають специфічні особливості (кольорова гама, дидактичні символи), дозволило формувати знання та уявлення в таких напрямках: формування просторових орієнтирів – напрям руху (тіла та м'яча: уперед-назад, управо-вліво, униз-угору); місце розташування предмета (м'яча) відносно себе й будь-якого предмета (перед, за, через, на, між, поряд, під); формування сенсорних еталонів (знання про кольори, форми, величини, геометричні фігури); формування часових орієнтирів та їхніх складових (пори року, місяці, дні тижня; складові доби; хвилина, година); формування діалогічного та зв'язного мовлення, збагачення словникового запасу (назви предметів, їхніх ознак, дій, ознак за дією); формування математичних уявлень (лічба різними способами; утворення чисел з одиниць та з двох менших чисел; установлення числових рівностей, нерівностей; розв'язання найпростіших арифметичних прикладів; логічних задач – узагальнення, порівняння, класифікація; поняття про кількість і величину); формування знань про літери (голосні, приголосні); засвоєння алфавіту; поділ слів на склади.

На початковому етапі реалізації програми «Розумний м'яч» завдання виконували у стандартних умовах, застосовували рухові дії (індивідуальні, парні, групові) з інтегрально-розвивальними м'ячами (як із предметом, орієнтиром, перешкодою) із нескладними інтелектуальними завданнями, що проводили використовуючи ігровий метод за умови активної навчальної ролі педагога. На цьому етапі завдання виконували за словесною інструкцією в поєднанні з демонстрацією, застосовували інформаційно-рецептивний і репродуктивний методи навчання, способами організації дітей були фронтальний і груповий. Поступове ускладнення ігрових вправ полягало в підвищенні складності їхнього рухового змісту (різноманітне поєднання основних рухів і рухів із м'ячем), збільшенні їхнього обсягу, ускладненні правил виконання, ігрової ситуації, умов проведення, інтерпретації і варіювання інтелектуальної компоненти, які проводили за допомогою ігрового і змагального методів. Поряд із варіюванням завдань застосовували педагогічні впливи, спрямовані на активізацію рухової та розумової

діяльності (проблемна ситуація, творчі завдання) за умови поєднання педагогом позиції «партнера». На цьому етапі діти виконували завдання за словесною інструкцією педагога, способами організації були фронтальний, груповий та колового тренування.

Для перевірки ефективності запропонованої експериментальної програми ми провели порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості та розумових здібностей дітей контрольної та експериментальної групи, які були отримані після закінчення педагогічного експерименту (ПЕ).

Аналізуючи результати досліджень фізичної підготовленості дітей, необхідно відзначити, що всі показники за період експерименту достовірно поліпшилися в КГ і ЕГ як у хлопчиків, так і у дівчаток ($p < 0,05-0,01$). Виняток становлять показники розвитку гнучкості (нахил тулуба з положення стоячи) у хлопчиків, де відмінності недостовірні ($p > 0,05$). Порівняння даних, які були отримані по завершенню ПЕ, свідчать, що діти ЕГ в семи видах випробувань з одинадцяти досягнули достовірно вищих результатів ($p < 0,05-0,01$) порівняно з дітьми КГ (табл. 1).

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості дітей експериментальної і контрольної групи (до / після педагогічного експерименту) (n=60)

Тести	Стать	ЕГ (n=30)	КГ (n=30)	ЕГ-КГ	
				t	p
«Човниковий» біг 3x10 м, с	Х	12,37±0,14 / 11,66±0,13**	12,40±0,15 / 12,14±0,17**	2,05	<0,05
	Д	12,88±0,18 / 12,16±0,20**	12,80±0,15 / 12,65±0,17**	2,06	<0,05
Підкидання й ловіння м'яча, кількість	Х	18,80±1,24 / 26,80±1,03**	18,12±1,30 / 20,00±1,30**	4,08	<0,01
	Д	15,73±1,51 / 24,13±2,02**	15,50±1,62 / 17,64±1,66**	2,45	<0,05
Відбивання м'яча від підлоги, кількість	Х	5,20±0,47 / 8,00±0,58**	5,31±0,48 / 5,87±0,46**	2,86	<0,01
	Д	4,80±0,57 / 8,00±0,70**	4,90±0,60 / 5,42±0,64**	2,68	<0,05
Біг 30 м, с	Х	8,43±0,12 / 7,96±0,13**	8,39±0,12 / 8,06±0,13**	0,50	>0,05
	Д	8,74±0,13 / 8,20±0,11**	8,69±0,12 / 8,38±0,10**	1,03	>0,05
Швидкість рухів кистю, кількість	Х	19,86±1,06 / 24,13±0,77**	20,43±0,85 / 22,00±0,68**	2,08	<0,05
	Д	21,60±0,96 / 25,00±0,52**	21,35±0,77 / 23,21±0,67**	2,14	<0,05
Стрибок у довжину з місця, см	Х	74,86±2,19 / 85,73±2,30**	75,87±2,80 / 83,62±2,23**	1,18	>0,05
	Д	72,46±3,26 / 85,26±2,63**	73,92±3,43 / 83,71±2,89**	0,45	>0,05
Метання тенісного м'яча, м	Х	6,60±0,48 / 8,64±0,42**	6,72±0,45 / 7,35±0,41**	2,11	<0,05
	Д	5,76±0,47 / 7,40±0,39**	5,52±0,46 / 6,07±0,42**	2,09	<0,05
Динамометрія (права рука), кг	Х	6,74±0,35 / 8,48±0,30**	6,60±0,28 / 7,61±0,29**	2,08	<0,05
	Д	6,26±0,33 / 8,02±0,33**	6,20±0,22 / 7,16±0,25**	2,06	<0,05
Динамометрія (ліва рука), кг	Х	5,89±0,25 / 7,56±0,28**	5,74±0,26 / 6,76±0,27**	2,06	<0,05
	Д	5,30±0,29 / 6,90±0,32**	5,42±0,26 / 6,02±0,26**	2,07	<0,05
Нахил тулуба з положення стоячи, см	Х	3,50±1,04 / 3,80±1,03	3,68±0,91 / 3,99±0,86	0,10	>0,05
	Д	5,34±0,71 / 5,70±0,63*	5,06±0,91 / 5,39±0,64*	0,34	>0,05
Підйом з положення лежачи, кількість	Х	17,73±1,10 / 18,93±1,07**	18,68±1,07 / 19,81±1,06*	0,58	>0,05
	Д	14,20±0,94 / 18,20±1,07**	15,78±1,01 / 20,01±1,09**	1,17	>0,05

Примітки: * – різниця показників до і після експерименту статистично достовірна при $p < 0,05$;
** – при $p < 0,01$.

Так, по завершенню ПЕ різниця між показниками дітей ЕГ та КГ становила в «човниковому» бігу у хлопчиків – 0,48 с, дівчаток – 0,49 с; у підкиданні та ловінні м'яча у хлопчиків – 6,80 разів, дівчаток – 6,49 разів; у відбиванні м'яча від підлоги у

хлопчиків – 2,13 раза, дівчаток – 2,58 раза; у швидкості рухів кистю у хлопчиків – 2,13 раза, дівчаток – 1,79 раза; у метанні м'яча у хлопчиків – 1,29 м, дівчаток – 1,33 м; у динамометрії правої і лівої руки у хлопчиків – 0,87 кг і 0,80 кг, дівчаток – 0,86 кг і 0,88 кг відповідно.

В умовах ПЕ виявлено достовірне поліпшення ($p < 0,01$) за всіма показниками розумової сфери як в КГ, так і в ЕГ хлопчиків і дівчаток, але з різними темпами їхнього зростання (рис. 3). У дітей ЕГ установлено статистично значуще підвищення в показниках мовлення (хлопчики – 45,0 %, дівчатка – 42,2 %), логіко-математичного мислення (40,2 % і 39,6 % відповідно), наочно-образного мислення (39,7 % і 37,7 %), наочно-дійового мислення (28,2 % і 36,3 %), сприйняття (38,1 % і 38,3 %), зорової пам'яті (35,5 % і 32,1 %), слухової пам'яті (25,0 % і 26,1 %), уваги (обсяг) (27,2 % і 31,6 %), уваги (переключення і розподіл) (19,9 % і 20,1 %).

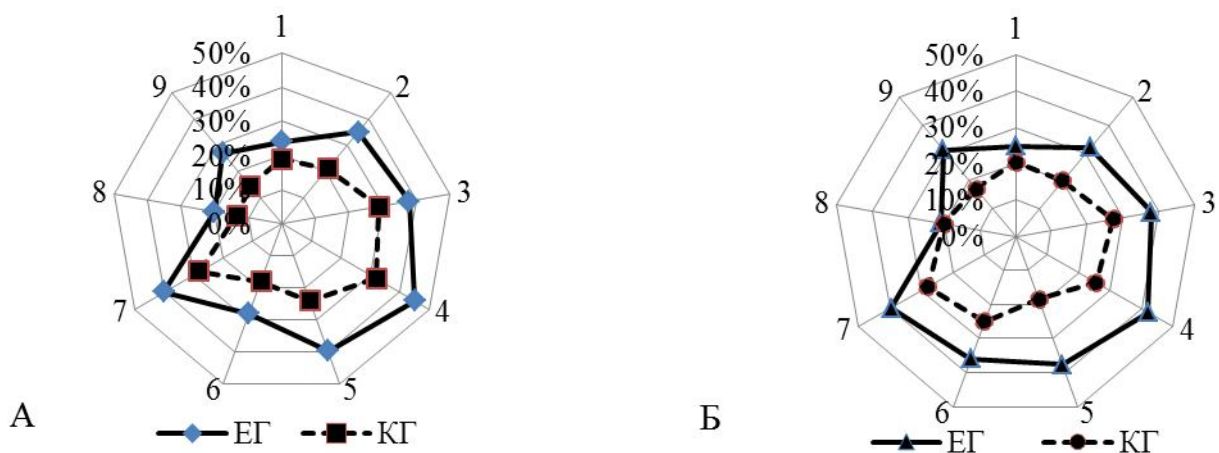


Рис. 3. Зростання показників розумових здібностей хлопчиків (А) і дівчаток (Б) контрольної та експериментальної групи по завершенню педагогічного експерименту (у %):

1 – пам'ять слухова; 2 – пам'ять зорова; 3 – сприйняття; 4 – мовлення;
5 – мислення наочно-образне; 6 – мислення наочно-дійове; 7 – мислення логіко-математичне; 8 – увага (переключення й розподіл); 9 – увага (обсяг)

Таким чином, результати педагогічного експерименту дозволили констатувати, що в дітей ЕГ, де фізкультурно-оздоровчі заняття були побудовані на підставі розробленої програми «Розумний м'яч», значно поліпшилися показники не тільки фізичної підготовленості, але й розумової сфери.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» представлено три групи наукових результатів.

Набули подальшого розвитку наукові дані (Т.О. Тарасова, 2006; В.В. Поліщук, 2008; Н.С. Маляр, 2010; Е.С. Вільчковський, Н.Ф. Денисенко, 2011; І.О. Бичук, 2011; Є.Г. Яхно, 2011), що характеризують фізичний розвиток та функціональний стан дітей старшого дошкільного віку; відомості (А.А. Пивовар, 2005; В.В. Поліщук, 2008; С.Г. Гавришко, 2008; О.О. Ветошкіна, 2009; І.О. Бичук, 2011; Н.А. Кулик, 2011; Є.Г. Яхно, 2011; Е.С. Вільчковський, Н.Ф. Денисенко, 2011), що характеризують стан фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку;

наукові знання (О.В. Запорожець, 1986; Л.А. Венгер, 1988; Г.А. Урунтаєва, 2001; Л.С. Виготський, 2003; М.В. Савчин, 2005; В.С. Мухіна, 2006) про особливості розвитку в онтогенезі розумових здібностей дошкільників; наукові дані (М.О. Правдов, 2003; І.В. Стародубцева, 2004; В.М. Немеровський, 2005, 2006; Ж.Л. Козіна, О.Г. Лахно, 2011–2013; Н.Є. Пангелова, 2013) щодо змісту, засобів фізичного виховання для комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей дошкільного віку.

Удосконалено наукові дані (Г.А. Каданцева, 1993; І.К. Спіріна, 2000; А.А. Пивовар, 2005; В.В. Поліщук, 2008; О.С. Трофімова, Н.І. Дворкіна, 2008; Г.В. Кособуцька, 2009) щодо взаємозв'язків між показниками фізичної підготовленості й розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку; наукову інформацію (А.А. Пивовар, 2005; В.В. Поліщук, 2008; Н.Є. Пангелова, 2013; Н.А. Кулик, І.П. Масляк, 2013) щодо взаємозв'язку параметрів, що характеризують морфофункціональний стан і фізичну підготовленість дітей 5-річного віку.

Уперше доведено взаємозумовленість між розвитком дрібної моторики й компонентами розумової сфери дітей 5 років, що визначається наявністю взаємозв'язків між показниками рухових тестів і когнітивних процесів; розроблено структурну модель комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів; обґрунтовано зміст і організаційно-методичні засади програми комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку «Розумний м'яч».

ВИСНОВКИ

1. Аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури засвідчує, що фізичне виховання традиційно розглядається лише як засіб оптимізації фізичного статусу особистості і практично не використовується її широкий потенціал для інтелектуального й соціально-психологічного розвитку, чим обмежується можливість цілісного, гармонійного формування особистості дитини. У наукових роботах проблемі інтегрального розвитку рухової та розумової сфери дошкільнят приділено достатньо уваги, однак питання удосконалення фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку з використанням спеціального інвентарю практично не вивчалось, що потребує відповідних досліджень.

2. Результати дослідження рівня фізичної підготовленості досліджуваних груп дітей свідчать, що показники швидкісних і силових здібностей відповідають рівню нижчому за середній згідно з таблицею стандартів. Такі дані як у хлопчиків, так і у дівчаток були виявлені в розвитку сили м'язів кисті (65,4–70,9 % – хлопчики, 48,6–57,1 % – дівчатка), швидкості одиночного руху (43,6 % і 48,6 % відповідно), частоті рухів (49,1 % і 34,2 %). У розвитку швидкісно-силових і координаційних здібностей, а також гнучкості були отримані результати, які відповідають середньому рівню. Такі показники були зафіксовані в тестах «стрибок у довжину з місця» (63,7 % – хлопчики, 62,9 % – дівчатка), «метання тенісного м'яча» (74,5 % і 37,2 % відповідно), «підкидання й ловіння м'яча» (49,1 % і 37,3 %), «відбивання м'яча від підлоги» (38,3 % і 37,2 %), «човниковий біг 3x10 м» (хлопчики й дівчатка –

40,0 %), «нахил тулуба з положення стоячи» (63,7 % і 77,2 %). Отже, у віковому розвитку фізичної підготовленості дітей 5 років визначаються сенситивні періоди розвитку фізичних здібностей, що дає підстави вважати доцільним цілеспрямований педагогічний вплив щодо їх удосконалення.

Установлено, що, незалежно від статі, структуру фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку визначають три латентні фактори, які утворюють складну структурно-функціональну ієрархію фонових і провідних показників та пояснюють від 68,2 до 71,8 % загальної дисперсії вибірки, що свідчить про значний вплив зазначених показників на рухову сферу.

3. У результаті проведеного дослідження щодо оцінювання фізичного розвитку дітей 5 років виявлено, що переважна більшість із них мають гармонійну будову тіла. Показники ЧСС і АТ досліджуваного контингенту у стані відносного спокою відповідають віковим нормам і свідчать про задовільний стан компенсаторних можливостей організму. Середньостатистичні значення індексу Руфф'є свідчать про середній рівень фізичної роботоздатності у хлопчиків (54,6 %), рівень нижчий за середній у дівчаток (57,1 %). Отримані значення індексу Робінсона вказують на задовільну функціональну здатність серцевого м'яза в дітей обох статей. Досліджувана вибірка характеризується невисоким показником ЖЄЛ, значення життєвого індексу є низьким у 52,0 % хлопчиків і 59,0 % дівчаток. Загалом отримані показники морфофункціонального стану обстеженого контингенту відповідають фізіологічним нормам для дітей цього віку.

4. Дослідження рівня розвитку складових розумової сфери хлопчиків і дівчаток 5-річного віку свідчить, що середньостатистичні значення показників сприйняття, пам'яті (зорова, слухова), мислення (наочно-образне, наочно-дійове, логіко-математичне) та мовлення відповідають середньому рівню, лише показники уваги (обсяг, переключення й розподіл) відповідають низькому рівню. Таким чином, можна відзначити, що старший дошкільний вік є сприятливим для розвитку розумових здібностей із позиції теорії сенситивних періодів.

5. Визначено наявність взаємозв'язків ($p < 0,05 - 0,001$) між показниками рухової та розумової сфери 5-річних дітей. Підтверджено існування тенденції взаємозумовленості розвитку фізичних і розумових здібностей як у хлопчиків, так і в дівчаток у таких рухових тестах, як «підкидання й ловіння м'яча» ($r = 0,41$), «відбивання м'яча від підлоги» ($r = 0,41$), «швидкість рухів кистю» ($r = 0,45$), «стрибок у довжину з місця» ($r = 0,44$), «метання тенісного м'яча» ($r = 0,46$), зі сприйняттям. Установлено взаємозв'язки між показниками координаційних ($r = 0,26 - 0,37$), швидкісних ($r = -0,26 - 0,45$), швидкісно-силових ($r = 0,28 - 0,39$), силових здібностей ($r = 0,33 - 0,43$), гнучкості ($r = 0,33 - 0,41$), силової витривалості ($r = 0,26 - 0,30$) з мисленням, мовленням, увагою та пам'яттю. Наявність кореляційних взаємозв'язків між показниками фізичних і розумових здібностей дітей свідчать про доцільність педагогічних впливів, спрямованих на комплексний розвиток рухової та розумової сфери старших дошкільників у процесі занять фізичними вправами.

6. Виявлено, що практично всі респонденти (98,8 %) убачають доцільним поєднання в процесі фізкультурних занять рухової і розумової діяльності. Значна кількість (77,0 %) опитаних поєднували рухову й розумову діяльність на фізкультурних заняттях, при цьому змістом інтелектуальної складової були

завдання, спрямовані на розвиток математичних уявлень (45,0 %), мовлення (34,0 %), ознайомлення з навколишнім світом (21,0 %). На думку 58,0 % респондентів, розумовому розвитку сприяють вправи та ігри з різноманітним інвентарем. З'ясовано, що 54,0 % опитаних вважають однією із позитивних рис занять із пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів сприяння гармонійному розвитку дитини.

7. На основі результатів констатувального експерименту було розроблено структурну модель комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку з використанням інтегрально-розвивальних м'ячів, яка містить чотири компоненти (цільовий, змістовий, процесуальний та результативний). Цільовий компонент містить мету й завдання (оздоровчі, освітні, виховні). Підгрунття змістового компонента становлять форми організації (фізкультурні заняття, фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня, активний відпочинок, самостійні заняття) та засоби (ігрові вправи, рухливі ігри, естафети, вправи та ігри з елементами спорту, ВЗР у музичному супроводі, сюжетні вправи ранкової гімнастики у віршовано-речитативному супроводі) з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів. Процесуальний компонент визначав методи розвитку фізичних і розумових здібностей, величини навантаження та способи їхнього регулювання, способи організації дітей, педагогічні положення, етапи реалізації програми «Розумний м'яч». Результативний компонент передбачав позитивну динаміку показників фізичної підготовленості й розумових здібностей дітей. Реалізація програми здійснювалась із дотриманням комплексу принципів (загальних, дидактичних, специфічних), теоретико-методологічних положень, підходів і закономірностей. Спрямованість педагогічних впливів відбувалась з урахуванням «зони найближчого розвитку» дитини як фізичного, так і розумового.

8. Розроблена програма комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей із пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів забезпечила достовірне поліпшення ($p < 0,05-0,01$) показників фізичної підготовленості дітей ЕГ. Порівняння даних, які були отримані по завершенню ПЕ, свідчать, що діти ЕГ в семи видах випробувань з одинадцяти досягли достовірно вищих результатів ($p < 0,05-0,01$) порівняно з дітьми КГ. Так, різниця між показниками дітей ЕГ та КГ становила у «човниковому» бігу у хлопчиків – 0,48 с, дівчаток – 0,49 с; у підкиданні та ловінні м'яча у хлопчиків – 6,80 разів, дівчаток – 6,49 разів; у відбиванні м'яча від підлоги у хлопчиків – 2,13 разів, дівчаток – 2,58 разів; у швидкості рухів кистю у хлопчиків – 2,13 разів, дівчаток – 1,79 разів; у метанні м'яча у хлопчиків – 1,29 м, дівчаток – 1,33 м; у динамометрії правої і лівої руки у хлопчиків – 0,87 кг і 0,80 кг, дівчаток – 0,86 кг і 0,88 кг відповідно.

Упровадження програми з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів позитивно вплинуло на показники розумової сфери дітей ЕГ. Установлено достовірне зростання ($p < 0,01$) усіх показників розумових здібностей, таких як мовлення (хлопчики – 45,0 %, дівчатка – 42,2 %), логіко-математичне мислення (40,2 % і 39,6 % відповідно), наочно-образне мислення (39,7 % і 37,7 %), наочно-дійове мислення (28,2 % і 36,3 %), сприйняття (38,1 % і 38,3 %), зорова пам'ять (35,5 % і 32,1 %), слухова пам'ять (25,0 % і 26,1 %), увага (обсяг) (27,2 % і 31,6 %), увага (переключення і розподіл) (19,9 % і 20,1 %).

Таким чином, отримані в процесі педагогічного експерименту результати засвідчили поліпшення показників фізичної підготовленості й розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку та дають підстави стверджувати про ефективність розробленої програми «Розумний м'яч» у процесі занять фізичними вправами.

Перспективи подальших досліджень можуть бути пов'язані з вивченням впливу експериментальної програми з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів на рівень психофізичних якостей дітей молодшого шкільного віку в процесі занять фізичними вправами.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

а) у наукових фахових виданнях

1. Пасічник В. Інтегрально-розвивальні м'ячі як чинник гармонійного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей віком 5 років / Вікторія Пасічник // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2011. – Вип. 15, т. 2. – С. 191–194.

2. Пасічник В. М. Вивчення передумов впровадження інтегрально-розвивальних м'ячів у процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку / В. М. Пасічник // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 3. – С. 91–95.

3. Пасічник В. Сучасні підходи щодо поєданого фізичного й розумового розвитку дітей старшого дошкільного віку / Вікторія Пасічник, Роман Петрина // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2012. – Вип. 16, т. 2. – С. 150–155. *Особистий внесок здобувача полягає у виборі напряму дослідження та аналізі даних наукової та методичної літератури.*

4. Пасічник В. М. Оцінка фізичного і розумового розвитку дітей старшого дошкільного віку / В. М. Пасічник, Д. Д. Сосновський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 7. – С. 86–91. *Здобувачеві належать емпіричні дані та їхня статистична обробка, а також інтерпретація основних результатів.*

5. Пасічник В. Факторна структура фізичного розвитку, фізичної підготовленості і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку / Вікторія Пасічник // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 2. – С. 82–86.

6. Пасічник В. Вплив експериментальної методики використання інтегрально-розвивальних м'ячів на показники фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку / Вікторія Пасічник // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2013. – Вип. 17, т. 2. – С. 146–152.

7. Пасічник В. М. Вплив експериментальної методики використання інтегрально-розвивальних м'ячів на показники розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку / В. М. Пасічник // Науковий часопис національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія : Педагогічні науки. Фіз. виховання і спорт. – К., 2013. – Вип. 7 (33), т. 2. – С. 49–56.

8. Петрина Р. Л. Влияние авторской методики с использованием интегрально-развивающих мячей на показатели физической подготовленности и

умствених способностей детей старшего дошкольного возраста / Р. Л. Петрина, В. М. Пасичник // Теория и методика физической культуры. – Алматы : Казахская академия спорта и туризма, 2013. – № 3 (33). – С. 41–48. *Особистий внесок здобувача полягає у здійсненні дослідження та аналізі результатів.*

б) публікації в інших виданнях

9. Пасичник В. Перспективи впровадження інтегрально-розвивальних м'ячів у фізичне виховання дітей старшого дошкільного віку / В. Пасичник, Р. Петрина // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Л., 2010. – Вип. 11. – С. 51–54. *Особистий внесок здобувача полягає у обговоренні результатів та формулюванні висновків.*

10. А. с. 3794 Україна. Методика використання інтегрально-розвивальних м'ячів у інтелектуальному та фізичному розвитку дітей („Інтегрально-розвивальні м'ячі”) / Приступа Є. Н., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Петришин Ю. В., Окопний А. М., Пасичник В. М. – Зареєстр. 12.04.11. *Особистий внесок здобувача полягає у проведенні дослідження та узагальненні результатів.*

11. Пасичник В. М. Дослідження фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку / В. М. Пасичник // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : матеріали XII Всеукр. наук.-практ. конф. – Суми : СДПУ, 2012. – С. 174–179.

12. Пасичник В. М. Корреляционный анализ взаимосвязи показателей физического развития, физической подготовленности и умственных способностей детей старшего дошкольного возраста / В. М. Пасичник // Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма : материалы V Междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых. – Минск : БГУФК, 2012. – Ч. 1. – С. 139–141.

13. Пасичник В. М. Взаємозв'язки фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку / В. М. Пасичник // Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх : досвід, досягнення, тенденції : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф. – Т. : ТНПУ, 2012. – С. 66–71.

14. Пасичник В. Оцінка показників фізичного стану дітей старшого дошкільного віку / В. Пасичник, Р. Петрина, Л. Петрина // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Л., 2013. – Вип. 12. – С. 44–48. *Здобувачеві належать емпіричні дані та опис основних результатів дослідження.*

АНОТАЦІЇ

Пасичник В. М. Удосконалення фізичних і розумових здібностей у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку з використанням інтегрально-розвивальних м'ячів. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту зі спеціальності 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Львівський державний університет фізичної культури, Львів, 2014.

Дисертація присвячена проблемі удосконалення фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів у процесі занять фізичними вправами.

У роботі представлено структурну модель комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів, яка містить чотири компоненти (цільовий, змістовий, процесуальний, результативний). Обґрунтовано зміст і організаційно-методичні засади програми розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку «Розумний м'яч».

Експериментально підтверджено, що використання в системі занять із фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку запропонованої програми сприяє поліпшенню показників фізичної підготовленості й розумових здібностей.

Ключові слова: фізичне виховання, фізичні здібності, розумові здібності, інтегрально-розвивальні м'ячі, діти старшого дошкільного віку.

Пасичник В. М. Совершенствование физических и умственных способностей в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста с использованием интегрально-развивающих мячей. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Львовский государственный университет физической культуры, Львов, 2014.

Диссертация посвящена проблеме совершенствования физических и умственных способностей детей старшего дошкольного возраста с приоритетным использованием интегрально-развивающих мячей в процессе занятий физическими упражнениями.

Объект исследования – физическое воспитание детей старшего дошкольного возраста. Предмет исследования – влияние программы физического воспитания с приоритетным использованием интегрально-развивающих мячей на развитие физических и умственных способностей детей старшего дошкольного возраста. Цель диссертационной работы – обосновать и разработать организационно-методические основы физкультурно-оздоровительных занятий с приоритетным использованием интегрально-развивающих мячей для усовершенствования физических и умственных способностей детей старшего дошкольного возраста.

Научная новизна работы заключается в том, что впервые доказана взаимообусловленность между развитием мелкой моторики и компонентами умственной сферы детей 5 лет, которая определяется наличием взаимосвязей между показателями двигательных тестов и когнитивных процессов. Разработана структурная модель комплексного развития физических и умственных способностей детей старшего дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями с приоритетным использованием интегрально-развивающих мячей. Обосновано содержание и организационно-методические основы программы комплексного развития физических и умственных способностей детей старшего дошкольного возраста «Умный мяч».

В первом разделе «Психолого-педагогические и биологические закономерности развития физических и умственных способностей детей дошкольного возраста» проанализированы, систематизированы и обобщены данные научно-методической литературы по проблеме исследования. Во втором разделе «Методы и организация исследования» описаны и обоснованы методы исследования, которые соответствуют цели и задачам, объекту и предмету, представлена информация об организации исследования. В третьем разделе «Возрастные особенности физического состояния и умственной сферы детей старшего дошкольного возраста» определены уровень и структура физической подготовленности, особенности физического развития, функционального состояния и умственных способностей детей 5-летнего возраста; установлена взаимосвязь и взаимовлияние компонентов двигательной системы и умственных способностей обследуемого контингента; проанализированы результаты анкетирования педагогов дошкольных образовательных учреждений. В четвёртом разделе «Обоснование и экспериментальная проверка программы комплексного развития физических и умственных способностей детей старшего дошкольного возраста с приоритетным использованием интегрально-развивающих мячей» обосновано и разработано содержание, организационно-методические основы программы «Умный мяч», а также представлены результаты, полученные в процессе её реализации. В пятом разделе «Анализ и обобщение результатов исследования» представлена характеристика трёх групп данных.

Ключевые слова: физическое воспитание, физические способности, умственные способности, интегрально-развивающие мячи, дети старшего дошкольного возраста.

Pasichnyk V. M. Improvement of physical and mental abilities in physical education of senior preschool children using integral developmental balls. – Manuscript.

Dissertation for a scientific degree of Candidate of Sciences in Physical Education and Sport in specialty 24.00.02 – physical culture, physical education of different groups of population. – Lviv State University of Physical Culture, Lviv, 2014.

The thesis deals with the problem of improving physical and mental abilities in preschool children with preferred using integral developmental balls in the process of physical training exercises.

The present paper presents structural model of complex development of physical and mental abilities in senior preschool children in the process of physical training exercises with preferred using integral developmental balls including four components (targeted, semantic, procedural and resultant). The content and organizational and methodological principles of the program of physical and mental abilities in senior preschool children “Smart Ball” have been substantiated.

It has experimentally been confirmed that the use of the proposed program in the system of physical training in senior preschool children contributes to improvement of indexes in physical fitness and mental abilities.

Keywords: physical education, physical abilities, mental abilities, integral developmental balls, children of senior preschool age.