

Міністерство освіти і науки України  
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

**МАКСИМЕНКО ЛЮДМИЛА МИХАЙЛІВНА**

УДК 796.011.3:373.24

**ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФЛОРБОЛУ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ 5-6 РОКІВ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання  
різних груп населення

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



Дніпро – 2019



Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Сумському державному педагогічному університеті імені А. С. Макаренка, Міністерство освіти і науки України.

**Науковий керівник** – кандидат педагогічних наук, доцент **Лянной Михайло Олегович**, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, директор Навчально-наукового інституту фізичної культури.

**Офіційні опоненти:** доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор **Кашуба Віталій Олександрович**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, професор кафедри біомеханіки та спортивної метрології;

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент **Пасічник Вікторія Михайлівна**, Львівський державний університет фізичної культури, доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор.

Захист відбудеться «01» березня 2019 року, о 14 год. 00 хв. на засіданні спеціалізованої вченої ради К 08.881.01 Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (49094, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10).

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (49094, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10).

Автореферат розісланий «30» січня 2019 року.

Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради



О. О. Мітова



## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність.** Здоров'я людини – одна з найскладніших проблем сучасності, адже воно визначає стан і благополуччя не тільки кожної людини, але й держави в цілому (Н. Ф. Денисенко, 2010).

Дошкільний вік – найбільш відповідальний період у процесі фізичного розвитку та формування особистості дитини. Саме у цьому віці засвоюються рухові вміння і навички, закладається фундамент здоров'я (Е. С. Вільчковський, 2008; Н. В. Москаленко, 2013; А. В. Полякова, 2015). Проте дослідження останніх років виявляють стійку тенденцію до суттєвого зниження показників здоров'я і темпів фізичного розвитку дітей дошкільного віку (В. М. Пасічник, 2012; А. В. Полякова, 2015). Результати досліджень провідних науковців (О. Л. Богініч, 2014; В. О. Кашуба, 2013-2016; Н. В. Москаленко 2013-2016; Т. Ю. Круцевич, 2010-2017; Н. Є. Пангелова, 2009-2018) свідчать, що більшість дітей 5-6 років уже на етапі вступу до школи мають низький рівень здоров'я, підвищений ризик шкільної дезадаптації. Фахівці (Н. Є. Пангелова, 2014; В. М. Пасічник, 2014; В. О. Кашуба, 2016) виділяють такі причини погіршення здоров'я дітей: незадовільні соціально-матеріальні, побутові умови, відсутність належних умов для ігор, занять, недостатньо збалансоване харчування в родинях тощо. Організація і зміст роботи з фізичного виховання в дошкільних установах також не повною мірою сприяють формуванню і зміцненню здоров'я дітей (А. В. Полякова, 2017; Ю. М. Корж, 2018). Пошукові засоби підвищення ефективності фізичного виховання дітей дошкільного віку присвячена значна кількість досліджень (О. Є. Конох, 2013-2014; Т. Ю. Круцевич, 2008-2017; В. М. Пасічник, 2012-2018; Н. В. Москаленко, 2013-2017; Н. Є. Пангелова, 2010-2016). Обґрунтування організаційно-педагогічних та методологічних основ удосконалення системи фізичного виховання дітей 5-6 років висвітлено в дослідженнях J. E. Rink (2009), В. О. Кашуби (2016), Н. Б. Петренко (2018); диференційованому фізичному вихованню дошкільнят належать розробки А. Є. Подоляки (2011), В. Ф. Попової (2014) та ін. На сучасному етапі розвитку педагогічної науки Державними програмами (Базовий компонент дошкільної освіти, 2012; Програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі», 2014; Програма розвитку дитини старшого дошкільного віку «Впевнений старт», 2017) передбачається, що розв'язання оздоровчих завдань у дошкільних установах має бути тісно пов'язане із охороною та зміцненням не лише фізичного, а й психічного здоров'я дітей дошкільного віку.

Модернізація освіти у теперішній час зумовила необхідність впровадження у процес фізичного виховання дошкільнят сучасних видів рухової активності і новітніх оздоровчих підходів. Зокрема Г. О. Лахно (2013) запропонувала застосування комплексів фізичних вправ, що виконуються цілісним методом під вірші, та технічних пристроїв із використанням елементів баскетболу; Н. Є. Пангеловою (2013) розроблено теоретико-методологічні засади концепції формування гармонійно розвиненої особистості дитини в процесі фізичного виховання; В. М. Пасічник (2014) довела позитивний вплив фізкультурно-оздоровчих занять із використанням інтегрально-розвивальних м'ячів; О. Є. Конох (2014) обґрунтувала програму комплексного застосування засобів спортивних ігор на заняттях із фізичної культури для дітей 5-6 років; А. Ю. Старченко (2015)

запропонувала використання засобів, форм та методів занять фітнесом для якісної підготовки дітей старшого дошкільного віку до шкільного навчання; А. В. Полякова (2015) довела ефективність застосування інноваційних засобів фізичного виховання, спрямованих на оптимізацію рухового режиму дітей у закладах дошкільної освіти (ЗДО) різного типу; Н. Б. Петренко (2018) визначила позитивний вплив елементів танцювальних вправ на покращення мовлення дітей 4-6 років.

Аналіз наукової літератури з проблематики вдосконалення фізичного виховання в дошкільних установах вказує на необхідність урізноманітнення рухової активності та підвищення інтересу вихованців до занять фізичною культурою (S. Y. Park, 1994; О. Є Конох, 2013). Останнім часом велику популярність має спортивна гра у флорбол (Г. П. Почекуєв, 1999; Е. В. Шульгіна, 2007; А. В. Биков, 2012). Але питання впровадження засобів флорболу в процес фізичного виховання дітей 5-6 років вивчене недостатньо, що і обумовлює актуальність обраної теми дисертаційного дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими програмами та темами.** Роботу виконано за планом науково-дослідної роботи Навчально-наукового інституту фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка, Міністерства освіти і науки України на 2011-2015 роки за темою «Підвищення рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості різних груп населення засобами фізичної культури» (номер державної реєстрації 01111U005736) і за темою на 2015-2020 рр. «Теоретичні і методичні основи фізкультурної освіти різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U000900), яка виконується в Сумському державному педагогічному університеті імені А. С. Макаренка.

Роль автора, як співвиконавця, полягає в теоретико-методичному обґрунтуванні та впровадженні у процес фізичного виховання дітей 5-6 років засобів флорболу для зміцнення здоров'я.

**Мета дослідження** – науково обґрунтувати, розробити й експериментально перевірити ефективність програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу у процесі фізичного виховання дітей 5-6 років для підвищення рівня їх психофізичного стану.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати та узагальнити сучасні підходи щодо організації системи фізичного виховання в ЗДО за даними літературних джерел.

2. Дослідити вікові особливості фізичного розвитку, функціонального стану, фізичної підготовленості та психоемоційної сфери дітей 5-6 років.

3. Обґрунтувати і розробити програму фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей старшого дошкільного віку.

4. Визначити організаційно-методичні умови реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із пріоритетним використанням засобів флорболу та перевірити їх ефективність у процесі фізичного виховання дітей 5-6 років.

**Об'єкт дослідження** – процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

**Предмет дослідження** – вплив фізкультурно-оздоровчих занять із пріоритетним використанням засобів флорболу на психофізичний стан дітей 5-6 років.

**Методи дослідження.** Аналіз науково-методичної літератури проводився з метою теоретичного обґрунтування об'єкту дослідження, а також узагальнення наукових підходів щодо вдосконалення системи фізичного виховання дітей 5-6 років в умовах закладів дошкільної освіти. Проведений теоретичний аналіз, узагальнення сучасного практичного досвіду дозволили визначити актуальність дослідження, уточнити і конкретизувати мету, завдання і спрямованість педагогічних експериментів, розробити зміст комплексної програми дослідження морфофункціонального стану, фізичної підготовленості, психоемоційної сфери старших дошкільнят.

Одним з основних методів дослідження був педагогічний експеримент, структура якого передбачала виконання попередніх, констатувальних і формувальних процедур у певній послідовності. Констатувальний експеримент передбачав застосування комплексної методики дослідження: компонентів монофункціонального стану за допомогою медико-біологічних методів (антропометрія, динамометрія, пульсометрія, спірометрія, проби Штанге, Генча, Руф'є); фізичної підготовленості дітей 5-6 років (педагогічне тестування) (Т. Г. Авдєєва, 2007, Е. С. Вільчковський, 2008 р.); показників психоемоційної сфери (методи психодіагностики: «Небелиця» – оцінювання образно-логічного мислення; «Простав значки» – переключення і розподіл уваги; «Запам'ятай малюнки» – пам'ять; «Назви слова» – розвиток мовлення (Р. С. Немов, 2003); «Паровозик» – психічний стан (С. В. Велієва, 2007); «Два будиночки» – стосунки в групі між дітьми) (Т. Д. Марциновська, 1997). Констатувальний експеримент був запроваджений із метою визначення початкових позицій дослідження, отримання базових даних, які стали підґрунтям розробки програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей старшого дошкільного віку.

Метод експертної оцінки використовувався для визначення думки фахівців із фізичного виховання щодо шляхів удосконалення процесу фізичного виховання в освітньому процесі ЗДО з визначенням ступенів узгодженості суджень опитаних фахівців.

Мета формувального експерименту полягала в реалізації та оцінці ефективності розробленої програми. Тривалість формувального експерименту становила 9 місяців.

Експериментальний матеріал опрацьовано з використанням методів математичної статистики на персональному комп'ютері за допомогою пакету стандартних програм (Excel 2007, Statistika – 6.0).

**Наукова новизна одержаних результатів** полягає в тому, що *вперше*:

- обґрунтовано і розроблено програму фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей старшого дошкільного віку з урахуванням вікових особливостей, що включає: мету, завдання, зміст і умови її реалізації в режимі дня ЗДО;

- обґрунтовано розподіл засобів флорболу відповідно до етапів навчання із використанням спеціального спортивного інвентарю;

- розроблено організаційно-методичні умови реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей 5-6 років у ЗДО;

Доповнено дані про:

- засоби флорболу для розучування елементів спортивної гри, що були адаптовані для дітей старшого дошкільного віку;

– зміст фізкультурно-оздоровчих занять фізичними вправами з метою зміцнення здоров'я дітей 5-6 років у процесі фізичного виховання;

– особливості фізичного розвитку, функціонального стану, фізичної підготовленості та психоемоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

Дістали подальшого розвитку теоретичні аспекти використання рухливих ігор в освітньому процесі дітей старшого дошкільного віку.

**Практичне значення результатів** дослідження полягає у впровадженні програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу в процес фізичного виховання ЗДО, що сприятиме підвищенню ефективності системи фізичного виховання.

Результати дисертаційного дослідження впроваджено в освітній процес: спеціального закладу дошкільної освіти «Ясла-Садок» м. Одеса; закладів дошкільної освіти №16 «Сонечко», №18 «Зірниця» м. Суми; «Зірочка» м. Білопілля, що підтверджують відповідні акти.

Усі основні положення дисертації використано для вдосконалення змісту навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» (розділ «Методика фізичного виховання дітей дошкільного віку») і впроваджено в освітній процес підготовки студентів Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка, Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, Харківської державної академії фізичної культури, що підтверджується відповідними актами впровадження.

**Особистий внесок здобувача** у працях, опублікованих у співавторстві полягає в постановці проблеми, аналізі спеціальної літератури, проведенні експериментальних досліджень, обробці отриманих даних, інтерпретації фактичного матеріалу, формулюванні висновків, впровадженні отриманих результатів у практику роботи закладів дошкільної освіти.

**Апробація результатів дослідження.** Результати наукових пошуків були висвітлені на міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференціях.

Участь у Міжнародних конференціях: Міжнародна науково-практична конференція «Природне середовище і здоров'я людини. Фізкультурно-оздоровчі технології формування особистості фахівця» (Чернігів, 2013); XIII Міжнародна науково-практична конференція молодих вчених «Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів» (Суми, 2013); V International Scientific-Methodical Conference «Modern problems and prospects of development of physical education, health and training of future professionals of physical education and sports » (Kyiv, 2014-2016); XV Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення» (Суми, 2015-2017); I International scientific and practical conference «Physical activity and quality of life» (Lutsk-Svitiaz', 2017); Scientific and Professional Conference «Pedagogy and Psychology in the age of globalization – 2017» (Budapest, 2017).

Участь у Всеукраїнських конференціях: Всеукраїнська науково-практична конференція «Медико-біологічні та педагогічні основи фізичного виховання та спорту» (Кременець–Луцьк, 2013); II Всеукраїнська науково-практична конференція «Проблеми здоров'я людини та фізичної реабілітації» (Суми, 2016); VII Всеукраїнська



науково-практична конференція «Освіта і здоров'я» (Суми, 2017); VIII Всеукраїнська науково-практична конференція «Освіта і здоров'я» (Суми, 2018); I Всеукраїнська інтернет-конференція «Color of Science» «Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні» (Вінниця, 2018).

**Публікації.** За темою дисертаційної роботи опубліковано 18 наукових праць: 8 статей у наукових фахових виданнях України, 5 статей у виданнях, що віднесені до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus, 3 статті в іноземних виданнях,

5 статей у збірниках наукових праць, 1 методичні рекомендації.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертаційна робота складається з анотації, змісту, переліку умовних скорочень, вступу, 5 розділів, висновків, 19 додатків, списку використаних джерел. Обсяг основного тексту дисертації викладено на 257 сторінках, ілюстровано 41 таблицею та 42 рисунками. Бібліографія містить 345 джерел, із яких 23 англійськомовних авторів.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У *вступі* обґрунтовано актуальність роботи й подано зв'язок дисертації з темами науково-дослідних робіт, визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, розкрито наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів, окреслено особистий внесок автора, наведено дані щодо апробації результатів дослідження, зазначено кількість публікацій.

У *першому розділі дисертації* «Сучасні підходи щодо вдосконалення системи фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку» наведено дані аналізу літературних і документальних джерел, що безпосередньо стосуються теми дисертаційної роботи. Подано матеріали, що розкривають стан здоров'я та важливість рухової активності дітей дошкільного віку; вікові особливості фізичного та психічного розвитку дітей 5-6 років; сучасні підходи щодо організації системи фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку в ЗДО; особливості використання засобів флорболу на початкових етапах навчання дітей.

Доведено, що стан здоров'я знаходиться в безпосередній залежності та зв'язку із руховою активністю (Г. Л. Апанасенко, 2000; Е. М. Антонеле, 2006; М. М. Безруких, 2008; Е. С. Вільчковський, 2008 та ін.). Достатня рухова активність виконує роль своєрідного регулятора росту та розвитку дитячого організму, а також є необхідною умовою для становлення та удосконалення дитини як біологічної системи та соціального суб'єкта (М. О. Рунова, 2007).

Рухова активність є важливою складовою частиною будь-якого виду діяльності та багатьох психічних процесів. Постійний приток пропріорецептивної імпульсації, виникаючої під час м'язової діяльності, стимулює фізичний, сенсорний, інтелектуальний розвиток дитини (J. E. Rink, 2009; А. В. Полякова, 2015). Сучасні підходи щодо модернізації дошкільної освіти у сфері фізичного виховання спрямовані на забезпечення цілісного педагогічного процесу, вплив якого орієнтований не тільки на окремі якості особистості, а на організм дитини в цілому, що сприяє формуванню, збереженню та зміцненню здоров'я дошкільнят (Н. Є. Пангелова, 2014; В. О. Кашуба, 2016; Т. Ю. Круцевич, 2017).

Однак аналіз літератури показав, що кожна четверта дитина дошкільного віку хворіє протягом року більше 4 разів, а профілактичні огляди дітей констатують, що 50-80 % вихованців у групах закладів дошкільної освіти мають незадовільний стан здоров'я (Є. Є. Клімберг, 2012; Ю. М. Корж, 2015). Це свідчить про необхідність впровадження нових видів рухової активності, що сприятиме зміцненню здоров'я, формуванню мотивації та підвищенню інтересу до занять фізичною культурою (Т. Ю. Ковтун, 2014; В. О. Кашуба, 2016; Н. Б. Петренко, 2018).

Дослідження сучасних підходів у сфері фізичного виховання дошкільнят свідчать про наявність рекреаційних та оздоровчих програм із пріоритетним використанням новітніх засобів фізичної культури, серед них елементів спортивних ігор (В. М. Пасічник, 2014; О. Є. Конох, 2014; А. Ю. Старченко, 2015; А. В. Полякова, 2015; Н. Б. Петренко, 2018).

Особливий інтерес викликає спортивна гра флорбол, що має свою специфіку (J. Oksanen, 2007; А. В. Биков, 2012). Однак у науково-методичній літературі спостерігається недостатня визначеність щодо змісту, організаційно-методичних особливостей проведення фізкультурно-оздоровчих занять із флорболу у ЗДО, що й обумовило вибір теми нашого дисертаційного дослідження.

У *другому розділі* «**Методи та організація дослідження**» подано методи дослідження, які було використано в роботі, обґрунтовано доцільність їх застосування, описано організацію досліджень та надано характеристику контингенту випробуваних.

Для вирішення завдань науково-дослідної роботи було використано комплекс методів: теоретичний аналіз та узагальнення даних літературних джерел і досвіду передової практики фізичного виховання дітей дошкільного віку; педагогічні методи (спостереження, експерименти, тестування); соціологічні (анкетування, опитування); метод експертних оцінок; медико-біологічні методи (антропометрія, динамометрія, пульсометрія, спірометрія, проби Штанге, Генча, Руф'є); психодіагностичні методи; методи математичної статистики.

Дослідження проводилось в режимі дня під час перебування дітей старшого дошкільного віку в ЗДО №18 «Зірниця» м. Суми. Порядок та час проведення фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу було узгоджено з директором Інформаційно-методичного центру управління освіти і науки Сумської міської ради і завідуючою дитячого садка. У дослідженнях взяли участь 65 дітей 5 і 6 років, які за даними медичних карток належали до основної групи.

Дисертаційна робота виконувалася поетапно протягом 2012-2018 років і відповідно до мети та завдань дослідження включала три етапи.

На *першому етапі* (грудень 2012 – грудень 2015 рр.) здійснено теоретичне вивчення проблеми, опрацювання та узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет дослідження; обґрунтовано програму експерименту та підібрано адекватні методи дослідження.

*Другий етап дослідження* (січень 2016 – серпень 2017 рр.) – проведено констатувальний експеримент, який складався з таких елементів: визначення рівня фізичного розвитку; тестування компонентів фізичної підготовленості,

функціонального стану і психоемоційної сфери дітей старшого дошкільного віку на основі розробленої програми дослідження.

У дослідженні брали участь 65 дітей, з них – 47 дітей 5-річного віку і 18 дітей – 6-річного віку.

На цьому ж етапі було проведено опитування інструкторів з фізичної культури ЗДО з метою отримання експертної оцінки щодо шляхів удосконалення фізкультурно-оздоровчої роботи з дошкільниками.

Також завданнями другого етапу дослідження були: інтерпретація отриманих результатів; обґрунтування і розробка програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу та умов її реалізації у процесі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

На *третьому етапі* дослідження (вересень 2017 – травень 2018 рр.) було проведено формувальний педагогічний експеримент із метою визначення ефективності програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу в процесі фізичного виховання дітей 5-6 років у ЗДО.

На цьому етапі дослідження брали участь дві групи дітей віком 5-6 років контрольна (КГ) та експериментальна (ЕГ). КГ складалась із 35 дітей (15 хлопчиків та 20 дівчат), ЕГ – 30 (16 хлопців і 14 дівчат). У контрольній групі всі організаційні форми занять проводились згідно зі змістом і методичними рекомендаціями оновленої програми навчання і виховання дітей дошкільного віку «Я у Світі» із використанням елементів спортивних ігор, зокрема, городки, футбол. В експериментальній групі діти займалися за розробленою програмою фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу. Програми фізкультурно-оздоровчих занять із елементами спортивних ігор для дітей обох груп передбачали однакову кількість та тривалість тренувальних занять, а саме по 72 заняття тривалістю 30 хв. кожне.

Було проведено математичну обробку даних контрольних випробувань і визначено ефективність запропонованої програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу. Також було здійснено підведення підсумків дослідження, формулювання висновків, підготовку методичних рекомендацій, редагування тексту дисертаційної роботи.

У *третьому розділі* «**Оцінка психофізичного стану дітей старшого дошкільного віку**» подано результати констатувального експерименту.

Фізичний розвиток було визначено за показниками довжини і маси тіла, окружності грудної клітки (ОГК) та сформованості склепінь стоп у вікових групах хлопчиків і дівчаток 5 і 6 років.

Отримані результати було порівняно із віковими нормами дітей 5 і 6 років. Характеристики морфологічного статусу досліджуваних груп дітей свідчать, що переважна більшість відповідає віковим нормам, а відмінності між показниками хлопчиків і дівчаток були статистично недостовірними ( $p > 0,05$ ), що вказує про відсутність статевого диморфізму в даній віковій категорії.

Порівняльний аналіз середніх показників частоти серцевих скорочень ( $ЧСС_{сп}$ ), частоти дихання ( $ЧД_{сп}$ ), проби Генча, проби Штанге відповідали середньому рівню, показники ЖЄЛ – низькому рівню.

Дані дослідження фізичної роботоздатності за пробою Руф'є дозволили зробити висновки про підвищення індексу із середнього рівня в 5 років до доброго у 6 років.

Результати оцінювання фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку подані у таблиці 1.

Таблиця 1

## Показники фізичної підготовленості дітей 5 і 6 років

Показники	Діти 5 років (n=47)		Рівень	Діти 6 років (n=18)		Рівень
	$\bar{x}$	S		$\bar{x}$	S	
Біг 10 м, с	3,4	0,3	с	3,0	0,3	в
Біг 20 м, с	5,8	0,4	с	5,0	0,2	в
Частота рухів кистю руки за 5 с, кількість разів	23,0	2,9	с	23,8	3,1	с
Швидкість стрибків на місці за 5 с, кількість разів	11,0	2,1	с	13,7	2,6	с
Стрибок у довжину з місця, см	84,4	7,9	с	93,1	6,9	с
Метання тенісного м'яча, м	5,6	0,9	с	7,3	1,1	с
Влучання предмета в ціль, бали	7,4	1,7	с	9,6	1,9	с
Нахил тулуба вперед, сидячи на підлозі, см	5,1	2,3	с	7,0	2,5	с
Динамометрія правої кисті, кг	6,8	1,2	н	9,1	1,6	н
Динамометрія лівої кисті, кг	5,8	1,4	н	7,9	1,4	н
Вис на поперечині, с	20,0	7,5	н	23,4	7,5	н

Примітки: в – високий рівень, с – середній рівень, н – низький рівень.

Середні значення результатів рухових тестів у групах дітей 5 і 6 років вказують на те, що показники фізичної підготовленості переважної більшості дітей відповідають середньому рівню. Виняток становлять результати у тестах «біг 10 м», «біг 20 м», де у дітей 6 років середні значення відповідають високому рівню, а результати у тестах на визначення сили і силової витривалості свідчать про низький рівень їх розвитку. Такі результати пояснюються сенситивними періодами розвитку рухових якостей для даної вікової категорії.

Діагностика складових психоемоційної сфери досліджуваного контингенту дозволила встановити що середні значення показників уваги, мислення, пам'яті, мовлення відповідають середньому рівню.

У ході педагогічного експерименту дітей 5 і 6 років було поділено на дві групи за показниками, що відповідають і не відповідають віковим нормам. Так, серед дітей 5 років у 61,7% розвиток мислення відповідає нормі, а у 38,3% – нижче за норму; серед дітей 6 років – 66,7% і 33,3% відповідно. Здатність концентруватися на певних об'єктах (увага) у 65,9% дітей 5 років відповідає нормі, а у 34,1% – нижче за норму; серед дітей 6 років – 72,2% і 27,8% відповідно. Процеси пам'яті у 85,1% дошкільнят 5 років відповідають і у 14,9% не відповідають віковій нормі; серед дітей 6 років – 83,3% і 16,7%. Процес мовлення розвинений на достатньому рівні у 85,1% дітей 5 років, а у 14,9% нижче норми; у 6-ти річних – 83,3% і 16,7% відповідно.

Аналіз результатів дослідження психічного стану дозволив встановити, що у більшості дітей зафіксовано позитивний психічний стан (ППС) – 50 (76,9%), проте є

діти з негативним психічним станом (НПС) низького ступеню – 7 (10,8%), НПС середнього ступеню – 6 (9,2%), НПС високого ступеню – 2 (3,1%) (табл. 2).

Таблиця 2

**Розподіл дітей старшого дошкільного віку за психічним станом  
(за методикою С. В. Велієвої «Паровозик»)**

Рівні психічного стану	Усього (n=65)	
	Абс. кільк., осіб	Відн. кільк., %
Позитивний психічний стан	50	76,9
Негативний психічний стан низького ступеню	7	10,8
Негативний психічний стан середнього ступеню	6	9,2
Негативний психічний стан високого ступеню	2	3,1

Дані соціометричних досліджень показала, що більшість досліджуваних дітей старшого дошкільного віку були фізично активними і комунікабельними 50 – (77%), серед яких були лідери 5 – (7%), але були і такі діти – 10 (15%), які потребували допомоги фахівців для соціалізації і психічної адаптації в колективі.

Експертне опитування інструкторів із фізичної культури свідчить про необхідність впровадження нових видів рухової активності оздоровчої спрямованості в освітньому процесі дітей 5-6 років.

Отримані дані були основою для розробки програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей старшого дошкільного віку.

**Четвертий розділ «Обґрунтування та експериментальна перевірка програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей старшого дошкільного віку»** розкриває зміст запропонованої програми занять, яка була обґрунтована та розроблена за результатами аналізу літературних джерел, експертного опитування інструкторів із фізичної культури ЗДО і власними даними констатувального експерименту. Структурними елементами програми з пріоритетним використанням засобів флорболу для дітей старшого дошкільного віку є: мета, завдання, принципи, організаційно-методичні умови реалізації програми, а також критерії визначення її ефективності.

*Метою* розробленої програми фізкультурно-оздоровчих занять є зміцнення здоров'я старших дошкільнят переважно за допомогою використання засобів флорболу.

Відповідно до поставленої мети розв'язувались *основні завдання* фізкультурно-оздоровчих занять із елементами флорболу:

1. *Виховні*: виховання культури поведінки; формування ціннісних орієнтацій на фізичне і духовне вдосконалення особистості; сприяння формуванню світогляду, моральних основ особистості та активному самовдосконаленню; виховання дбайливого ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих; сприяння соціалізації дитини.

2. *Навчальні*: засвоєння відомостей щодо правил гри, її основних понять; вдосконалення основних рухів; навчання основним технічним прийомам флорболу.

3. *Оздоровчі*: зміцнення здоров'я; активізація розумової діяльності в процесі ігрової діяльності за рахунок рухової активності; гармонійний розвиток особистості дитини.

*Організаційно-методичні умови* реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей 5-6 років передбачали: розробку змісту фізкультурно-оздоровчих занять, визначення форм і методів навчання, спрямованість педагогічних дій; професійну компетентність фахівців (інструкторів з фізичної культури ЗДО); організацію предметно-розвивального середовища; опору на дидактичні та специфічні принципи навчання руховим діям і розвитку фізичних здібностей дітей; врахування закономірностей фізичного й психічного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

*Змістом* запропонованої програми були як традиційні засоби фізичного виховання дошкільнят (основні рухи, загальнорозвивальні і стройові вправи, рухливі ігри), так і елементи спортивної гри у флорбол (підвідні фізичні вправи, спеціальні вправи з ключкою), гра за спрощеними правилами, що використовувались в залежності від етапів навчання.

Основними формами реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу були: заняття з фізичного виховання (ігрові), фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня (ранкова гімнастика, фізкультхвилинки), активний відпочинок дітей (фізкультурні свята), заняття фізичною культурою з батьками в домашніх умовах.

Була розроблена загальна структура річного циклу фізкультурно-оздоровчих занять із засобами флорболу для дітей 5-6 років з одним макроциклом, що включає три етапи – підготовчий, основний та підтримувальний, кожен з яких має свої завдання та зміст.

*Підготовчий етап. Завдання:* сформувати інтерес до гри флорбол; ознайомити з назвами елементів гри, спортивним інвентарем (ключкою і м'ячем) та безпечним їх використанням; навчити загальнопідготовчим фізичним вправам з ключкою і м'ячем; сприяти своєчасному фізичному розвитку, підвищенню рівня морфофункціонального стану, фізичної підготовленості, психоемоційної сфери дітей.

*Основний етап. Завдання:* навчити спеціально-підготовчим фізичним вправам; формувати техніку елементів гри флорбол; сприяти підвищенню рівня психофізичного стану; сприяти розвитку пізнавальних процесів і мовлення; формувати позитивні морально-вольові якості; сприяти соціалізації дітей.

*Підтримувальний етап. Завдання:* вдосконалювати техніко-тактичні дії в процесі гри у флорбол; підтримувати належний рівень морфофункціонального стану і фізичної підготовленості; сприяти подальшому розвитку особистості дітей.

Розподіл програмного матеріалу в річному циклі фізкультурно-оздоровчих занять з елементами флорболу поданий у таблиці 3.

Критеріями ефективності розробленої програми слугували: динаміка показників морфофункціонального стану, фізичної підготовленості, психоемоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

Динаміка показників фізичного розвитку показала, що зміни у довжині та масі тіла в обох групах (ЕГ та КГ) у порівнянні з вихідними даними статистично недостовірні ( $p > 0,05$ ). Що стосується показників ОГК, пропорційності тілобудови (індекс Пін'є), то у дітей ЕГ вони були вищими, при достовірному розходженні з КГ

( $p < 0,05$ ). Індекс стоп (по М. О. Фрідлянду) у дітей обох груп мав статистично достовірні відмінності ( $p < 0,05$ ).

Таблиця 3

**Зміст і структура річного циклу фізкультурно-оздоровчих занять із пріоритетним використанням елементів флорболу**

Засоби підготовки	Підготовчий етап			Основний етап					Підтримуючий етап
	Місяць			Місяць					Місяць
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Теоретична підготовка.</b> Правила поведінки та техніка безпеки на заняттях. Поняття у флорболі: «Іннебенді», «Дриблінг», «Звичайний хват», «Широкий хват», «Гак», «Ведення без відриву», «Ведення з відривом», «П'ятка-носок».	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Загальна фізична підготовка</b> ЗРВ. Вправи для м'язів рук і ніг, тулубу, живота і спини. Прикладні вправи (вправи з предметами, з гімнастичною палицею). Вправи зі скакалкою, з гімнастичним м'ячем, ключкою. Ходьба по гімнастичній лаві, із предметами, з переступанням через предмети. Вправи на рівновагу.	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Спеціальна фізична підготовка</b> Вправи самотраховки (дотримання безпечної дистанції між гравцями). Вправи для розвитку фізичних якостей, для вивчення елементів флорболу: вправи для розвитку гнучкості; вправи для розвитку спритності; вправи для розвитку швидкості; вправи для розвитку сили.	-	-	+	+	+	+	+	+	+
<b>Технічна підготовка</b> Володіння ключкою і м'ячем: - хват за верхній кінець і середину ключки, гладке ведення м'яча; - гладке ведення м'яча по колу та між стійок, зупинка м'яча після сигналу; - прийом і зупинка м'яча на місці, дриблінг на місці, дриблінг між стійок; - дриблінг із суперником, переміщення в стійці флорболіста; - відбір м'яча, передача м'яча.	-	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Ігрова підготовка</b> Ігри-естафети, ігри для розвитку фізичних якостей, гра у флорбол за спрощеними правилами.	-	-	-	-	+	+	+	+	+

Примітки: «+» – засоби підготовки, що застосовуються на занятті

Аналіз отриманих показників кардіореспіраторної системи свідчить, що відбулися статистично достовірні зміни в обох групах дітей (таблиця 4).

**Зміни показників функціонування кардіореспіраторної системи у дошкільників під час педагогічного дослідження**

Показники	ЕГ (n=30)				КГ (n=35)				Т <sub>емп</sub> ЕГ та КГ на початку	Т <sub>емп</sub> ЕГ та КГ наприкінці
	На початку дослідження		Наприкінці дослідження		На початку дослідження		Наприкінці дослідження			
	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S		
ЧСС, уд/хв. <sup>-1</sup>	97,26	2,33	95,47**	2,09	97,06	2,46	96,82*	2,18	0,33	2,54
ЧД, циклів/хв. <sup>-1</sup>	25,67	1,51	24,37**	1,12	25,94	1,39	25,07*	1,38	0,75	2,22
ЖЄЛ, мл	1077	1,52	1202**	1,49	1069	1,43	1159**	1,44	0,86	2,01
Проба Генча, с	12,03	1,67	13,03**	1,28	12,06	1,16	12,29*	1,32	0,09	2,28
Проба Штанге, с	22,83	2,37	25,43**	2,62	22,8	2,21	24,03*	2,47	0,05	2,22

*Примітки:* \* – зміни, які відбулися порівняно з первинними показниками при  $p \leq 0,05$ ; – \*\* зміни, які відбулися порівняно з первинними показниками при  $p < 0,01$ .  $T_{кр.} = 1,99$

Із таблиці 4 можна зробити висновок про те, що за виділеними характеристиками ЕГ і КГ за критерієм Стьюдента є однорідними на початку експерименту і суттєво відрізняються після його проведення. Позитивні зміни, що відбулися у дітей ЕГ є більш статистично значущими ( $p < 0,01$ ), що вказує на ефективність фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу.

Дослідження показників проби Руф'є дітей, в обох групах статистично достовірні, в ЕГ ( $p < 0,01$ ), у КГ – ( $p < 0,05$ ).

Порівняльні дані показників фізичної підготовленості подані у таблиці 5.

**Динаміка показників фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку**

Показник	ЕГ (n=30)				КГ (n=35)				Критерій $\chi^2_{екс.}$ на початку	Критерій $\chi^2_{екс.}$ наприкінці
	На початку дослідження		Наприкінці дослідження		На початку дослідження		Наприкінці дослідження			
	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S		
Біг 10 м, с	3,2	0,3	2,8***	0,2	3,2	0,3	3,1	0,3	0,3	6,4
Біг 20 м, с	5,4	0,5	4,8***	0,5	5,5	0,4	5,2*	0,4	0,3	6
Частота рухів кистю руки 5 с, разів	23,6	3,3	29***	3,7	23,3	2,9	25,4**	2,6	0,2	6,1
Швидкість стрибків на місці 5 с, разів	13,1	3,2	16,6***	3,4	13,2	2,9	14,6*	2,8	0,2	7,2
Стрибок у довжину, см	88,6	6,3	95,6***	7,4	88,9	8,6	93,3*	9,5	0,2	6,3
Метання тенісного м'яча, м	6,4	1,4	8,1***	2,1	6,4	1,7	7,4*	2,	0,7	6,7
Влучання предмета в ціль, бали	8,5	1,8	11,1***	1,9	8,4	1,9	10,3***	1,9	0,6	6,7
Нахил тулуба вперед, см	6,1	2,6	8,6***	2,7	6,1	2,4	7,5*	2,8	0,4	6
Динамометрія (права), кг	7,9	1,5	9,4***	1,4	7,9	1,4	9**	1,4	0,6	6,7
Динамометрія (ліва), кг	6,8	1,4	7,9**	1,4	6,8	1,3	7,5*	1,3	0,6	6
Вис на поперечині, с	21,7	7,9	27,2*	8,9	21,7	7,3	25,2*	6,6	0,3	6,2

*Примітки:* \* зміни, які відбулися порівняно з первинними показниками при  $p < 0,05$ ; – \*\* зміни, які відбулися порівняно з первинними показниками при  $p < 0,01$ ; \*\*\* зміни, які відбулися порівняно з первинними показниками при  $p < 0,001$ .  $\chi^2_{кр.} = 5,99$ .



Отже, після формувального експерименту відзначаються статистично достовірні зміни між показниками фізичної підготовленості в обох групах, але в ЕГ – більш значущі ( $p < 0,05 - 0,001$ ).

Порівнюючи дані на початку дослідження і наприкінці між групами за критерієм  $\chi^2$ , можна зробити висновок щодо однорідності ЕГ і КГ за показниками тестів на початку експерименту і статистичну значущість відмінностей після впровадження в освітній процес ЗДО фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу.

Слід зазначити позитивну динаміку показників психоемоційної сфери протягом експерименту.

Середній бал, що визначав рівень розвитку процесів мислення як на початку, так і наприкінці експерименту, засвідчує середній рівень в обох групах дітей. Однак в ЕГ відбулося збільшення на 2,65 балів ( $p < 0,01$ ), у КГ – на 1,34 балів ( $p < 0,05$ ).

Середній бал розвитку уваги на початку дослідження засвідчує низький рівень, а наприкінці отримані показники констатували середній рівень. В ЕГ показники уваги збільшилися на 1,55 балів ( $p < 0,01$ ), у КГ – на 1,1 балів ( $p < 0,05$ ).

Дослідження пам'яті дозволило визначити низький рівень її розвитку у дітей 5-6 років на початку педагогічного експерименту, а наприкінці зміни показали середній рівень. В ЕГ такі показники збільшилися на 2,23 балів ( $p < 0,01$ ), у КГ – на 1,81 балів ( $p < 0,05$ ).

Середній бал мовлення на початку і наприкінці дослідження констатує середній рівень розвитку. За отриманими результатами в ЕГ показники мовлення збільшилися на 2,83 балів ( $p < 0,01$ ), у КГ – на 2,09 балів ( $p < 0,05$ ).

У ході нашого дослідження відбулися зміни і в процесах, що визначали психічний стан дітей старшого дошкільного віку. Зокрема, в ЕГ кількість дітей із негативним психічним станом (НПС) зменшилася на 7, а у КГ – на 3 дитини старшого дошкільного віку.

Дані соціометричних досліджень дітей 5-6 років в ЕГ свідчать, що: кількість лідерів під час гри збільшилася на 5 (16%); дітей неконфліктних, але з обмеженим колом спілкування стало менше на 4 (13%); активних, але конфліктних – менше на 4 (13%); дітей не контактних і конфліктних наприкінці дослідження немає. Вивчення дітей 5-6 років у КГ виявило наступну динаміку: кількість лідерів збільшилася на 2 (5%); дітей неконфліктних, але з обмеженим колом спілкування стало менше на 1 (3%); активних, але конфліктних – на 1 (3%); дітей не контактних стало менше на 1 дитину (3%); конфліктних наприкінці дослідження немає.

Отже, реалізація програми фізкультурно-оздоровчих занять флорболу дозволила покращити морфофункціональний стан, фізичну підготовленість та показники психоемоційної сфери дітей старшого дошкільного віку, що свідчить про її ефективність.

У *п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження»*, згідно з логікою наукового пошуку, аналіз та узагальнення поданих у дисертаційній роботі результатів дослідження передбачали оцінку рівня досягнення поставленої мети.

Подано три групи даних, отриманих під час дослідження.

*Підтверджено дані:* Ю. Б. Арешіної, (2013), Н. О. Березіної (2005), Л. К. Бусловської (2013), Е. С. Вільчковського (2008), Л. В. Лохвицької (2008) про незадовільний стан фізичного здоров'я та низький рівень фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку; Л. В. Лохвицької (2011), Н. В. Москаленко (2009), Н. Є. Пангелової (2012), Г. О. Лахно (2013), В. М. Пасічник (2014), А. А. Пивовара (2005), А. Є. Подоляки (2011) В. В. Поліщука (2008) про ефективність впливу фізкультурно-оздоровчих занять в режимі дня ЗДО на морфофункціональний стан та фізичну підготовленість дітей старшого дошкільного віку.

*Доповнено результати досліджень:* В. В. Афанасенка (2007), В. С. Ашаніна (2010), Н. Ф. Денисенко (2010), Т. Ю. Круцевич (2012), щодо особливостей адаптації змісту занять фізичними вправами дошкільнят з метою підвищення рівня їх фізичного здоров'я; О. Л. Богініч (2014), Л. Н. Волошиної (2013), Н. Є. Пангелової (2011), А. Є. Подоляки (2011) щодо теоретико-методичних аспектів використання рухливих ігор в освітньому процесі дітей 5-6 років; Т. М. Параничевої (2008), Н. О. Тупчій (2001) щодо поширеності захворювань за окремими класами хвороб даної вікової категорії; Л. С. Гармаш (2008), С. М. Джуринської (2009), Н. Є. Пангелової (2010) про закономірності взаємозв'язку показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості і психоемоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

*До нових результатів роботи належать:* обґрунтування і розробка адаптованої програми фізкультурно-оздоровчих занять з флорболу для дітей старшого дошкільного віку, реалізація якої відбувалась у три етапи (підготовчий, основний, підтримувальний). Структурними елементами запропонованої програми є: мета, завдання, організаційно-методичні умови реалізації програми, критерії ефективності.

## **ВИСНОВКИ**

1. Теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури свідчить, що зміст та спрямованість фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку на сучасному етапі не забезпечують належного рівня здоров'я, традиційні засоби фізкультурної роботи з дитячим контингентом не повною мірою відповідають сучасним вимогам і потребують вдосконалення. Одним з шляхів вирішення цієї проблеми є реалізація підходів, спрямованих на комплексний вплив не тільки на фізичну, але й на психофізичну складову особистості дошкільника. Такий вплив може бути забезпечений за рахунок впровадження в освітній процес дошкільних закладів інноваційних технологій фізичного виховання, заснованих на нових видах рухової активності. Одним із таких видів є гра у флорбол, яка набула останнім часом великої популярності, не потребує витратного обладнання та інвентарю. Однак аналіз літературних джерел свідчить про відсутність досліджень, які стосуються адаптації даної гри до застосування у фізкультурно-оздоровчій роботі з дітьми старшого дошкільного віку, що і обумовлює актуальність цього дослідження.

2. Результати констатувального експерименту свідчать про позитивні зміни динамічного характеру морфофункціонального стану, фізичної підготовленості та психоемоційної сфери дітей 5-6 років, які знаходяться в межах вікових норм:

- більшість показників фізичного розвитку відповідають середньому рівню довжина тіла – 31 (47,7%), маса тіла – 41 (63,1%), ОГК – 41 (63,1%); індекс стопи за Фрідляндом становить  $28,9 \pm 1,8$  у. о. (кількість дітей, показники яких відповідають віковій нормі, становить 38 – 58,5%); індекс Пін'є –  $37,5 \pm 4,3$  у. о. (кількість дітей, показники яких відповідають віковій нормі, становить 23 – 35,4%);

- дослідження функціонального стану дозволило встановити, що більшість дітей мають низькі показники ЖЄЛ – 49 (75,4%); кількість дітей, у яких показники ЧСС відповідають віковій нормі, становить 37 (56,9%); показники ЧД відповідають віковій нормі у 40 дітей (61,5%); кількість дітей, у яких показники проби Генча відповідають віковій нормі, становить 48 (73,8%); проби Штанге – 36 (55,4%);

- результати обстежень фізичної підготовленості дозволяють стверджувати, що більшість показників фізичних здібностей відповідають середньому та нижче за середній рівням розвитку, а показники статичної витривалості відповідають низькому рівню;

- дослідження психоемоційної сфери показало, що достатній рівень розвитку мислення мають 41 дитина (63,1%), мовлення – 55 (84,6%), уваги – 44 (67,7%), пам'яті – 55 (84,6%), соціальних контактів – 55 (84,6%). Визначення рівня тривожності виявило, що 50 дітей (76,9%) мають позитивний психічний стан. Соціометрія допомогла виявити 5 лідерів (7,8%); 29 дітей (44,6%), які є фізично активними, комунікабельними; 21 (32,3%) є активними і конфліктними; 8 (12,3%) є малоактивними і конфліктними; 2 (3,1%) є неконтактними і конфліктними.

Підсумовуючи отримані результати, можна стверджувати, що показники морфофункціонального стану, фізичної підготовленості, психоемоційної сфери дітей 5-6 років знаходиться переважно на середньому рівні та нижче середнього, що зумовлює доцільність розробки фізкультурно-оздоровчої програми з використанням елементів нових видів рухової активності (флорболу).

3. Експертне опитування інструкторів із фізичної культури показало, що більшість з них (92%) вважають за доцільне впровадження в освітній процес саме старших дошкільнят нових видів рухової активності оздоровчої спрямованості, оскільки саме в цьому віці розпочинається інтенсивна підготовка до шкільного навчання, що пов'язане зі збільшенням кількості малорухливих занять (заняття з розвитку математичних уявлень, читання, навчання письму тощо). Були визначені найбільш привабливі для дітей 5-6 років види рухової активності: рухливі ігри – 95% (285 балів з 300), ігри із використанням засобів флорболу – 87% (261 бал з 300), танці – 83% (249 балів із 300), плавання – 44% (130 балів з 300).

Крім того, на думку експертів, необхідними передумовами впровадження інноваційної програми засобів флорболу у процес фізичного виховання дітей 5-6 років є: оцінка матеріально-технічного забезпечення процесу фізичного виховання дошкільного закладу (87%); належний рівень кваліфікації фахівців з фізичного виховання ЗДО (70%); ступінь науково-методичного обґрунтування сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, їх адаптованість для використання в освітньому процесі дошкільної установи (68%); зацікавленість ЗДО у впровадженні інноваційних технологій фізичного виховання (65%); моніторинг фізичного стану і психоемоційної сфери дітей (60%).

4. На основі результатів констатувального експерименту, експертного опитування фахівців дошкільного фізичного виховання була розроблена програма фізкультурно-оздоровчих занять для дітей 5-6 років з пріоритетним використанням гри флорбол. Структурними елементами запропонованої програми є: мета, завдання, принципи, організаційно-методичні умови реалізації програми, а також – критерії її ефективності.

*Організаційно-методичні умови* реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять з елементами флорболу для дітей 5-6 років містили в собі розробку змісту занять, форми і методи навчання, компетентність фахівців у сфері фізичної культури, а також організацію сприятливого середовища для розвитку фізичних здібностей дітей; врахування закономірностей фізичних і психічних особливостей дітей старшого дошкільного віку.

Змістом запропонованої програми були як традиційні засоби фізичного виховання дошкільнят (основні рухи, загальнорозвивальні і стройові вправи, рухливі ігри), так і засоби спортивної гри флорболу.

5. Основними формами реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із засобами флорболу є: заняття з фізичного виховання (ігрові), фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня (ранкова гімнастика, фізкультхвилинки), активний відпочинок дітей (фізкультурні свята), заняття фізичною культурою з батьками в домашніх умовах.

Була розроблена загальна структура річного циклу фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу для дітей 5-6 років з одним макроциклом, що містить три етапи – підготовчий, основний та підтримувальний, кожен з яких має свої завдання та зміст. Здійснений розподіл програмного матеріалу у річному циклі фізкультурно-оздоровчих занять з використанням засобів флорболу.

6. Проведений аналіз результатів педагогічних експериментів свідчить, що запропонована інноваційна програма фізкультурно-оздоровчих занять для дітей старшого дошкільного віку із використанням засобів флорболу сприяла значному підвищенню рівня їх психофізичного стану.

Критеріями ефективності розробленої програми занять слугували: позитивна динаміка показників морфофункціонального стану, фізичної підготовленості, психоемоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

Порівняння даних, які були отримані під час формувального педагогічного експерименту свідчить, що в експериментальній групі дітей 5-6 років, у порівнянні з дітьми контрольної групи спостерігаються значно вищі результати: у таких показниках фізичного розвитку, як окружність грудної клітки, індексу Пін'є, склепіння стопи ( $p < 0,05$ ); у показниках функціонального стану – ЖЄЛ, ЧСС<sub>сп.</sub>, ЧД<sub>сп.</sub>, проби Штанге, Генча ( $p < 0,01$ ); покращення показників фізичної підготовленості (швидкості, швидко-силових, координаційних здібностей) у дітей експериментальної групи були більш статистично достовірними ( $p < 0,001$ ) у порівнянні з дітьми контрольної групи ( $p < 0,05$ ).

Також можна зауважити, що покращення фізичного стану зумовило позитивну динаміку показників когнітивних процесів і мовлення, а також зниження рівня негативного психічного стану у дітей експериментальної групи порівняно з дітьми контрольної групи ( $p < 0,05$ ).

Отримані результати дозволяють рекомендувати запропоновану фізкультурно-оздоровчу програму занять із флорболу до впровадження в освітній процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Перспективи подальших досліджень полягають у визначенні ефективності фізкультурно-оздоровчих занять із флорболу для дітей 5-6 років із відхиленнями у стані здоров'я.

## **СПИСОК ПРАЦЬ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**

### ***Наукові праці, у яких опубліковані основні наукові результати дисертації***

1. Максименко Л. М. Ігровий метод занять фізичною культурою як основний засіб всебічного розвитку дітей 5-ти і 6-ти років. Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Серія педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів: ЧНПУ. 2013. Вип. 107. Т. 2. С. 259–261. *Фахове видання України.*

2. Максименко Л. М. Сучасні підходи щодо застосування рекреаційних технологій для відновлення стану здоров'я дітей 5-ти і 6-ти років. Спортивний вісник Придніпров'я. 2013. №2. С. 162–165. *Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.*

3. Максименко Л. М. Чинники формування здоров'я засобами фізичного виховання дітей 5-ти і 6-ти років міської та сільської місцевості. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2013. № 1(21). С. 191–194. *Фахове видання України.*

4. Максименко Л. М. Застосування рекреаційних технологій для зміцнення здоров'я дітей 5-ти і 6-ти років через співпрацю дошкільного закладу освіти і сім'ї. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Вінниця. 2014, Вип. 18. Т. 2. С. 329–334. *Фахове видання України.*

5. Максименко Л. М. Роль рекреаційних технологій у формуванні гармонійного розвитку дітей 5-ти і 6-ти років у дошкільних закладах освіти. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2014. Випуск 3 (45). С. 143–146. *Фахове видання України.*

6. Максименко Л. М. До оцінки психосоматичного здоров'я старших дошкільників міської і сільської місцевості. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2015. №1(29). С. 51–54. *Фахове видання України.*

7. Максименко Л. М. Оцінка психосоматичного здоров'я дітей 5-ти і 6-ти років: практичний аспект проблем. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2015. Випуск 3 (57). С. 211–214.

8. Максименко Л. М. Гурткова робота із флорболу у навчально-виховному процесі дітей 5-ти і 6-ти років. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2016. Випуск 3 (70). С. 88–92. *Фахове*

видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази *Index Copernicus*.

9. Максименко Л. Рекреаційний вплив гуртка із флорболу на фізичний розвиток і підготовленість дітей 5-ти і 6-ти років. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Вінниця. 2016. Вип. 1 (20). С. 104–109. *Фахове видання України*.

10. LiannoŸ., LiannoŸ M., Maksymenko L., KopytinaŸ. Recreational Technologies (Elements of Floorball Sports) for Children Aged 5 and 6 Years. *Kultura fizyczna. Częstochow*. 2018. Т. 17. №1. Р. 69–78. *Іноземне видання, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формулюванні висновків, підготовці матеріалів до друку*.

11. Максименко Л. М. Педагогические аспекты повышения двигательной активности детей 5-6 лет средствами флорбола. Оздоровительная физическая культура молодежи: актуальные проблемы и перспективы. Минск БГМУ. 2018. Т.1. С. 176–180. *Іноземне видання*.

12. Максименко Л. М., Копитіна Я. М., Скрипка І. М., Звіряка О. М. Педагогічні аспекти біомеханіки удару м'яча ключкою під час гри елементів флорболу серед старших дошкільників. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. Будапешт. 2017. Т. 61. № 141. С. 49–52. *Іноземне видання, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формування висновків, підготовці матеріалів до друку*.

13. Максименко Л. М. Безпека гри у флорбол серед дітей старшого дошкільного віку. Молодий вчений. Херсон. 2017. №11 (51). С. 151–154. *Видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus*.

#### ***Наукові праці, що засвідчують апробацію матеріалів дисертації***

14. Максименко Л. М., Лянной М. О. Педагогічні моделі фізичного виховання дітей 5-6 років. Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів і студентів. Матеріали XIII Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених. Суми. 2013. Т.І. С.139–144. *Особистий внесок здобувача полягає в аналізі сучасних підходів у фізичному вихованні та підготовці матеріалів до друку*.

15. Максименко Л. М. Покращення психоемоційної сфери дітей 5-ти і 6-ти років засобами фізичної культури. Проблеми здоров'я людини та фізичної реабілітації. Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції. Суми. 2016. С. 174–177.

16. Максименко Л. М., Лянной М. О. Рекреаційна технологія (елементи спортивної гри у флорбол) для дітей старшого дошкільного віку. Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення. Матеріали XVII Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених. Суми. 2017. Т.І. С. 99–104. *Особистий внесок здобувача полягає у формулюванні висновків організації роботи, підготовці матеріалів до друку*.

17. Максименко Л. М., Копитіна Я. М. Біомеханіка рухів дітей старшого дошкільного віку під час гри у флорбол. Перспективи, проблеми та наявні здобутки

розвитку фізичної культури і спорту в Україні: Збірник наукових праць: І Всеукраїнська інтернет-конференція «Color of Science». Вінниця: ТОВ «Фірма «Планер», 2018. Вип. 1. С. 269–274. Нефахове видання. *Особистий внесок здобувача полягає у здійсненні дослідження та формулюванні висновків.*

***Опубліковані праці, що додатково відображають наукові результати дисертації***

18. Методичний супровід застосування фізичних вправ спортивного характеру (елементів флорболу) для зміцнення здоров'я дітей 5-ти і 6-ти років: метод. рек. / Л. М. Максименко та ін. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка. 2015. 88 с. Методичні рекомендації.

## АНОТАЦІЇ

**Максименко Л. М. Використання засобів флорболу у процесі фізичного виховання дітей 5–6 років. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту (доктора філософії) за спеціальністю 24.00.02 – «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». – Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, Суми, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Дніпро, 2018.

Дисертація присвячена обґрунтуванню, розробці та оцінці ефективності програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу у процесі фізичного виховання дітей 5-6 років.

Результати констатувального експерименту щодо вивчення вікових особливостей фізичного розвитку, функціонального стану, фізичної підготовленості та психоемоційної сфери дітей 5-6 років покладено в основу розробки програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу. Структурними елементами програми занять є: мета, завдання, принципи, організаційно-методичні умови реалізації програми, а також – критерії визначення її ефективності.

Були визначені організаційно-методичні умови реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із флорболу для дітей 5-6 років.

Дані формуального експерименту свідчать про доцільність та ефективність використання програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів флорболу у процесі фізичного виховання дітей 5-6 років.

**Ключові слова:** засоби флорболу, діти 5-6 років, фізкультурно-оздоровчі заняття, фізичний розвиток, фізична підготовленість, психоемоційна сфера.

## ABSTRACT

**Maksymenko L.M. The Use of Floorball in Physical Education of Children Aged 5-6. – Qualification Research Work. Manuscript.**

Thesis for a Candidate Degree in Physical Education and Sport (PhD) in Speciality 24.00.02 – «Physical culture, physical education of diverse groups of the population». – Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenko, Sumy, Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport, Dnipro, 2018.

The dissertation is devoted to the substantiation, development and evaluation of the effectiveness of the program of sport and fitness classes with means of floorball in the process of physical education of children aged 5-6 to increase their level of morphofunctional state and physical fitness.

The results of the observational experiment on the study of age characteristics of physical development, functional state, physical fitness and psychoemotional scope of children aged 5-6, as well as expert assessment data of specialists of physical education of pre-school institutions, are the basis for the development of a program of sport and fitness classes with means of floorball for children aged 5-6. The structural elements program is: the purpose, tasks, principles, organizational and methodological conditions of the program implementation, as well as the criteria to determine its effectiveness.

Pedagogical conditions to implement the program of sport and fitness classes with means of floorball for children aged 5-6 were determined. They included: orientation of pedagogical actions; professional competence of specialists (instructors in physical education of pre-school institutions); organization of subject-developing environment; support on didactic and specific principles of teaching motor activity and development of physical abilities of children; taking into account the regularities of physical and mental development of senior pre-school children.

The content of the proposed program was both traditional means of physical education of pre-school children (basic movements, general development and marching exercises, active games) and means of floorball sport game.

The main forms to implement the program of sport and fitness classes with elements of floorball are: physical education classes (playing), health and recreation activities in the mode of the day (morning gymnastics, physical activity break), active rest of children (physical education holidays), physical education with parents in the home conditions.

The general structure of the annual cycle of sport and fitness classes with means of floorball for children aged 5-6 with one macrocycle was developed. The latter comprises three stages – preparatory, basic and supporting, each of them has its tasks and content.

Preparatory stage. The objectives: to form an interest to floorball game; to introduce the names of elements of the game, sports equipment (a stick and a ball) and their safe use; to teach general-purpose physical exercises with a stick and a ball; to promote timely physical development, increase the level of morphofunctional state, physical fitness, psycho-emotional sphere of children.

The main stage. The objectives: to teach special-preparatory physical exercises; to improve the skills of the means of the floorball game; to promote the level of psychophysical condition; to promote the development of cognitive processes and speech; to form positive moral and volitional qualities; to promote the socialization of children.

Supporting stage. The objectives: to improve technical-tactical actions in the process of playing floorball; to maintain an adequate level of morphofunctional state and physical fitness; to promote the further development of the personality of children.

The distribution of program material in the annual cycle of sport and fitness classes with the means of floorball was carried out.



The obtained data during the molding experiment testify to the expediency and efficiency of using the proposed program of sport and fitness classes with the means of floorball in the process of physical education of children aged 5-6.

**Key words:** means of floorball, children aged 5-6, sport and fitness classes, physical development, physical fitness, psychoemotional sphere.



Підписано до друку 25.01.2019 р. Формат 60x90/16.

Ум. друк. арк. 1,1. Обл.-вид. арк. 1,3.

Тираж 100 прим. Зам. № 21

Видавництво «ПФ Стандарт-Сервіс»

Свідоцтво про внесення до державного  
реєстру ДК № 3197 від 28.05.2008 р.

м. Дніпро, вул. Володимира Великого, 2, оф. 48.