

КОМПЛЕКСНЕ ОЦІНЮВАННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ 5 І 6 РОКІВ ВІДПОВІДНО ДО ВІКОВОЇ І СТАТЕВОЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ

Бермудес Діана Валеріївна,

кандидатка педагогічних наук, доцентка,
доцентка кафедри теорії та методики спорту
Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка
ORCID ID: 0000-0001-8020-4721
Scopus Author ID: 57210311570
ResearcherID: AAJ-8179-2020

Негативні виклики сьогодення: тривала пандемія, війна, вимушене перебування дітей удома перед екранами моніторів комп'ютерів, лише дистанційна можливість навчання, зменшення обсягу й інтенсивності фізичного навантаження – призвели до підвищення нервово-емоційного напруження, значно обмежили в рухах і знизили фізичний розвиток дошкільнят. Особливого значення для дітей дошкільного віку є розвиток координаційних здібностей, адже саме вони сприяють оволодінню, засвоєнню більшості рухових навичок дитьми й беруть участь в управлінні рухами. Тому питання комплексного оцінювання координаційних здібностей дітей 5 і 6 років є важливим необхідним складником у навчально-тренувальному процесі.

Під час дослідження використано такі матеріали й методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення наукової й методичної літератури, педагогічний експеримент, педагогічне тестування, методи математичної статистики. Педагогічний експеримент передбачав дослідження й оцінювання розвитку координаційних здібностей акробатів відповідно до вікової (5 і 6 років) і статевої (дівчатка й хлопчики) диференціації, які тривалий час перебувають в умовах негативних викликів сьогодення: тривалої пандемії й війни. Педагогічний експеримент проведено на базі двох дитячо-юнацьких спортивних шкіл Сумської області: загалом у педагогічному тестуванні взяли участь 40 акробатів групи початкової підготовки: 20 дівчаток і 20 хлопчиків віком 5 і 6 років.

За результатами педагогічного експерименту можна зазначити, що більшість акробатів групи початкової підготовки мають нижчий за середній і низький рівень розвитку координаційних здібностей. Отже, необхідно створювати такі умови на тренувальних заняттях, які б сприяли покращенню розвитку координаційних здібностей спортсменів-акробатів і, як результат, підвищенню їхньої координаційної підготовленості.

Ключові слова: координаційні здібності, акробати, оцінювання фізичних здібностей, диференціація.

Bermudes Diana. Comprehensive Assessment of Coordination Abilities in 5- And 6-Year-Old Children, Taking Into Account Age and Gender Differentiation

Negative challenges of today: prolonged pandemic, war, children's forced stay at home in front of computer screens, only remote learning options, and a decrease in the volume and intensity of physical activity have led to increased emotional tension, significantly restricted movement, and reduced physical development in preschoolers. The development of coordination abilities is particularly crucial for preschool children as they contribute to the acquisition of most motor skills by children and play a role in motor control. Therefore, the comprehensive assessment of coordination abilities in 5- and 6-year-old children is an essential component of the educational and training process.

The research employed the following materials and research methods: theoretical analysis and synthesis of scientific and methodological literature, pedagogical experiment, pedagogical testing, and methods of mathematical statistics. The pedagogical experiment involved studying and evaluating the development of coordination abilities in acrobats, considering age (5 and 6 years) and gender (girls and boys) differentiation, who have been facing the challenges of the prolonged pandemic and war. The pedagogical experiment was conducted at two children's and youth sports schools in the Sumy region.

In total, 40 acrobats from the initial training group participated in the pedagogical testing: 20 girls and 20 boys aged 5 and 6 years. According to the results of the pedagogical experiment, it can be noted that the majority of acrobats in the initial training group have a below-average and low level of development of coordination abilities. Therefore, it is necessary to create conditions in training sessions that would contribute to the improvement of the development of coordination abilities in acrobat athletes and, as a result, enhance their coordination preparedness.

Key words: coordination abilities, acrobats, assessment of physical abilities, differentiation.

Вступ. У Законі України «Про дошкільну освіту» одним із важливих принципів дошкільної освіти є «єдність розвитку, виховання, навчання і оздоровлення дітей», оскільки саме підрастаюче покоління являє собою майбутній потенціал України [1].

Необхідність у вдосконаленні процесу фізичного виховання дітей дошкільного віку виникла внаслідок погіршення останнім часом стану їхнього здоров'я та фізичної підготовленості. Сьогодні більшість дітей,

які розпочинають навчання в школі, є фізично не готовими до нього. Така ситуація спричинена негативними викликами сьогодення: тривалою пандемією, війною. Вимушене перебування дітей удома перед екранами моніторів комп'ютерів, лише дистанційна можливість навчання, зменшення обсягу й інтенсивності фізичного навантаження призвели до підвищення нервово-емоційного напруження, значно обмежили в рухах і знизили фізичний розвиток дошкільнят.

Особливого значення для дітей дошкільного віку набуває розвиток координаційних здібностей, адже саме вони сприяють оволодінню й засвоєнню більшої частини рухових навичок дітьми, беруть участь в управлінні рухами. Чим більшим запасом рухів на координацію будуть володіти діти з раннього віку, тим ширше в них буде база для оволодіння новими формами рухової діяльності в подальшому.

Експериментальні дослідження свідчать про те, що найбільш виражене підвищення більшості показників координаційних здібностей відмічається у віковий період від 4 до 6 років. Тому саме в цей період доцільно використовувати спеціальні навчальні завдання для цілеспрямованого виховання координаційних здібностей [6; 7].

Потужним засобом розвитку координаційних здібностей для дітей 5–6 років є акробатичні вправи. По-перше, акробатичні вправи є ефективним засобом впливу на розвиток функцій вестибулярного аналізатора, який бере участь в управлінні рухами. По-друге, вони сприяють розвитку координаційних здібностей. Акробатичні вправи пов'язані з постійною зміною положення тіла і його частин у просторі й так сприяють розвитку здібності до орієнтування в просторі, утримання рівноваги, диференціювання власних м'язових зусиль тощо [2].

У зв'язку з вищезазначеним, питання комплексного оцінювання координаційних здібностей дітей 5 і 6 років є важливим необхідним складником для подальшого впровадження засобів акробатики з метою вдосконалення навчально-тренувального процесу початкової групи.

Матеріали та методи. Для комплексного оцінювання координаційних здібностей дітей 5 і 6 років застосовували такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення наукової й методичної літератури (для вивчення питання основних дефініцій, видів, методів та оцінювання координаційних здібностей і для добору батареї тестових завдань для комплексного оцінювання координаційних здібностей акробатів групи початкової підготовки дитячо-юнацької спортивної школи (ДЮСШ) відповідно до вікової і статевої диференціації); педагогічний експеримент; педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Проведення педагогічного експерименту передбачало дослідження й оцінювання розвитку координаційних здібностей акробатів групи початкової підготовки ДЮСШ відповідно до вікової (5 і 6 років) і статевої (дівчатка й хлопчики) диференціації, які тривалий час перебувають в умовах негативних викликів сьогодення: тривалої пандемії й війни. Педагогічний експеримент проведено на базі двох дитячо-юнацьких спортивних шкіл Сумської області: Комунального закладу «Комплексна дитячо-юнацька спортивна школа № 2 м. Суми», відділення спортивної акробатики, і Комунального позашкільного навчального закладу «Охтирська дитячо-юнацька спортивна школа», відділення спортивної акробатики, м. Охтирка. Загалом у педагогічному тестуванні взяли участь 40 акробатів

групи початкової підготовки: 20 дівчаток і 20 хлопчиків віком 5 і 6 років. Результати проведеного педагогічного експерименту є основою подальшого впровадження засобів акробатики для вдосконалення навчально-тренувального процесу групи початкової підготовки в дитячо-юнацькій спортивній школі (ДЮСШ).

Під час проведення досліджень у сфері фізичного виховання і спорту велику роль відіграє оцінювання рівня розвитку фізичних якостей. Основним найпоширенішим методом такого оцінювання сьогодні є метод тестування.

Аналіз методичної літератури з питань оцінювання рівня розвитку рухових здібностей дав змогу здійснити добір батареї тестових завдань для більш комплексного аналізу розвитку координаційних здібностей дівчаток і хлопчиків 5 і 6 років. Добір тестових завдань здійснювався з урахуванням диференціації вікових і статевих особливостей акробатів групи початкової підготовки, їхньої рухової підготовленості. Усі тестові завдання мали теоретичне обґрунтування й перевірені практикою дошкільного фізичного виховання.

Ми відібрали й запропонували для виконання акробатами групи початкової підготовки ДЮСШ 15 рухових тестів для визначення таких видів координаційних здібностей:

1. Здібність до диференціювання параметрів рухів:

– просторово-часових:

1) човниковий біг 3x10 м;

2) човниковий біг 3x10 м з оббіганням кубиків.

– просторово-динамічних:

1) метання м'яча в ціль;

2) підкидання й ловля м'яча.

2. Здібність до координованості рухів:

– здібність до перебудови рухової діяльності: переключення з одного руху на інший;

– здібність до погодження рухових дій:

1) лазіння по гімнастичній стінці;

2) стрибки на скакалці.

– здібність до навчання рухам: запам'ятовування й повторення поєднання рухів руками, ногами, тулубом;

– швидкість реакції: відбивання м'яча від підлоги.

3. Здібність до утримання рівноваги:

– статичної:

1) тест 1: фіксування положення – носок ноги, що стоїть позаду, приставлений упритул до п'ятки ноги, що стоїть попереду;

2) тест 2: фіксування положення – стійка на одній нозі, інша опирається на голілку опорної.

– динамічної: ходьба навшпиньки по прямій лінії;

– статокінетичної (вестибулярної): обертання головою (проба Яроцького).

4. Здібність до орієнтації в просторі:

1) проповзання в обруч, що котиться;

2) ходьба по прямій лінії із заплющеними очима.

Результати. Під час теоретичного аналізу наукової й методичної літератури вивчено питання основних дефініцій, проаналізовано, що до розуміння поняття координаційних здібностей різні автори пропонують

неоднакові підходи. З'ясовано, що координацію розглядають як окрему фізичну якість – спритність, тобто координаційні здібності визначаються як основа спритності (М.О. Бернштейн, В.А. Товт, Б.М. Шиян та ін.) або координаційні здібності розглядають як комплексну фізичну якість, яка складається з відносно самостійних компонентів, при цьому спритність розглядається як один із видів координаційних здібностей і часто визначається як координованість рухів (М.М. Булатова, М.М. Линець, В.М. Платонов, Л.П. Сергієнко та ін.) [6; 7].

Визначено, що, розглядаючи координаційні здібності як комплексну рухову якість, у процесі впливу на її розвиток необхідно звертати увагу на кожний із її компонентів, а саме: здібність до диференціювання (оцінки й регуляції) параметрів рухів (динамічних, просторових, часових); здібність до орієнтування в просторі; здібність до довольного розслаблення м'язів; здібність до збереження рівноваги (статичної, динамічної); почуття ритму; координованість рухів.

Також у ході теоретичного аналізу встановлено загальні закономірності розвитку координаційних здібностей: систематичне поповнення рухового досвіду новими формами рухової координації або введення фактору незвичайності під час виконання звичних дій [7].

Досліджено, що серед основних методів оцінювання координаційних здібностей розрізняють такі: апаратні методи й метод тестування. До апаратних (інструментальних) методів вимірювання координаційних здібностей зарахують хронометрію, динамоміометрію, електроміографію, електроміометрію, хронорефлексометрію, вестибулометрію, кінестезіометрію, термометрію тощо. В умовах тренувальних занять традиційно поширеним і доступним методом оцінювання координаційних здібностей є метод тестування.

Узагальнення досліджень різних авторів виявило, що жоден із комплексних тестів не дає можливості отримати точні характеристики розвитку окремих координаційних здібностей, тому доцільно спеціально здійснювати добір рухових тестів для визначення кожного виду координаційних здібностей окремо. Визначено, що добір тестів для оцінювання координаційних здібностей дітей дошкільного віку повинен здійснюватися з урахуванням їхніх вікових і статевих особливостей і фізичних можливостей [3; 4; 5].

За результатами тестування визначено, що здібність до диференціювання просторово-часових параметрів відповідає нормі в 41% хлопчиків 5 років і лише 21,8% дівчаток. Із результатом норми цей тест виконали 23,7% хлопчиків 6 років і 18,5% дівчаток 6 років. Загалом серед всіх досліджуваних виконали тест із результатом норми тільки 24% дітей, що свідчить про недостатній розвиток досліджуваного виду координаційних здібностей. Визначено, що в період із 5 до 6 років спостерігається позитивна динаміка розвитку здібності до диференціювання просторово-часових параметрів рухів як у хлопців, так і дівчат, що свідчить про те, що період із 5 до 6 років є сприятливим для впливу на розвиток цього виду координаційних здібностей.

За результатами тестування здібності до диференціювання просторово-динамічних параметрів рухів встановлено, що 46,1% хлопчиків і 53,1% дівчат 5 років і 28,9% хлопців і 40,7% дівчат 6 років виконали цей результат із показниками норми. Визначено, вікове збільшення середніх показників метання м'яча в ціль спостерігається лише в хлопців, у дівчат збільшення показників за цим тестом не спостерігається.

За результатами тесту «Підкидання й ловля м'яча» досліджено, що серед хлопців 5 років виконали тест із результатом норми 25,6%, дівчат – 31,2%. Серед акробатів 6 років із результатом норми тест виконали 36,8% хлопців і 25,9% дівчат. Вікове збільшення середніх показників відбувається як у хлопців, так і в дівчат майже рівномірно. За результатами тестування визначено, що існує позитивна динаміка розвитку здібності до диференціювання просторово-динамічних параметрів рухів у віковий період від 5 до 6 років як у хлопців, так і в дівчат.

За результатами тестування здібності до погодження рухових дій визначено, що показник тесту «Лазіння по гімнастичній стінці» в усіх вікових групах більший за нормативний: хлопчики 5 років – 58,9% і хлопчики 6 років – 47,4%. Найкращі результати відповідно до нормативного показника мають дівчатка 5 та 6 років (71,8% і 81,5% відповідно). За тестом «Стрибки на скакалці» визначено, що показники більшості хлопців не відповідають нормативним вимогам, у дівчат показники знаходяться на рівні, нижчому за норму, а результати норми за цим тестом мають 43,7% дівчат 5 років і 29,6% 6 років.

За результатами тестування здібності до навчання рухів визначено, що показники майже однакові в акробатів усіх вікових періодів, лише незначна кількість спортсменів виконала тест без помилок: 5,5% хлопців та 11,2% дівчат. Вагомий відсоток дітей виконали тест із двома та більше помилками: 76,7% хлопців і 70% дівчат, що свідчить про недостатній розвиток у більшості дітей цього виду координаційних здібностей.

Результати оцінювання швидкості виявили, що кількість акробатів, які виконали тест із результатом у межах норми, у хлопчиків вікової групи 5 років – 20,5%, 6 років – 9,6%. Серед дівчат із результатом норми тест виконали, відповідно, по вікових групах – 21,8%, 7,4%.

Тестування здібності до збереження статичної рівноваги у віковій групі хлопців 5 років відповідають нормативним показникам у 74,3% і 31,6% у хлопчиків 6 років. Результати дівчат за цим тестом дещо вищі за результати хлопців і становлять у дівчат 5 років середній час виконання тесту 78%, 6 років – 59%.

Лише незначна кількість акробатів виконала тест щодо визначення здібності до збереження рівноваги під час виконання динамічних вправ без помилок (19,2% хлопців і 15,9% дівчат). Більшість дітей (55,5% хлопців і 60,7% дівчат) виконали тест із двома та більше помилками, що становить незадовільний результат. Проведене нами дослідження свідчить, що показники за цим тестом майже не відрізняються по вікових групах, не спостерігається ані позитивної, ані негативної дина-

міки розвитку цього виду координаційних здібностей у дітей.

Результати оцінювання рівня розвитку вестибулярної стійкості виявили нормативні вимоги в 30% хлопців і 33,6% дівчат. Із загальної кількості акробатів групи початкової підготовки тест із результатом норми виконали 31,6% дітей. У хлопчиків і дівчаток показники вестибулярної стійкості майже однакові. Також не спостерігається підвищення чи зниження цих показників із віком.

Оцінювання розвитку здібності до орієнтації в просторі за допомогою двох тестів виявило, що з усіх дітей 5 років тест виконали 25,6% хлопчиків і 28,1% дівчаток, у віковій групі 6 років – 18,4% хлопчиків і 25,9% дівчаток. Незначна кількість акробатів групи початкової підготовки (9,6% хлопців і 10,3% дівчат) виконали тест без помилок і мають достатній рівень розвитку здібності до орієнтації в просторі, більшість же дітей (65% хлопців

і 63,5% дівчат) виконали тест із двома та більше помилками, що свідчить про низький рівень розвитку цього виду координаційних здібностей дошкільників.

Висновки. За результатами педагогічного експерименту, основним методом якого було педагогічне тестування, можемо зазначити, що більшість акробатів групи початкової підготовки мають нижчий за середній і низький рівень розвитку координаційних здібностей. Отже, необхідно створювати такі умови на тренувальних заняттях, які б сприяли покращенню розвитку координаційних здібностей спортсменів-акробатів і, як результат, підвищенню їхньої координаційної підготовленості.

За результатами проведеного педагогічного експерименту й подальшого впровадження засобів акробатики розроблено комплекси акробатичних вправ із використанням гімнастичного батуту для розвитку координаційних здібностей і вдосконалення навчально-тренувального процесу групи початкової підготовки в ДЮСШ.

Література:

1. Про дошкільну освіту : Закон України. Ст. 6. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14#Text>.
2. Пангелова Н. Напрямки удосконалення змісту та організації фізичного виховання для гармонійного розвитку дошкільників. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2005. № 1. С. 40–42.
3. Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини. Миколаїв : УДМТУ, 2001. 360 с.
4. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ : Олімпійська література, 2001. 440 с.
5. Скалій Т.В. Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02. Херсон, 2006. 170 с.
6. Товт В.А., Дуло О.А., Щерба М.Ю. Основи теорії та методики фізичного виховання : навчальний посібник. Ужгород : ПП «Графіка», 2010. 140 с.
7. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. 272 с.

References:

1. Zakon Ukrainy «Pro doshkilnu osvitu» [Law of Ukraine «On preschool education»]. St. 6. Rezhym dostupu : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14#Text> [in Ukrainian].
2. Panhelova N. (2005). Napriamky udoskonalennia zmistu ta orhanizatsii fizychnoho vykhovannia dlia harmoniinoho rozvytku doshkilnykiv [Directions for improving the content and organization of physical education for the harmonious development of preschoolers]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. № 1. S. 40–42 [in Ukrainian].
3. Serhiienko L. P. (2001). Kompleksne testuvannia rukhovyykh zdibnostei liudyny [Complex testing of human motor abilities]. Mykolaiv: UDMTU, 360 s. [in Ukrainian].
4. Serhiienko L. P. (2001). Testuvannia rukhovyykh zdibnostei shkoliariv [Testing motor skills of schoolchildren]. Kyiv: «Olimpiiska literatura», 440 s. [in Ukrainian].
5. Skalii T. V. (2006). Pedagogichni kontrol rozvytku koordynatsiinykh zdibnostei ditei i pidlitkiv [Pedagogical control of the development of coordination abilities of children and adolescents]: dys... kand.. nauk z fizychnoho vykhovannia i sportu: 24.00.02 / Skalii Tetiana Valeriivna. Kherson, 170 s. [in Ukrainian].
6. Tovt V.A. (2010). Osnovy teorii ta metodyky fizychnoho vykhovannia [Basics of theory and methods of physical education]. Uzhhorod: PP «Hrafika», 140 s. [in Ukrainian].
7. Shyian B.M. (2004). Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia shkoliariv [Theory and methods of physical education of schoolchildren]. Ternopil: Navchalna knyha – Bohdan, 272 s. [in Ukrainian].