**Ковальчук Лідія Валеріївна. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання в школі : дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Прикарпатський національний ун-т ім. Василя Стефаника. — Івано-Франківськ, 2007. — 195арк. — Бібліогр.: арк. 149-173.**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Ковальчук Л.В. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання в школі. – Рукопис**.Дисертація на здобуття вченого ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Львівський державний університет фізичної культури, Львів, 2007 рік.Дисертація присвячена проблемі оптимізації психофізичного розвитку шляхом використання народних рухливих ігор різної спрямованості. В роботі проаналізований стан “шкільної зрілості”, який є інтегральним показником фізичного розвитку, психосоматичного здоров’я, фізичної і розумової працездатності; вивчено причини і чинники, що впливають на вищевказані показники і на цій основі розроблена програма фізичного виховання першокласників з метою підвищення рівня їх соматичного здоров’я, фізичної і розумової працездатності, які визначають “шкільну зрілість”.Об’єкт дослідження – процес психофізичної підготовки 6–річних дітей в умовах загальноосвітньої школи. Предмет дослідження – психофізичний розвиток особистості 6-річного школяра. Мета роботи – оптимізація психофізичних якостей 6-річних дітей засобами фізичної культури з метою їх адаптації до навчання в школі.Дисертаційна робота містить новий підхід до розв’язання наукових завдань, що передбачає покращення психофізичного розвитку як чинника готовності 6-річних дітей до навчання в школі. За результатами тестування фізичних і психічних якостей вперше виявлено, що рання соціалізація (навчання з 6-років) за умов низького рівня психофізичного розвитку негативно впливає на фізичну й розумову працездатність, функціональний стан серцево-судинної й дихальної систем, викликає зростання захворюваності дітей. |

 |
|

|  |
| --- |
| 1. Проведений ретроспективний аналіз наукової літератури виявив негативний вплив чинників “ранньої соціалізації” на рівень рухової активності, фізичний розвиток і фізичну підготовленість першокласників, що є причиною погіршення стану їхнього соматичного здоров’я і призводить до зниження їхньої фізичної і розумової працездатності. Низький рівень психофізичного розвитку є причиною зростання (до 73%) кількості дітей із низьким рівнем “шкільної зрілості”.2. Недостатня психофізична готовність шестирічних дітей до навчання в школі призводить до ретардації фізичного розвитку. Зокрема, 37,5% обстежених дітей мали меншу ніж вікова норма довжину, а 12,5% масу тіла, 18,7% – окружність грудної клітки. При цьому у 82,3% хлопчиків і 86,2% дівчаток було виявлено низький рівень фізичного розвитку.3. Між рівнем рухової активності, станом соматичного здоров’я і “шкільною готовністю” існує тісний кореляційний взаємозв’язок (r=0,89). Серед першокласників з низьким рівнем рухової активності і соматичного здоров’я 87% дітей мають недостатній рівень “шкільної готовності”; з середнім рівнем – 52%, а серед дітей із високим рівнем рухової активності і соматичного здоров’я тільки 12% характеризуються низьким станом “шкільної готовності”.4. Стан психічної готовності дітей 6-річного віку до навчання в школі є недостатнім. За результатами переробки оперативної пам’яті, швидкості переробки зорової інформації, рівня саморегуляції й коефіцієнта продуктивності виявлено, що серед хлопчиків-першокласників психічно “зрілих” є 16%, середньо-зрілих – 46,5% і “незрілих” – 37,5%, а з поміж дівчаток відповідно 16,5%, 60, 5% і 23,0%.За деякими показниками (швидкість переробки зорової інформації, оперативної пам’яті) 6-річні дошкільники уступають їхнім ровесникам-школярам. Проте, час аналізу одного знаку, коефіцієнт продуктивності у них є більшим. У дівчаток рівень розумової працездатності є вірогідно вищим, ніж у хлопчиків.5. Експериментальна програма оптимізації психофізичного розвиту дітей 6-річного віку включала народні рухливі ігри та забави різної спрямованості, що створює умови для комплексного розвитку психофізичних якостей. У режимі навчального дня вони покликані підняти продуктивність навчальної діяльності, запобігти гіпокінезії, створити умови для спільно узгоджених дій, розвитку рухової та оперативної пам’яті, а в позашкільних умовах спрямовані на оптимізацію активного відпочинку відповідно до індивідуальних можливостей організму.6. Реалізація експериментальної програми забезпечила першокласникам досягнення вікової норми фізичної підготовленості. Найбільші зрушення відбулися в розвитку витривалості (у хлопчиків – на 35%, у дівчаток – на 32,7%), м’язової сили (25 і 33,3%) і швидкісно-силових здібностей (16,5 і 20,3%). Найістотніші зміни щодо фізичної підготовленості сталися у групі ЕПГ-3: у хлопчиків – на 20,5%, у дівчаток – на 24,4%; у групі ЕПГ-2 – відповідно на 9,7 і 10,1%, а в групі ЕПГ-1 – на 6,0 і 5,3%.7. У першокласників експериментальної групи впродовж навчального року відбулися статистично вірогідні (Р<0,05) зміни за всіма показниками соматичного здоров’я: життєвий індекс збільшився на 36,6%, силовий – на 17,6%, індекс Робінсона – на 4,8 ум.од., відповідність маси довжині тіла – на 50%, індекс Руф’є – на 48,4%. Щодо соматичного здоров’я, то у групі ЕПГ-3 воно покращилося у хлопчиків на 27,6%, у дівчаток – на 41,2%; у групі ЕПГ-2 показники зросли відповідно на 22,8 і 17,3%, у групі ЕПГ- 1 – на 20,8 і 22,4%. Фізична працездатність першокласників зросла у хлопчиків на 16%, а у дівчаток на 11% і становила відповідно 71,0 і 65,0 Вт, що відповідає у хлопчиків вищому від середнього, а у дівчаток – середньому рівню і є запорукою стійкості організму 6-річних дітей до психоемоційних навантажень і успішного навчання.8. Розроблена й реалізована програма фізичного виховання для першокласників з пріоритетним використанням народних рухливих ігор забезпечила зростання добової рухової активності (хлопчики – 25,5%, дівчатка – 23,9%) й психофізичних властивостей, які визначають “шкільну готовність”. Так, результати в тесті Керна-Йерасека змінилися з 11,5 до 6,5 бала (Р<0,05); у тестах на розумову працездатність результати підвищилися на 16,2% (Р<0,01). Оцінка “шкільної готовності” за результатами проведеного педагогічного експерименту виявила зменшення кількості “незрілих” дітей на 85%.Перспективи подальших досліджень з цього напрямку пов’язані з розробкою моделі психофізичної готовності дітей старшого дошкільного віку до навчання в школі. |

 |