

ВОЛИНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ

ОМЕЛЬЯНЕНКО Інна Олександрівна

УДК 372.3:796

**РОЗВИТОК ПСИХОМОТОРНИХ ЗДІБНОСТЕЙ
ПЕРШОКЛАСНИКІВ НА УРОКАХ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання
різних груп населення

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т

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

Луцьк – 1999

Дисертацією є рукопис
Робота виконана в Тернопільському державному педагогічному університеті імені
Володимира Гнатюка, Міністерство освіти України

Науковий керівник: доктор педагогічних наук, професор
Шиян Богдан Михайлович, Тернопільський
державний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка, завідувач кафедри
теоретичних основ і методики фізичного
виховання

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
Вільчковський Едуард Станіславович,
Інститут проблем виховання АПН України,
старший науковий співробітник лабораторії
фізичного виховання

доктор психологічних наук, професор
Клименко Віктор Васильович, Київський
міжрегіональний інститут удосконалення
вчителів ім. Б.Грінченка, професор кафедри
психології

Провідна установа: Львівський державний інститут фізичної
культури, Державний комітет України з фізичної
культури і спорту, м.Львів

Захист відбудеться “ 2 ” квітня 1999 р. об 11 годині на засіданні спеціалізованої вченої
ради К.32.051.02 у Волинському державному університеті імені Лесі Українки
(263000, вул.Винниченка, 30).

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Волинського державного університету
імені Лесі Українки (263000, вул.Винниченка, 30).

Автореферат розісланий “ 2 ” березня 1999 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради,
кандидат педагогічних наук, доцент

Цьось А.В.

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність та ступінь дослідження проблеми. Сучасна українська національна система освіти і виховання базується на принципах гуманізму та демократизму. Утвердження людини, як найвищої соціальної цінності, забезпечення умов кожному громадянину для розвитку і повного розкриття своїх потенційних фізичних та психічних можливостей – стало основним теоретичним положенням всіх ступенів освіти на Україні.

Державні документи, якими керується педагог в своїй діяльності, зокрема, Закон України “Про освіту”, Державна національна програма “Освіта” (“Україна ХХІ століття”) орієнтують сучасну освіту на розвиток здібностей, нахилів, індивідуальності та таланту особистості, формування готовності до самоосвіти, інтелектуального потенціалу нації.

В цьому контексті перегляду та переосмисленню підлягають і завдання фізичного виховання, які теж мають бути зорієнтовані на становлення особистості, розвиток здібностей та таланту. Одним з них є розвиток психомоторних здібностей.

Завдання, пов’язані з процесом оволодіння людиною власним руховим апаратом, мають “загальнолюдське” значення, так як зустрічаються у найрізноманітніших сферах його життя.

Аналізуючи існуючу літературу ми виявили наявність інтересу вітчизняних та зарубіжних дослідників до деяких аспектів предмета нашого дослідження. Серед них: розвиток психомоторних здібностей спортсменів з врахуванням їх вузької спеціалізації (С.Ф.Евсеева,1976; Е.П. Ильин 1976; Ж.Е.Фирилева,1976; Ф.Н.Рахимов,1987; А.М.Шлемин, И.Г.Зюзько,1981; Е.Н.Сурков,1984) вплив психомоторної активності на психічний розвиток дитини (А.А.Гужаловский,1965; Г.Д.Горбунов, Л.В.Чехарина,1972; М.Б.Стамбулова,1978; М.Ш.Адилова,1988); теоретична розробка механізмів психомоторики (К.К.Платонов,1972; И.М.Туревский,1980; Н.П.Гуменюк, В.В.Клименко,1985; Ю.А.Живоглядов,1988); визначення змісту психомоторних здібностей (Р.Н.Сингер,1980; В.М.Мельников,1987; Б.Б.Коссов,1989; В.П.Озеров,1989); розробка методик розвитку окремих психомоторних здібностей в процесі фізичного виховання (Л.Н.Цейтлина,1980; Ю.М.Кабанов,1992; Т.Клоубук,1992; О.В.Кізіма,1994; виявлення сенситивних періодів розвитку психомоторних здібностей (Л.Ф.Евсеева,1976; А.Г.Дежников,1977; В.С.Переверзев,1985; В.А.Чекалов,1989; Е.С.Тушкова,1989; С.Н.Михайлова,1990).

Водночас, незважаючи на доволі широкий спектр досліджуваних напрямків, недостатньо розробленою залишається методика розвитку психомоторних здібностей школярів, що негативно позначається на процесі їх фізичного виховання.

Таким чином, актуальність теми нашого дослідження зумовлюється з одного боку об’єктивними суспільними потребами у формуванні особистості з досконалими психомоторними здібностями, з іншого - відсутністю теоретично обґрунтованої системи розвитку психомоторних можливостей школярів і недостатньою розробкою методики їх цілеспрямованого удосконалення.

Об’єкт дослідження: психомоторика людини в процесі розвитку.

Предмет дослідження: система психомоторних здібностей і шляхи їх удосконалення у першокласників на уроках фізичної культури.

Мета дослідження полягає у вивченні психомоторних здібностей і особливостей їх розвитку та розробці на цій основі шляхів оптимізації процесу фізичного виховання першокласників.

Гіпотеза дослідження. Передбачалось, що: **визначення** системи розвитку психомоторних здібностей в процесі фізичного виховання сприятиме розвитку психомоторних можливостей першокласників; **удосконалення** психомоторних здібностей першокласників буде оптимізуватись внаслідок продуктивності розробленої нами системи педагогічного впливу; **виховання** дітей у дитячих садках позитивно впливає на удосконалення психомоторних здібностей; **психомоторні** здібності першокласників будуть детермінуватись якістю сформованості у них постави.

У відповідності з метою та гіпотезою, перед дослідженням ставились такі **задачі**:

1. Визначити структуру психомоторних здібностей їх прояви і критерії оцінки досконалості.

2. Розробити шкали оцінок психомоторних здібностей першокласників.
3. Виявити вплив різних факторів на психомоторний розвиток першокласників.
4. Розробити програму розвитку психомоторних здібностей у першокласників.

Наукова новизна: виявлено залежність досконалості психомоторних здібностей першокласників від впливу окремих чинників, вивчені взаємозв'язки проявів і величин окремих психомоторних здібностей, створено систему розвитку психомоторних можливостей, необхідних у процесі фізичного виховання школярів.

Практична значущість роботи полягає в розробленому поурочному плануванні уроків фізичної культури для учнів перших класів середніх шкіл з метою розвитку їх психомоторних здібностей; у розроблених рекомендаціях оцінки досконалості окремих психомоторних здібностей; у розроблених методичних рекомендаціях щодо розвитку психомоторних здібностей першокласників.

Результати дослідження можуть бути використані при проведенні занять з теорії і методики фізичного виховання, методики фізичного виховання в школі, психології фізичного виховання на факультетах фізичного виховання.

Особистий внесок здобувача. Автором дисертації науково обґрунтована система розвитку психомоторних здібностей першокласників, удосконалена технологія їх формування.

Серед опублікованих наукових праць одна з них у співавторстві з вчителем фізичного виховання Тераз С. “Рівновагу розвивають змалку”. Дисертанті належить ідея та теоретична розробка проблеми, що розглядається у статті.

Апробація результатів дослідження здійснювалась шляхом публікацій науково-методичних праць і виступів на: Всеукраїнській науково-практичній конференції “Актуальні проблеми оздоровчої фізкультури, спорту дітей-інвалідів та валеології в навчальних закладах України” в м.Кіровограді (1996); Всеукраїнській науковій конференції “Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти” в м.Тернополі; збірнику науково-методичних статей “Молодіжні проблеми в Україні: стан та шляхи вирішення” в м.Львові (1997) а також на загальнофакультетських та кафедральних науково-методичних конференціях.

Публікації. Основні положення дисертаційного дослідження опубліковані у методичних рекомендаціях та шести статтях провідних наукових фахових видань, матеріалах всеукраїнських конференцій і збірниках наукових праць.

Структура і обсяг дисертації. Дисертація складається із вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, бібліографії та додатків. Текст роботи викладений на 168 сторінках. Дисертація ілюстрована 32 таблицями та 43 рисунками. В літературних джерелах наводиться 208 робіт, в тому числі 18 робіт зарубіжних авторів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтована актуальність проблеми, визначені об'єкт, предмет дослідження, гіпотеза, мета, завдання, розкривається наукова новизна, теоретичне та практичне значення.

У першому розділі – “**Теоретичний аналіз проблеми психомоторних здібностей**” - визначено діяльнісний характер психомоторних здібностей; розкрито їх психологічну природу; розглянуто зміст і показники розвитку психомоторних здібностей; визначено сенситивний період їх розвитку; дано характеристику методиці розвитку психомоторних здібностей школярів.

Психомоторні здібності мають діяльнісний характер, розвиваються і проявляються в процесі успішної психомоторної діяльності, поліпшуючи її якість. Вони є необхідною умовою здійснення даної діяльності. Психомоторні здібності, що забезпечують процес фізичного виховання та є його результатом мають такі характерні риси: вони роблять можливим засвоєння широкого та різноманітного кола психомоторних дій; забезпечують управління руховими діями в

мінливих умовах; гарантують можливість самостійного набуття нових умінь та навичок; є необхідними та достатніми для засвоєння основи будь якої психомоторної дії.

Психомоторні здібності - це якісні новоутворення, що виступають у формі функціональних систем та формуються в процесі онтогенезу. Психомоторика – функціональний орган організму, що забезпечує процеси суб'єктивізації та об'єктивізації через рухи людини. Механізми психомоторики забезпечують регуляцію рухів і передбачають наявність в кожному з них трьох складових: сенсомоторики, ідеомоторики, моторики (К.К.Платонов,1972; Н.П. Гуменюк, В.В.Клименко, 1985).

Молодший шкільний вік є найкращим періодом для розвитку психомоторних здібностей (В.С.Фарфель,1975; С.А.Косилов,1991). Методичні прийоми удосконалення психомоторних здібностей спрямовані на розвиток здатності до довільного керування рухами (А.Т.Штука,1984; Б.Б.Коссов,1989), які реалізуються через мовні засоби, фізичні вправи, в тому числі, рухливі ігри (О.А.Конопкин,1980; В.А.Чекалов,1989).

Формування сенсорних метричних еталонів досягається шляхом активізації функцій одних аналізаторів за рахунок штучного виключення інших, що обумовлює розвиток психомоторних здібностей (Ю.В.Верхошанский, 1988). Удосконалення психомоторних здібностей відбувається через розвиток самостійного мислення та формування розумових здібностей в процесі діяльності. Ефективним методом цього є включення одних і тих же рухів в систему вирішення різних рухових завдань.

У другому розділі – **“Теоретичне обґрунтування системи розвитку психомоторних здібностей”** – сформована система їх розвитку у школярів, яка включає в себе структуру, критерії та прояви психомоторних можливостей.

Визначені психомоторні здібності, необхідні та достатні для оптимізації процесу фізичного виховання школярів, а саме: 1)**відтворення** часових параметрів, динамічних зусиль, просторових параметрів, 2)**диференціювання** часових параметрів, просторових параметрів, динамічних зусиль, 3)**переключення** тону між групами м'язів, в складнокоординаційних вправах, в мінливих умовах. Взаємовплив елементів структури психомоторних здібностей прослідковується у спільності компонентів їх механізмів.

Система розвитку психомоторних здібностей включає в себе такі критерії оцінки їх досконалості: **динаміка** засвоєння нових рухів та рухових дій; **точність** їх виконання; **пластичність** та **раціональність**, **економічність**, **доцільність**, **своєчасність**. Показниками досконалості психомоторних здібностей є фізичні властивості та параметри рухів: **тривалість**, **темп**, **амплітуда**, **напрямок**, **швидкість**, **сила**, **ритмічність**, **рівновага**; **реципрокна** і **динамічна** види координації, **спритність**; **швидкість і міцність** засвоєння нових рухів і рухових дій.

У третьому розділі – **“Організація, методика та контингент дослідження”** - визначені методи дослідження; його етапи; контингент досліджуваних; контрольні вправи та організація тестування психомоторних здібностей; розроблена нами методика розвитку психомоторних здібностей.; методика формування постави.

Для перевірки гіпотези і вирішення поставлених завдань використовувались такі **методи дослідження**:

- теоретичні: аналіз наукової літератури; методи порівняння та систематизації теоретичних даних, теоретичного моделювання;
- емпіричні методи дослідження: анкетування, педагогічне спостереження, тестування, а також педагогічний експеримент (констатуючий, формуючий та контрольний етапи), методи математичної статистики.

Педагогічний експеримент проводився в перших класах середніх шкіл № 7, №9, № 12 та № 16 міста Тернополя. В дослідженні взяло участь 230 дітей шести-семи річного віку.

Сформований блок тестів на розвиток психомоторних здібностей включає в себе десять

контрольних вправ. Тести підбиралися з урахуванням комплексу психомоторних здібностей їх проявів та величин.

В процесі формування програми розвитку психомоторних здібностей ми керувались принципом розвиваючого навчання.

У відповідності з існуючими рівнями побудови рухів (М.О.Берштейн), нами виділені етапи розвитку психомоторних здібностей першокласників, які відображають діалектичні переходи від одних психофізіологічних механізмів їх удосконалення до інших, що сприяє розвитку психомоторних можливостей школяра.

Першим етапом в системі розвитку психомоторних здібностей є удосконалення можливостей до переключення, що проявляються в рівновазі.

Другим етапом, згідно нашої системи, є розвиток психомоторних здібностей: до відтворення часу (тривалості, темпу); до диференціювання часу та до переключення, що проявляється у реципрокній координації.

Третім етапом передбачено формування психомоторних здібностей до відтворення і диференціювання простору (амплітуди, напрямку), динамічних зусиль а також здібності до переключення, що проявляється у динамічній координації.

Удосконалення здібності до переключення в мінливих умовах є четвертим етапом розвитку психомоторних здібностей школярів. Послідовність їх удосконалення в межах одного рівня в наших дослідженнях залежала від результатів тестування вихідного стану психомоторних здібностей та рекомендацій інших авторів [А.Г.Дежников,1977; О.В.Кізима,1994].

Загальна схема завдань, спрямованих на розвиток психомоторних здібностей, що забезпечують керування часом, простором включає в себе: створення понятійного апарату у відповідності з проявами здібностей; порівняння різних величин конкретного прояву (без рухової діяльності та при виконанні фізичних вправ); оцінку в метричних вимірах (по можливості); відтворення та диференціювання різних величин (та інших показників) конкретного прояву психомоторної здібності.

Розвиток психомоторних здібностей до відтворення та диференціювання динамічних зусиль; до переключення, що проявляються у реципрокній та статичній координації не конкретизуються нами у завданнях уроків. Формування цих здібностей відбувається шляхом поступового ускладнення фізичних вправ і їх різноманітності.

Для удосконалення психомоторних здібностей нами були сформовані групи вправ на рівновагу і реципрокну координацію. В кожній групі вправи були розташовані в порядку зростаючої складності, в залежності від умов їх виконання. Високий рівень конкретизації умов дає можливість підбирати нові однотипні вправи для підтримання інтересу учнів до вирішення навчальних завдань. Для забезпечення розвиваючого ефекту при удосконаленні здібностей до відтворення та диференціювання часу, м'язових зусиль, простору використовувались інші способи поступового ускладнення вправ.

В основу підбору методичних напрямків для розвитку психомоторних здібностей нами було покладено положення про вирішальне значення сенсорних систем у процесі регулювання рухів.

Визначені напрямки розвитку здібностей до відтворення та диференціювання часу реалізувались через такі методичні прийоми: а)порівняння часових характеристик поза руховою діяльністю та при виконанні рухів (більша, менша, однакова тривалість; прискорений, сповільнений, рівномірний темп); б)визначення тривалості у метричних вимірах поза руховою та в руховій діяльності; в)відтворення часу з урахуванням його проявів поза руховою та в руховій діяльності (велика, середня, мала тривалість; прискорений, сповільнений, оптимальний темп); г)диференціювання часу з урахуванням його проявів поза руховою та в руховій діяльності (від грубого до тонкого); г)поєднання різних за тривалістю та темпом рухів.

Реалізація напрямків розвитку здібностей до відтворення та диференціювання простору здійснювалась через наступні методичні прийоми: а)оцінка різновидів напрямку та амплітуди

руху; б) порівняння напрямків (вище, нижче; правіше, лівіше тощо) та амплітуд руху (більша, менша); в) розвиток моторної симетрії, через симетричне відтворення рухів (відтворення різновидів напрямків та амплітуд рухів; диференціювання простору від грубого до тонкого з урахуванням його проявів); г) відтворення та диференціювання простору (направків та амплітуд рухів) у повторних спробах; д) відтворення та диференціювання амплітуди рухів у відповідності з оцінкою точності лінійної відстані; ж) поєднання в руховій дії рухів різних напрямків та амплітуд.

Методичними прийомами розвитку здібностей до відтворення та диференціювання м'язових зусиль служили: розвиток моторної симетрії, відтворення еталонних м'язових зусиль, диференціювання м'язових зусиль.

Зважаючи на спільність механізмів психомоторних здібностей, поряд з окремими методами їх удосконалення, ми вирішували завдання, щодо розвитку спільних елементів психомоторних можливостей: сенсомоторики, ідеомоторики, моторики. Удосконалення процесу мислення в нашій методиці відбувалось через зміну завдань дії. Методичні прийоми, що забезпечують розвиток сенсомоторного компоненту механізмів психомоторних здібностей підбирались у відповідності з визначеними К.К.Платоновим видами сенсомоторних процесів.

Поряд із завданнями, спрямованими на розвиток психомоторних здібностей передбачено вирішення інших освітніх та оздоровчих завдань. Зміст засобів, що використовувались, виходить за межі навчальної програми за рахунок введення нами в навчальний процес значної кількості різноманітних, цілеспрямованих вправ.

Послідовність використання засобів протягом навчального року визначалась їх складністю та наступністю завдань щодо розвитку психомоторних здібностей. Засоби, спрямовані на розвиток психомоторних здібностей, використовувались в усіх частинах уроку. Місце їх розташування на уроці визначалося в залежності від змісту вправ та рівня розвитку психомоторної здібності.

У четвертому розділі - **“Результати дослідження”** - наведено результати констатуючого експерименту по виявленню рівня розвитку психомоторних здібностей першокласників та визначення факторів, які вплинули на їх стан. Ефективність розробленої методики підтверджена даними педагогічного експерименту.

Результати констатуючого експерименту, наведені в таблиці 1, свідчать про

Таблиця 1

Середні результати констатуючого тестування психомоторних здібностей першокласників

№	Статистичні дані	Загальний показник $M_x \pm S_{ms}$	Контрольний клас $M_x \pm S_{ms}$	Експериментальний клас $M_x \pm S_{ms}$
1	Час утримання рівноваги, с	46,1 ± 0,98	47,53 ± 0,89	44,64 ± 1,06
	Час виникнення тремору, с	22,42 ± 1,11	23,86 ± 1,06	20,97 ± 1,16
2	Час виконання 10 стрибків, с	5,83 ± 0,11	5,91 ± 0,08	5,74 ± 0,13
	Кількість стрибків з порушенням узгодженості рухів, раз	6 ± 0,19	7 ± 0,	6 ± 0,19
3	Похибка відтворення короткого часового відрізка, с	1,6 ± 0,37	1,34 ± 0,08	1,86 ± 0,12
	Похибка відтворення довгого часового відрізка, с	2,34 ± 0,23	2,24 ± 0,13	2,43 ± 0,14
4	Диференціювання короткого часового відрізка, %	+	84,28 ± 6,02	81,69 ± 5,61
		-	33,34 ± 3,06	29,33 ± 2,48
	Диференціювання довгого часового відрізка, %	+	50,92 ± 3,69	51,36 ± 3,3
		-	47,24 ± 4,07	41,93 ± 3,53
5	Відтворення повільного темпу, раз	11 ± 1,43	9 ± 0,62	11 ± 0,93

	Відтворення швидкого темпу, раз				12 ± 1,59	10 ± 0,62	13 ± 0,73
6	Диференціювання темпу, раз				16 ± 1,00	14 ± 1,00	18 ± 1,00
7	Похибка просторової точності	Амплітуда	Мала	0	11 ± 0,7	12 ± 0,83	11 ± 0,56
				+	14 ± 2,28	15 ± 2,17	14 ± 2,38
				—	13 ± 1,73	13 ± 1,64	13 ± 1,82
			Велика	0	16 ± 1,11	17 ± 1,09	16 ± 1,12
				+	15 ± 1,19	15 ± 1,05	16 ± 1,33
				—	17 ± 1,23	17 ± 1,27	17 ± 1,19
		Напрямо	Малі величини	0	10 ± 1,85	10 ± 2,12	10 ± 1,57
				+	14 ± 2,29	15 ± 2,42	13 ± 2,15
				—	16 ± 1,79	16 ± 1,83	16 ± 1,74
			Великі величини	0	17 ± 2,53	27 ± 2,45	27 ± 2,61
				+	29 ± 3,31	29 ± 3,15	30 ± 3,47
				—	25 ± 2,68	25 ± 2,81	24 ± 2,55
8	Похибка точності м'язових зусиль			0	3,96 ± 1,13	3,68 ± 1,11	4,24 ± 1,14
				+	6,12 ± 2,13	6,24 ± 2,13	5,99 ± 2,13
				—	4,23 ± 1,12	4,18 ± 1,12	4,27 ± 1,11

Примітка: (+)—збільшення параметру; (—) — зменшення параметру; (0) — відтворення параметру.

низький рівень розвитку психомоторних здібностей за виключенням одного з показників здібності до переключення тону, що проявляється у рівновазі (час утримання рівноваги).

На підставі отриманих результатів констатуючого експерименту були розроблені шкали оцінок психомоторних здібностей першокласників (табл.2).

Таблиця 2

Шкали оцінок рівня розвитку здібності до відтворення та диференціювання напрямку руху першокласників

Класи, градуси	Малі величини, n			Великі величини, n			Оцінка
	0	—	+	0	—	+	
0 – 5	34	25	15	15	16	35	5
6 – 10	59	46	41	14	13	11	4
11 – 15	85	79	83	50	27	29	3
16 – 20	33	44	56	44	53	42	2
21 – 25	14	31	30	99	113	100	1

Фактори, що впливають на стан психомоторних здібностей. Досліджувались статевий (хлопці і дівчата), віковий (першокласники шести та семирічного віку), педагогічний (діти, які виховувались в дитячому садочку і вдома) і руховий (діти, які до вступу в початкову школу займалися і не займалися фізичними вправами під керівництвом фахівця) фактори.

Виявлено, що час утримання рівноваги в здібності на переключення тону м'язів кращі у дітей, які виховувались вдома у порівнянні з тими, хто відвідував дитячий садок (36% проти 24% утримували стійке положення протягом 50-60сек); у дівчат (39 %) ніж у хлопців (28%) та у тих, хто займався фізичними вправами до вступу до школи у порівнянні з тими, хто ними не займався (31 % проти 26 %).

Жоден з визначених нами критеріїв не є визначальним щодо стану реципрокної координації. В точності відтворення коротких часових відрізків незначну перевагу мають діти, які не відвідували дитячий садочок та ті, хто до вступу до школи не займався фізичними вправами).

Суттєвий вплив на стан здібності до диференціювання часу має віковий чинник. Так у 53 % досліджуваних 1989 року народження проти 25 % досліджуваних 1990 року народження цей показник був кращим на зменшенні короткого часового відрізка, у 7 % проти 3 % - на його збільшенні та у 20 % проти 2% - на зменшенні довгого часового відрізка.

Спостерігається також незначна перевага рухового чинника, тобто діти, які займалися фізичною культурою порівняно з тими, хто не займався краще зменшують і збільшують короткий часовий відрізок і зменшують – довгий, відповідно 33% учнів проти 25%, 7% проти 2% та 5% проти 3%. Найкраще відтворювали темп досліджувані семирічки та діти, які відвідували садочок (відповідно 14 і 12 кроків). Точніше диференціювали темп дівчата, діти шестирічного віку, ті хто відвідували дитячий садочок і займалися фізичною культурою. При відтворенні (38% проти 3%) та диференціюванні (28% проти 8% при збільшенні) малої амплітуди руху перевагу мають лише діти семирічного віку.

У здатності до відтворення та диференціювання великої амплітуди руху певний вплив мають педагогічний і руховий фактори та значний – віковий на користь старших однокласників (19% проти 1% при відтворенні, 34% проти 9% при збільшенні, 8% проти 1% при зменшенні).

У здатності до відтворення та диференціації напрямку руху помітну (в 2-3 рази) перевагу мають лише діти-семирічки. Першокласники, які до вступу до школи виховувались вдома та ті, хто займалися фізичними вправами, мають кращі результати в усіх досліджуваних психомоторних функціях регулювання м'язовими зусиллями по відношенню до дітей інших груп, з якими вони порівнювались.

Досліджувався вплив стану постави на розвиток психомоторних здібностей. До початку експерименту у досліджуваних першокласників не виявлено зв'язку між досконалістю постави і різними психомоторними здібностями за виключенням здібності до переключення тону м'язів і реципрокної координації ($r_e = 0,41$ і $r_k = 0,33$ та $r_e = 0,57$ і $r_k = 0,36$), які стали міцнішими в кінці формуючого експерименту, відповідно $r_e = 0,57$ і $r_k = 0,36$ та $r_e = 0,69$ і $r_k = 0,42$.

В кінці експерименту в експериментальних класах був виявлений ще один достовірний позитивний зв'язок між відтворенням напрямку руху і досконалістю постави ($r = 0,35$ та $r = 0,41$) а також незначне покращання кореляційних зв'язків між удосконаленням постави та розвитком решти психомоторних здібностей

Дослідження зв'язку між показниками тесту, проявами психомоторних здібностей та їх величинами. Кореляційний аналіз показав, що між часом утримання рівноваги і часом виникнення тремору в застосованому тесті є середній зв'язок – $r = 0,314$; між часом виконання тестової вправи на реципрокну координацію і кількості допущених в ній помилок зв'язок виявився слабким $r = 0,091$, що необхідно враховувати в процесі тестування.

Коефіцієнт кореляції між точністю відтворення: короткого і довгого часових відрізків становить $r = 0,24$; повільного і швидкого темпу – $r = 0,11$; великої і малої амплітуди $r = 0,231$; малих і великих величин напрямку $r = 0,047$.

Між проявами часових (тривалість, темп) та окремо просторових (амплітуда, напрямок) психомоторних здібностей коефіцієнти кореляції наближені до нуля. (виключенням є м'язові зусилля, де $r = 0,375$). Лише між відтворенням швидкого темпу та відтворенням і диференціюванням (збільшенням, зменшенням) короткого часового відрізка існують слабкі зв'язки, відповідно $r = 0,215$; $r = 0,238$ та $r = 0,264$.

Подібна залежність спостерігається і між регулюванням повільним темпом та довгими часовими відрізками ($r=0,198$; $r=-0,251$; $r=0,218$). Між результатами зменшення та збільшення м'язових зусиль $r=0,375$. Це необхідно враховувати в методиці розвитку психомоторних здібностей та підбирати відповідні засоби на зменшення та збільшення показників при диференціюванні; з врахуванням їх проявів та величин.

Враховуючи особливості діяльності учнів на уроках фізичної культури та труднощі, що виникали у першокласників при роботі з секундоміром, поряд із загальноприйнятим тестом на визначення здібностей до відтворення і диференціювання часової тривалості, ми пропонували учням тест-дублер. Коефіцієнт кореляції загальноприйнятого тесту і тесту-дублера при дослідженні здібності до відтворення часу (тривалості) дорівнює $r=0,904$, а при диференціюванні - $r = 0,93$ - при збільшенні та $r = 0,86$ при зменшенні, що свідчить про його надійність.

Простота виконання тесту-дублера та належність до досліджуваної діяльності (присідання з оплеском над головою) є перевагами над загальноприйнятим тестом. Вважаємо, що розробка нових тестів для першокласників у відповідності з вище зазначеними критеріями є актуальною.

Вплив експериментальної методики на досконалість психомоторних здібностей. В усіх досліджуваних класах після формуючого експерименту відбулися зрушення у рівні розвитку психомоторних здібностей першокласників. При цьому, їх величини, напрямок та якість у різних груп не однакові (рис. 1).

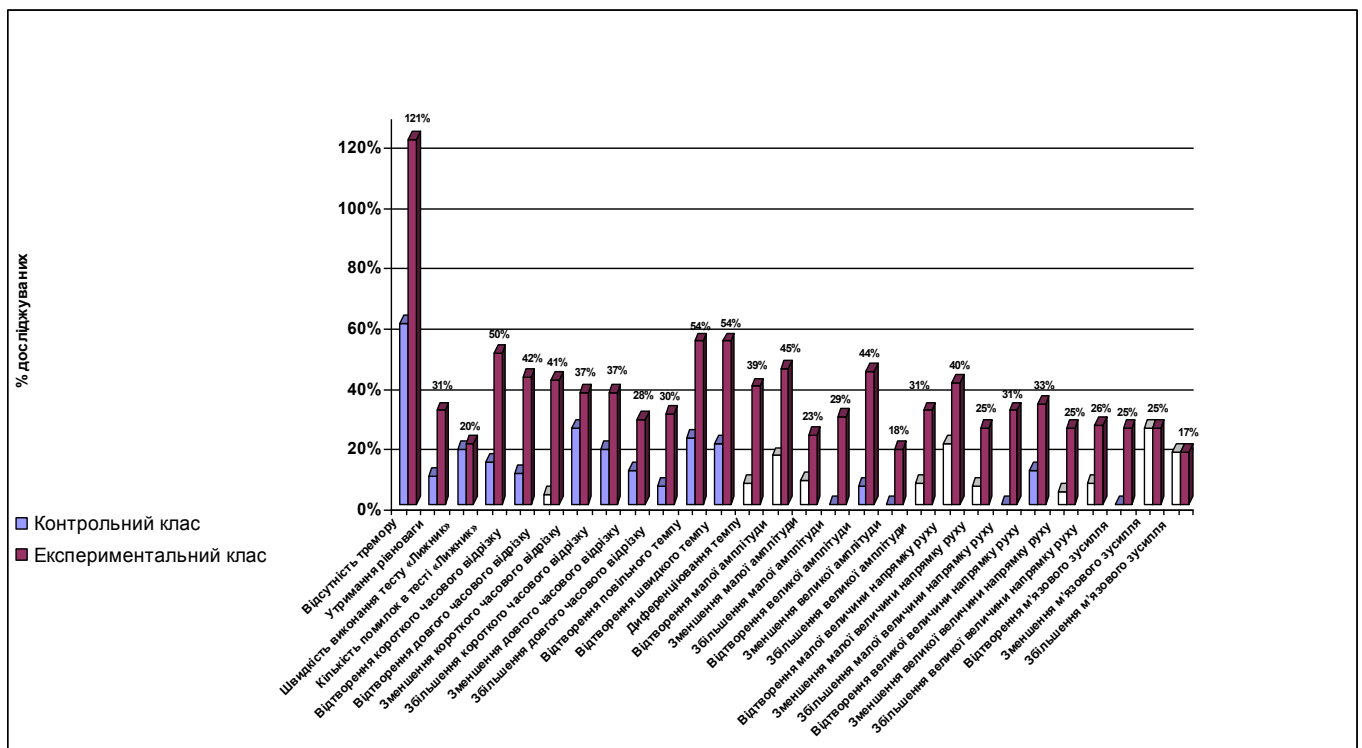


Рис.1. Показники ефективності експериментальної методики у розвитку психомоторних здібностей.

В експериментальних класах всі показники психомоторних здібностей покращились від 17 % при збільшенні м'язових зусиль до 121 % у часі виникнення тремору; в контрольних – деякі з них дещо покращились (від 6% при збільшенні довгих відрізків до 60% у часі виникнення тремору), інші не зазнали змін (збільшення малих величин напрямку, відтворення м'язових зусиль тощо),

окремі навіть погіршилися (відтворення довгого часового відрізка, зменшення малих величин напрямку, диференціювання м'язових зусиль тощо).

Аналіз результатів тесту на визначення рівня розвитку здібності до переключення тону м'язів показав, що і в контрольних і в експериментальних класах відбулись позитивні зрушення досліджуваної якості. Через доступність тесту учні контрольних та експериментальних класів на початку експерименту показали високі результати ($M_x = 46,1$ с), тому значного приросту тут ми не очікували. В контрольній групі приріст становив 9 %, в експериментальній – 22 %. Ще більшою є різниця в результатах часу виникнення тремору. В експериментальній групі приріст становив 121 %, в контрольній – 60 %. Це ймовірно пов'язано з тим, що в процеси регуляції тону м'язів включилися більш тонкі механізми, які забезпечують удосконалення здібності до переключення тону м'язів.

На початку експерименту нами виявлено, що тест на відтворення короткого часового відрізка був для першокласників доступнішим у порівнянні з тестом на відтворення довгого часового відрізка. Внаслідок проведеного педагогічного експерименту ми одержали однаковий їх приріст (41 % та 42 %). Це обумовлено підвищеною увагою з боку експериментатора до удосконалення здібності на відтворення довгих часових відрізків, що дає право для висновку про можливість одержання вагомих результатів при умові постійної уваги до їх розвитку.

Результати, одержані при дослідженні здібності першокласників до диференціювання часу, показують, що їх приріст є дещо нижчим у порівнянні з результатами дослідження здібності до відтворення, що, очевидно, пояснюється складністю самої функції.

Показники тестів на відтворення повільного та швидкого темпу в експериментальних класах зросли на 54 %. Відтворення швидкого темпу залишилося для дітей першокласників більш простою справою (13 – 20 кроків), ніж відтворення повільного темпу (11 – 17 кроків), що ми пояснюємо перевагою процесів збудження над гальмуванням.

Показники розвитку здібності до диференціювання часу, що виявляються у темпі, мають найбільший приріст у порівнянні з функцією диференціювання інших параметрів руху. Внаслідок застосованої методики цей показник зріс на 39 %.

Низькі показники розвитку здібностей до відтворення і диференціювання м'язових зусиль в контрольних класах є, на наш погляд, наслідком недосконалості інших психомоторних здібностей, які є основою для регулювання м'язовими зусиллями при виконанні рухових дій у відповідності до теорії М.О.Берштейна.

Той факт, що складні для розвитку першокласникам психомоторні здібності мали відсоток приросту результатів не гірший, ніж “простіші” здібності, на відміну від контрольних класів, є підтвердженням позитивних зрушень у функціях ідеомоторики і сенсомоторики та їх позитивного переносу. Так, при диференціюванні малих величин напрямку середній результат експериментальних груп зріс на 31 % при їх збільшенні і на 25 % при зменшенні величин напрямку. Відповідно на великих величинах напрямку вони зросли на 33 % відсотки і 25 %.

В контрольних класах отримані результати не мали позитивних зрушень у порівнянні з вихідними. Так, показники малих величин напрямку при їх збільшенні не зазнали змін (0 %), а при зменшенні – знизились на 6 %. На великих величинах диференціювання напрямку їх зниження становило відповідно – 7 % та – 4 %.

У п'ятому розділі - **“Аналіз і узагальнення результатів дослідження”** - одержані результати поділяються на три групи: підтверджуючі (1 група); дані, що доповнюють існуючі розробки (2 група) та абсолютно нові з піднятої проблеми (3 група).

В дослідженні підтвердилось, що 6-7-річний вік є сенситивним періодом у розвитку психомоторних здібностей (С.Н.Михайлова, 1990; В.М.Зуев, 1992; В.В.Клименко, 1992). До першої групи належать також дані (А.В.Моложавенко, 1995) про кращий розвиток та удосконалення

показників функції відтворення, ніж диференціювання параметрів руху першокласників. Виділені нами психомоторні здібності та риси, що їх характеризують підтверджують думку (И.М.Онищенко,1975; Р.Н.Сингер,1980; В.М.Мельников,1987) про існування загальних і спеціальних психомоторних здібностей.

Результати нашого дослідження підтверджують літературні дані (А.Г.Дежников,1977 В.И.Александрова, Т.Ф.Дубова, А.Г.Озернюк 1989) про однорідність у показниках збереження рівноваги між хлопцями і дівчатами; у точності відтворення та диференціювання часу, простору, м'язових зусиль та суперечать висновкам досліджень (А.Г.Дежников,1977) про статеву різницю в управлінні довільними діями на користь хлопців. До другої групи відносяться також дослідження, що доповнюють результати інших авторів (М.Ш.Адилова,1988; В.П.Озеров,1989; В.А.Чекалов,1989) про вплив фізичних вправ (особливо рухливих ігор) та спеціально створених умов на удосконалення психомоторних здібностей.

Новою є розроблена система розвитку психомоторних здібностей школярів. До цієї групи даних належить також обґрунтована нами послідовність розвитку психомоторних здібностей, реалізація якої сприяє оптимізації процесу їх удосконалення.

Вперше нами була розроблена система конкретизованих завдань для розвитку психомоторних здібностей в послідовності яких чітко проглядається процес логічного переходу від простого до більш складного. Нами виділені та застосовані в практиці фізичного виховання першокласників методичні прийоми для розвитку ідеомоторики, сенсомоторики, моторики. Ми розробили схеми групування фізичних вправ, які спрямовують розвиток окремих психомоторних здібностей, в залежності від їх складності.

Отримані дані про відсутність кореляційного зв'язку між окремими проявами психомоторних здібностей (амплітуда і напрямок; темп і тривалість часових відрізків) та величинами параметрів рухів (мала і велика, швидкий і повільний). Нами виявлено, що стан постави визначає рівень досконалості окремих психомоторних здібностей.

ВИСНОВКИ

1. На основі аналізу літератури встановлено таке: психомоторні здібності є умовою її продуктивної рухової діяльності людини, що стосується і процесу фізичного виховання; вони проявляються і розвиваються в процесі успішної психомоторної діяльності з-за умови врахування її характерних властивостей; механізми психомоторних здібностей мають психологічну природу і передбачають наявність в кожному з них трьох складових: сенсомоторики, ідеомоторики, моторики; методика розвитку окремих психомоторних здібностей школярів передбачає наявність специфічних тестів для їх виявлення та різноманітні шляхи удосконалення.

2. Виявлено вплив вікового фактору на розвиток психомоторних здібностей першокласників. Незначна різниця у віці першокласників, яка складає часом лише декілька місяців при суттєвій різниці рівня розвитку психомоторних здібностей свідчить про їх бурхливий приріст у 6-7 річному віці. Проте, статевий, педагогічний та руховий фактори не детермінують досконалість психомоторних здібностей першокласників. Діти різної статі та ті, які відвідували дитячі садочки і займались фізичними вправами в спортивних секціях або дошкільних закладах до школи, не мають значних переваг у рівні розвитку психомоторних здібностей над тими першокласниками, хто виховувався вдома і не займався фізичними вправами. У програмах та методичних розробках з фізичного виховання для дошкільних закладів відсутні рекомендації щодо удосконалення психомоторних здібностей.

3. Зміст сформованої нами системи розвитку психомоторних здібностей включає необхідні у процесі фізичного виховання школярів можливості відтворювати: час, динамічні зусилля, простір; диференціювати час, простір, динамічні зусилля; переключення тону м'язів та переключення в складно координаційних вправах. Критерії оцінки та прояви досконалості психомоторних здібностей складають окремі підсистеми у загальній системі їх розвитку. До критеріїв оцінки досконалості психомоторних здібностей належать: динаміка засвоєння нових

рухів та рухових дій; точність їх виконання; пластичність; раціональність, економічність, доцільність, своєчасність, які комплексно оцінюють виконання рухів та рухових дій. Показниками досконалості психомоторних здібностей є: тривалість, темп, амплітуда, напрямок, швидкість, сила, ритмічність, рівновага, реципронна та динамічна види координації, спритність; швидкість і міцність засвоєння нових рухів і рухових дій.

4. Кореляційні зв'язки між часом утримання рівноваги і часом виникнення тремору (здібність до переключення тонусу м'язів) та часом виконання контрольної вправи і кількістю в ній помилок (здібність до переключення, що проявляється у реципронній координації) відсутні (відповідно $r = 0,314$ та $r = 0,091$).

5. Статистична обробка результатів тестування показала, що окремі параметри рухових дій, через які проявляються психомоторні здібності та їх узагальнені величин не залежать один від одного. З урахуванням цього факту повинна будуватись методика удосконалення психомоторних здібностей.

6. Раціональна методика розвитку психомоторних здібностей першокласників передбачає:

- дотримання послідовності розвитку психомоторних здібностей у відповідності з ієрархією формування механізмів психомоторики;
- врахування напрямків розвитку кожної психомоторної здібності на основі провідної ролі сенсомоторного компоненту в їх механізмах;
- використання системи конкретних завдань, спрямованих на розвиток психомоторних здібностей, в якій фізичні вправи розглядається як засоби для їх удосконалення;
- застосування методичних прийомів для розвитку ідеомоторики, сенсомоторики, моторики як компонентів механізмів психомоторних здібностей;
- поступове систематичне підвищення складності фізичних вправ, як умови реалізації принципу розвиваючого навчання у фізичному вихованні.

7. Педагогічний експеримент виявив ефективність розробленої методики розвитку психомоторних здібностей першокласників. В експериментальних класах був отриманий значний приріст результатів з усіх досліджуваних показників – від 17 % при збільшенні м'язових зусиль до 121 % у часі виникнення тремору. В контрольних класах деякі показники дещо покращились (від 2 % до 18 %), інші не зазнали змін, а окремі навіть погіршились (від -2 % до -25 %).

8. Встановлено, що постава є умовою розвитку психомоторних здібностей до переключення тонусу м'язів (до експерименту $r = 0,41$ після експерименту $r = 0,57$); до переключення, що проявляється в реципронній координації (відповідно $r = 0,22$ та $r = 0,69$) та здібності до відтворення простору, що проявились після експерименту у напрямку з великими ($r = 0,35$) і малими ($r = 0,41$) величинами. Виявлено також незначне покращання кореляційних зв'язків після експерименту між удосконаленням постави та розвитком інших психомоторних здібностей.

9. На основі аналізу рекомендованих в літературі тестів для виявлення рівня розвитку психомоторних здібностей та результатів власних досліджень розроблені шкали оцінок рівня розвитку психомоторних можливостей першокласників за п'ятибальною системою, у відповідності до якої рівень досконалості психомоторних здібностей може трактуватися, як “низький”, “нижче середнього”, “середній”, “вище середнього” та “високий”.

Список опублікованих праць за темою дисертації

1. Омеляненко І.О., Тераз С. Рівновагу розвивають змалку // Фізичне виховання в школі - 1998. - № 2. -С.16-19.

2. Омеляненко І.О. Досконалість психомоторних здібностей в залежності від віку, статі та рухової активності першокласників // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков. – 1999. – № 1. – С.25 – 26.
3. Омеляненко І.О. Теоретичні основи комплексної методики розвитку психомоторних здібностей у першокласників // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков. – 1999. – № 1. – С.23 – 25.
4. Омеляненко І.О. Системно-структурний підхід до питання розвитку психомоторних здібностей школярів // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. Серія 3: Педагогіка і психологія. № 2.-1998.-С.15-18.
5. Омеляненко І.О. Концептуальні підходи до питання розвитку психомоторних здібностей у процесі фізичного виховання // Матеріали IV Всеукр. конф. “Актуальні проблеми оздоровчої фізкультури, спорту дітей-інвалідів та валеології в навчальних закладах України”.- Кіровоград,1996- С.123-124.
6. Омеляненко І.О. Психомоторні здібності як основа підвищення рівня фізичної культури підростаючого покоління: Зб.наук.пр.- Львів: ЛДІФК,1997.- С.156-160.
7. І.О.Омеляненко І.О. Методичні рекомендації для розвитку психомоторних здібностей у першокласників в процесі фізичного виховання. - Тернопіль: Видавничий відділ ТДПУ, 1998.- 30с.

АНОТАЦІЇ

Омеляненко І.О. Розвиток психомоторних здібностей першокласників на уроках фізичної культури.- Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02-фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.- Волинський державний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 1998.

Дисертацію присвячено проблемі розвитку психомоторних здібностей першокласників. В дисертації розроблено систему розвитку психомоторних здібностей школярів, яка включає в себе структуру, критерії та прояви досконалості психомоторних можливостей. Теоретично обґрунтовується та практично підтверджується методика удосконалення психомоторних можливостей першокласників. Встановлено вплив постави та вікового фактору першокласників на досконалість окремих психомоторних здібностей. Показано, що виховання дітей у дитячих садках не визначає стан психомоторних здібностей. Розроблені шкали оцінок рівня розвитку психомоторних можливостей першокласників за п'ятибальною системою.

Ключові слова: психомоторні здібності, система, розвиток, критерії розвитку, показники досконалості, ефективність методики.

Омеляненко И. А. Развитие психомоторных способностей первоклассников на уроках физической культуры.- Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02-физическая культура, физическое воспитание различных групп населения.- Волынский государственный университет имени Леси Украинки, Луцк, 1998.

Диссертация посвящена проблеме развития психомоторных способностей первоклассников.

Определен деятельный характер психомоторных способностей; раскрыта их психологическая природа; рассмотрены содержание и показатели развития психомоторных способностей; определен сенситивный период их развития; дана характеристика методике развития психомоторных способностей школьников.

В диссертации разработана система развития психомоторных способностей школьников, которая включает в себя структуру, критерии и проявления совершенства психомоторных возможностей. Определены психомоторные способности, необходимые и достаточные для оптимизации процесса физического воспитания школьников, а именно: 1) воспроизведение

временных параметров, динамических усилий, пространственных параметров, 2) дифференцирование временных параметров, пространственных параметров, динамических усилий, 3) переключение тонуса между группами мышц, в сложно-координационных упражнениях, в изменяющихся условиях.

Система развития психомоторных способностей включает в себя такие критерии оценки их совершенства: динамика усвоения новых движений и двигательных действий; точность их выполнения; пластичность и рациональность, экономичность, целесообразность, своевременность. Показателями совершенства психомоторных способностей являются физические свойства и параметры движений: продолжительность, темп, амплитуда, направление, скорость, сила, ритмичность, равновесие; реципрокная и динамическое виды координации, ловкость; скорость и прочность усвоения новых движений и двигательных действий.

Приведены результаты констатирующего эксперимента по выявлению уровня развития психомоторных способностей первоклассников и определению факторов, которые повлияли на их уровень. Исследовались половой (мальчики и девочки), возрастной (первоклассники шести и семилетнего возраста), педагогический (дети, которые воспитывались в детском садике и дома) и двигательный (дети, которые к поступлению в начальную школу занимались и не занимались физическими упражнениями под руководством специалиста) факторы. Установлены влияние осанки и возрастного фактора первоклассников на совершенство отдельных психомоторных способностей. Показано, что воспитание детей в детском садике не определяет состояние психомоторных способностей.

Теоретически обосновывается и практически подтверждается методика совершенствования психомоторных возможностей первоклассников.

Разработана комплексная методика развития психомоторных способностей и усовершенствована методики развития каждой из них. Комплексная методика представляет собой обоснованную последовательность совершенствования психомоторных способностей первоклассников, систему влияния на формирование их общих компонентов, временные соотношения развития психомоторных возможностей, объединение традиционных задач физического воспитания с задачами усовершенствования способностей. Отдельные методики включают в себя методические направления, приемы, способы и системы задач развития психомоторных способностей.

Определяющим принципом создания программы развития психомоторных способностей стал принцип развивающего обучения.

Выделены этапы развития психомоторных способностей первоклассников, которые отображают диалектические переходы от одних психофизиологических механизмов их усовершенствования к другим, что способствует развитию психомоторных возможностей школьников.

Решались задачи развития общих элементов психомоторных возможностей: сенсомоторики, идеомоторики, моторики.

Во всех исследуемых классах после формирующего эксперимента произошли сдвиги в уровне развития психомоторных способностей первоклассников. При этом, их величины, направление и качество у различных групп не одинаковые.

В экспериментальных классах все показатели психомоторных способностей улучшились; в контрольных – отдельные незначительно улучшились, другие практически не изменились, а некоторые даже ухудшились.

Разработаны шкалы оценок уровня развития психомоторных возможностей первоклассников по пятибальной системе.

Ключевые слова: психомоторные способности, система, развитие, критерии развития, показатели совершенства, эффективность методики.

culture.- the Manuscript.

The dissertation presented to acquire candidate Degree in Physical Training and sport in speciality 24.00.02- physical culture, physical education of different population groups.- The Volynsky state university by Lesya Ukrainka, Lutsk, 1998.

The dissertation is devoted to a problem of development psychomotorik of abilities first former. In the dissertation the system of development psychomotorik of abilities of the schoolboys is developed which includes structure, criterion and display of perfection psychomotorik of opportunities. Theoretically is proved and practically technique of improvement психомоторних of opportunities first former proves to be true. The influence of bearing and century factor first former on perfection separate psychomotorik of abilities is established. Is shown, that the education of children in nursery school does not define a condition psychomotorik of abilities. The developed rating scales of a level of development psychomotorik of opportunities first former behind five-ball system.

Key-words: psychomotorik of ability, system, development, criterion of development, parameters of perfection, efficiency of a technique.