

## Ефективність різних підходів до навчання під час занять фізичною культурою в розвитку рухової активності 4-річних дівчаток з існуючими варіантами мануальної рухової асиметрії

*Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** На необхідності врахування спрямованості функціональної асиметрії головного мозку й, зокрема, мануальної рухової (МРА), причому починаючи з дошкільного віку, наголошує значна кількість фахівців різних галузей наукового пізнання [2; 1]. У зв'язку з цим важливими є дані про схожі тенденції та особливості стимульованого розвитку рухової активності таких дітей у дошкільний період, оскільки це сприятиме підвищенню ефективності занять із фізичної культури в розв'язанні різних за змістом завдань. Водночас такі дані відсутні, а наявні [6; 15] засвідчують особливості нестимульованого розвитку такої активності. Зазначене зумовлює необхідність проведення дослідження у визначеному напрямі.

Роботу виконано згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи на 2010–2014 рр. за темами: «Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів» (номер держреєстрації – 0112U002160); «Теоретико-методичні основи застосування інформаційних, педагогічних та медико-біологічних технологій для формування здорового способу життя» (номер держреєстрації – 0113U002003).

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** Починаючи з 3-х років, у дітей виявляють ознаки мануальної переваги, тобто спрямованість МРА. Упродовж 5-го року провідна рука перебирає на себе виконання більшості складних рухових дій і видів рухової діяльності [18, 11]. Це свідчить про можливість у дошкільний період урахувати особливості, якими відзначаються діти з певною спрямованістю МРА, для ефективнішого розв'язання різних за змістом завдань навчання й виховання [16, 115]. Необхідність означеного зумовлена, передусім, виконанням такої умови оптимального розвитку дітей, як максимальне узгодження впливу зовнішніх чинників (у нашому випадку – навчання) із генетично зумовленими особливостями індивідуального розвитку кожної дитини [12, 379], у тому числі при певній спрямованості МРА [12, 390].

Визначальними в розвитку дитини в дошкільний період є рух і пов'язана з ним діяльність, оскільки за допомогою рухів дитина пізнає довкілля, удосконалює свій нервово-м'язовий апарат і процеси регуляції обміну речовин [7; 14; 17], а оптимальна взаємодія останніх, що існує під час рухової діяльності, сприяє нормальному росту й розвитку організму [3; 5; 9]. Рухам пальцями рук також відводять дуже важливу роль у стимулюванні розвитку й підвищенні ефективності функціонування різних відділів головного мозку, а результат цього – кращий розвиток інтелекту, передусім логічного мислення, пам'яті, уяви, самостійності дитини; її активна діяльність [8; 10; 11; 13].

Водночас практично відсутні дослідження [2; 16], пов'язані з розвитком рухової активності дітей із різною спрямованістю МРА впродовж дошкільного періоду, насамперед в основних рухах. Не виявлено даних, одержаних із використанням лонгітудинального методу, а також пов'язаних з ефективністю різних підходів до навчання таких дітей основних рухів. У зв'язку з цим очевидна необхідність проведення цього дослідження.

**Мета, методи, організація дослідження. Мета статі** – визначення ефективності різних підходів до навчання в розвитку рухової активності 4-річних дівчаток із різною спрямованістю МРА під час занять фізичною культурою. **Завдання дослідження** – визначити спрямованість МРА та вихідні значення показників в основних рухах, що не пов'язані з мануальною вправністю; провести однорічний формувальний експеримент; визначити підсумкові значення досліджуваних показників; провести порівняльний аналіз даних, одержаних у дослідних групах. Для розв'язання поставлених завдань використовували такі методи дослідження: загальнонаукові (аналіз, узагальнення інформації літературних джерел); педагогічні (тестування, експеримент); усне опитування; кистьова динамометрія й методика М. М. Безруких [4] для встановлення спрямованості МРА; математико-статистичні.

В експерименті взяли участь 4-річні дівчатка; 53 відзначались амбідекстрією (14 – у першій і другій експериментальних групах – ЕГ<sub>1</sub>, ЕГ<sub>2</sub>, 25 – у контрольній – КГ), 68 – із правою руховою асиметрією (ПРА; відповідно, 21, 22 і 25) та 62 – із лівою (ЛРА; 19, 18 і 25). Упродовж навчального

року всі ЕГ<sub>1</sub> використовували перший варіант «симетричного» підходу до навчання основних рухів: вивчали рух спочатку непровідною ногою (непровідному напрямі) до формування навички, після цього – провідною». У всіх ЕГ<sub>2</sub> використовували другий варіант такого підходу, що передбачав вивчення руху в послідовності, зворотній до зазначеної. УКГ-підхід був традиційним: рух вивчали тільки обраною дівчатками ногою (у певному напрямі). Педагогічне тестування проводили впродовж навчального року, а саме після оволодіння дівчатками основними рухами, що визначені змістом чинної програми розвитку дітей дошкільного віку [1]. При цьому вивчали стан оволодіння рухами, що не пов'язані з мануальною вправністю та відібрані з усіх визначених, урахувавши умову, щоби вони були новими для дітей. У зв'язку з цим на початку стан сформованості умінь оцінили балом «0», а рухи об'єднали в такі самі блоки, як у змісті чинної програми: із ходьби, бігу, стрибків, рівноваги, у повзанні й лазінні.

**Виклад основного матеріалу та обґрунтування отриманих результатів дослідження.** У дівчаток із АРА, які входили до складу дослідних груп, наприкінці експерименту в блоці основних рухів «вправи з ходьби» виявили значне покращення оцінок за виконання відповідних рухів. Одержані бали свідчили про формування в дівчаток умінь і навичок у виконанні означених рухів. Конкретизуючи це, відзначали: в ЕГ<sub>1</sub> і ЕГ<sub>2</sub> на рівні вміння дівчатка виконували лише ходьбу з розв'язанням завдання, поставленого вихователем, інші рухи – на рівні навички; у КГ на рівні вміння респонденти не виконували жодного руху (табл.1).

При порівнянні виявлено такі розбіжності досягнень дівчаток: в ЕГ<sub>1</sub> та ЕГ<sub>2</sub> бали за оволодіння ходьбою з виконанням завдання вихователя й ходьбою з поворотами суттєво (на рівні  $p < 0,05$ ) вищі, ніж у КГ; дані обох ЕГ між собою практично не відрізнялись, оскільки значення  $t$  перебувало в межах 0–1,64, що, урахувавши кількісний склад цих груп, менше від критичного, а саме 2,14. Зазначене свідчило про неоднаковий ефект використання дівчатками з АРА кожного пропонованого варіанта навчання основних рухів: два варіанти «симетричного» підходу (ЕГ<sub>1</sub> й ЕГ<sub>2</sub>) забезпечили кращий результат, аніж традиційний (КГ), передусім у формуванні вміння виконувати ходьбу з розв'язанням завдання, запропонованого вихователем, та навички в ходьбі з поворотами.

У дівчаток із ПРА впродовж навчального року сформувались уміння й навички в рухах досліджуваного блоку. Водночас в ЕГ<sub>1</sub> та ЕГ<sub>2</sub> на рівні вміння досліджувані здійснювали ходьбу на п'ятах, без тримання за руки й виконуючи завдання вихователя, а перші – додатково ходьбу на носках. У КГ на такому рівні дівчатка виконували лише два перших із зазначених рухових завдань.

Порівнюючи результати цих груп, виявлено таке: в ЕГ<sub>1</sub> та ЕГ<sub>2</sub> бали за оволодіння ходьбою з виконанням завдання вихователя й із поворотами суттєво ( $p$  від  $< 0,01$  до  $< 0,001$ ) вищі, ніж у КГ; дані обох ЕГ були практично однаковими, оскільки значення  $t$  перебувало в межах 0–1,53, що, зважаючи на кількісний склад цих груп, є меншим від критичного, а саме 2,08.

У всіх дівчаток із ЛРА також сформувались уміння та навички в досліджуваному блоці рухів, але з певними особливостями. Так, в ЕГ<sub>1</sub> на рівні вміння дівчатка здійснювали ходьбу на п'ятах із виконанням завдання вихователя й так само, як дівчатка з ЕГ<sub>2</sub>, – ходьбу на носках і не тримаючись за руки. У КГ на такому рівні досліджувані робили ті самі рухи, що й дівчатка з ЕГ<sub>2</sub>. Водночас в ЕГ<sub>1</sub> оцінка за оволодіння ходьбою з виконанням завдання вихователя та ходьбою з поворотами, в ЕГ<sub>2</sub> – в останньому завданні була суттєво ( $p$  від  $< 0,05$  до  $< 0,01$ ) вищою, ніж у КГ. При цьому в ЕГ<sub>1</sub> бал за ходьбу з виконанням завдання вихователя був кращим, аніж в ЕГ<sub>2</sub> ( $t = 2,49$ ;  $p < 0,05$ ).

**Блок основних рухів «вправи з бігу».** У дослідних групах дівчаток із АРА наприкінці навчального року відбулося формування вміння і навичок у рухах цього блоку, а саме: в ЕГ<sub>1</sub> першим відзначалося виконання бігу в колоні по одному, по звивистій доріжці, у різних напрямках і пробігання до 20 м, в ЕГ<sub>2</sub> – лише останнього; інші рухи дівчатка виконували на рівні навички; у КГ – відповідно, бігу в колоні по одному та інших рухів.

Порівнюючи одержані в дослідних групах бали, виявлено певні відмінності в досягненнях дівчаток. Так, в ЕГ<sub>1</sub> бали за оволодіння бігом у різних напрямках, із оббіганням предметів і ловінням того, хто втікає, в ЕГ<sub>2</sub> – лише в першому зазначеному русі були суттєво ( $p$  від  $< 0,05$  до  $< 0,01$ ) вищими, ніж у КГ. При цьому в бігові з оббіганням предметів дівчатка ЕГ<sub>1</sub> досягали суттєво кращого результату, ніж в ЕГ<sub>2</sub>; в інших рухах блоку результати не відрізнялись.

Зазначене свідчило, що використання впродовж навчального року одного з пропонованих варіантів навчання основних рухів забезпечило дещо відмінний ефект у формуванні рухових умінь дівчаток із АРА в рухах блоку «вправи з бігу». Зокрема, два пропонованих варіанти «симетричного» підходу (ЕГ<sub>1</sub> і ЕГ<sub>2</sub>) забезпечили кращий результат, аніж традиційний (КГ), передусім у формуванні вміння пробігати з максимальною швидкістю дистанцію до 20 м, а перший зазначений варіант навчання –

Таблиця 1

**Сформованість умінь в основних рухах, не пов'язаних із мануальною вправністю,  
у дослідних групах дівчаток із АРА під час формувального експерименту**

Основний рух	Група	Результат, балів		Достовірність відмінності, <i>t</i>		
		$\bar{x}$	<i>m</i>	<i>EG</i> <sub>1</sub> - <i>KГ</i>	<i>EG</i> <sub>2</sub> - <i>KГ</i>	<i>EG</i> <sub>1</sub> - <i>EG</i> <sub>2</sub>
1	2	3	4	5	6	7
<i>вправи з ходьби</i>						
На носках	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,2	0,1	1,35	0	1,64
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,0	0,07			
	<i>KГ</i>	2,0	0,11			
Високо піднімаючи коліна	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,1	0,12	0	0,54	0,67
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,2	0,09			
	<i>KГ</i>	2,1	0,16			
На зовнішній і внутрішній стороні стопи	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,3	0,07	0,54	0	0,77
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,2	0,11			
	<i>KГ</i>	2,2	0,17			
На п'ятах	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,4	0,09	0	0,46	0,7
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,3	0,11			
	<i>KГ</i>	2,4	0,19			
Не тримаючись за руки	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,2	0,07	0	0	0
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,2	0,09			
	<i>KГ</i>	2,2	0,12			
Виконуючи завдання вихователя	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,7	0,05	2,54 *	2,51 *	0
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,7	0,06			
	<i>KГ</i>	2,2	0,19			
Із зупинками, присіданнями	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,4	0,12	0	0,47	0,61
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,3	0,11			
	<i>KГ</i>	2,4	0,18			
Із поворотами	<i>EG</i> <sub>1</sub>	1,8	0,06	4,29 ***	2,69 *	0,8
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	1,7	0,11			
	<i>KГ</i>	1,3	0,1			
<i>вправи з бігу</i>						
У колоні по одному	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,5	0,09	0	0,67	0,7
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,4	0,11			
	<i>KГ</i>	2,5	0,1			
Із оббіганням предметів, що лежать	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,4	0,06	3,16 **	1,61	3,84 **
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,1	0,05			
	<i>KГ</i>	1,8	0,18			
На підлозі по прямій	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,2	0,06	0,92	0	1,0
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,1	0,08			
	<i>KГ</i>	2,1	0,09			
По звивистій доріжці, не наступаючи на краї	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,5	0,06	0	0,67	0,7
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,4	0,06			
	<i>KГ</i>	2,0	0,14			
У різних напрямках (урозтіч) із зупинками	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,5	0,06	3,28 **	2,63 *	1,18
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,4	0,06			
	<i>KГ</i>	2,0	0,14			
Пробігати швидко до 20 м	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,5	0,09	0,67	0,61	0
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,5	0,11			
	<i>KГ</i>	2,4	0,12			
Із присіданнями	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,3	0,1	0,51	0,48	0
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,3	0,12			
	<i>KГ</i>	2,2	0,17			
Ловити того, хто втікає	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,0	0,06	2,98 **	2,0	0,92
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	1,9	0,09			
	<i>KГ</i>	1,6	0,12			
<i>вправи зі стрибків</i>						
Підстрибувати з дістанням предмета	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,5	0,09	0,54	0	0,7
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,4	0,11			
	<i>KГ</i>	2,4	0,16			
Перестрибувати через 5-6 паралельних ліній	<i>EG</i> <sub>1</sub>	2,4	0,06	2,64 *	2,14 *	1,28
	<i>EG</i> <sub>2</sub>	2,3	0,05			
	<i>KГ</i>	1,9	0,18			

Продовження таблиці 1

1	2	3	4	5	6	7
Перестрибувати через невисокі предмети	ЕГ <sub>1</sub>	2,5	0,1	0,58	0,54	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,5	0,12			
	КГ	2,4	0,14			
Із просуванням уперед	ЕГ <sub>1</sub>	2,3	0,11	0,64	0,59	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,3	0,13			
	КГ	2,2	0,11			
На одній нозі на місці	ЕГ <sub>1</sub>	1,9	0,12	0	0,61	0,64
	ЕГ <sub>2</sub>	2,0	0,1			
	КГ	1,9	0,13			
Через «місток»	ЕГ <sub>1</sub>	2,4	0,07	0	0	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,4	0,08			
	КГ	2,4	0,08			
Із кола в коло	ЕГ <sub>1</sub>	2,6	0,06	2,24 *	1,28	0,86
	ЕГ <sub>2</sub>	2,5	0,1			
	КГ	2,3	0,12			
Зістрибувати з підвищення	ЕГ <sub>1</sub>	2,2	0,11	0,47	0,44	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,2	0,14			
	КГ	2,1	0,18			
<i>вправи у лазінні, повзанні</i>						
Підлізти під мотузку із положення в упорі на коліна й долоні	ЕГ <sub>1</sub>	2,4	0,13	0	0	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,4	0,12			
	КГ	2,4	0,11			
Підлізти під мотузку із положення навпочіпки	ЕГ <sub>1</sub>	1,6	0,12	1,04	1,04	0
	ЕГ <sub>2</sub>	1,6	0,12			
	КГ	1,4	0,15			
Проповзати навколо розставлених предметів	ЕГ <sub>1</sub>	2,4	0,06	2,64 *	2,14 *	1,28
	ЕГ <sub>2</sub>	2,3	0,05			
	КГ	1,9	0,18			
Проповзати між розставленими предметами	ЕГ <sub>1</sub>	2,2	0,1	1,28	1,18	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,2	0,12			
	КГ	2,0	0,12			
Пролізати в обруч лівим та правим боком	ЕГ <sub>1</sub>	2,4	0,15	0,52	0,57	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,4	0,13			
	КГ	2,3	0,12			
Лазити приставним кроком по гімнастичній лаві	ЕГ <sub>1</sub>	2,3	0,12	0,61	0	0,57
	ЕГ <sub>2</sub>	2,2	0,13			
	КГ	2,2	0,11			
Повзати по гімнастичній лаві в упорі стоячи на колінах	ЕГ <sub>1</sub>	2,3	0,12	1,08	0,94	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,3	0,16			
	КГ	2,1	0,14			
Лазити по похилій драбині	ЕГ <sub>1</sub>	2,8	0,12	0	0	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,8	0,11			
	КГ	2,8	0,07			
<i>вправи з рівноваги</i>						
Ходити між двома лініями, не наступаючи на них	ЕГ <sub>1</sub>	2,4	0,06	0	0	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,4	0,1			
	КГ	2,4	0,12			
Ходити по мотузці, по кладці по колу, приставляючи п'яту однієї ноги до носка іншої	ЕГ <sub>1</sub>	2,0	0,06	5,22 ***	2,56 *	2,57 *
	ЕГ <sub>2</sub>	1,7	0,1			
	КГ	1,3	0,12			
Ходити по гімнастичній лаві з рухами рук і поворотами в кожен бік	ЕГ <sub>1</sub>	2,6	0,05	6,8 ***	3,7 **	3,84 **
	ЕГ <sub>2</sub>	2,3	0,06			
	КГ	1,9	0,09			

1	2	3	4	5	6	7
Ходити по дошці, покладеній на землю	ЕГ <sub>1</sub>	2,4	0,16	1,59	0,58	0,94
	ЕГ <sub>2</sub>	2,2	0,14			
	КГ	2,1	0,1			
Ходити по дошці, піднятій одним кінцем від підлоги	ЕГ <sub>1</sub>	1,6	0,11	1,84	1,63	0
	ЕГ <sub>2</sub>	1,6	0,14			
	КГ	1,3	0,12			
Бігати між двома лініями, не наступаючи на них	ЕГ <sub>1</sub>	2,2	0,06	9,76 ***	3,83 **	3,19 **
	ЕГ <sub>2</sub>	1,8	0,11			
	КГ	1,3	0,07			
Пробувати робити «ластівку»	ЕГ <sub>1</sub>	1,4	0,05	6,8 ***	3,7 **	3,84 **
	ЕГ <sub>2</sub>	1,1	0,06			
	КГ	0,7	0,09			
Ковзати на обох ногах по льодових доріжках	ЕГ <sub>1</sub>	2,0	0,18	0,49	0,64	0
	ЕГ <sub>2</sub>	2,0	0,12			
	КГ	1,9	0,1			

додатково вміння в бігові в колоні по одному, по звивистій доріжці та в різних напрямках. Це засвідчувало найбільшу ефективність означеного варіанта навчання у виконанні поставленого завдання.

Аналіз даних *дівчаток із ПРА* засвідчив, що в них відбулося формування вмінь і навичок у рухах досліджуваного блоку. Водночас в ЕГ<sub>1</sub> і ЕГ<sub>2</sub> на рівні вміння дівчатка виконували біг по звивистій доріжці, у різних напрямках, у колоні по одному, з оббіганням предметів та ловінням того, хто втікає, тоді як у КГ – лише три останніх. Порівнюючи дані, виявлено, що в ЕГ<sub>1</sub> оцінка за оволодіння бігом по звивистій доріжці, у різних напрямках, із присіданнями була суттєво ( $p < 0,05$ ) вищою, ніж у КГ; в ЕГ<sub>2</sub> такого результату не простежено, так само, як і розбіжності оцінок в обох ЕГ.

У всіх *дівчаток із ЛРА* формування вмінь і навичок у рухах досліджуваного блоку відбулося з такими особливостями: в ЕГ<sub>1</sub> у всіх рухах, за винятком бігу з присіданнями, сформувалось уміння, в ЕГ<sub>2</sub> і КГ – за винятком зазначеного руху та бігу в різних напрямках; виконання таких рухів відбувалося на рівні навички. У зв'язку з останнім відзначили, що в ЕГ<sub>2</sub> бал за оволодіння бігом із присіданнями становив  $2 \pm 0,06$ , тоді як у КГ – лише  $1,7 \pm 0,1$  ( $p < 0,05$ ), тобто в перших сформована рухова навичка перебувала на більш високому рівні, порівняно з другими. В ЕГ<sub>1</sub> такою суттєвою розбіжністю відзначалося виконання зазначеного руху та бігу в різних напрямках, що було кращим, аніж у КГ. В обох ЕГ досягнення дівчаток між собою не відрізнялися.

Одержані дані свідчили, що використаний упродовж навчального року один із запропонованих варіантів навчання сприяв неоднаковому ефекту у формуванні вмінь дівчаток із певною спрямованістю МРА в рухах блоку «вправи з бігу». Так, перший варіант «симетричного» підходу виявився ефективнішим за інші, але особливо за традиційний, в аспекті формування вмінь дівчаток у рухах цього блоку. Щодо особливостей, то вони полягали, передусім, у певних розбіжностях рухів, які відзначалися сформованим у дівчаток із певною спрямованістю МРА умінням: у вибірках АРА й ПРА – це біг у колоні по одному, по звивистій доріжці, у різних напрямках, пробігання до 20 м; у вибірці ЛРА – усі рухи блоку, за винятком бігу з присіданнями. Інша особливість – неоднакові оцінки досліджуваних із різною спрямованістю МРА за виконання рухів зазначеного блоку.

*Блок основних рухів «вправи зі стрибків».* У дослідних групах *дівчаток із АРА* наприкінці навчального року виявлено сформованість умінь і навичок, а саме: в ЕГ<sub>1</sub> першим відзначалося виконання підстрибувань із діставанням предмета, перестрибувань через невисокі предмета, стрибків із кола в коло; в ЕГ<sub>2</sub> – двох останніх рухів, тоді як інші в цих дослідних групах сформувалися на рівні навички. У КГ дівчатка виконували всі рухи означеного блоку тільки на рівні навички. Водночас виявлено певні розбіжності досягнень дівчаток: в ЕГ<sub>1</sub> оцінка за оволодіння рухом «перестрибування через 5–6 паралельних ліній» і «стрибки з кола в коло», в ЕГ<sub>2</sub> – тільки за оволодіння останнім були суттєво ( $p < 0,05$ ) вищими, ніж у КГ. В інших рухах оцінки в дослідних групах практично були однакові.

У *дівчаток із ПРА* наприкінці відзначено сформованість умінь у таких рухах: ЕГ<sub>1</sub> – перестрибування через невисокі предмети, підстрибування з діставанням предмета, в ЕГ<sub>2</sub> – лише останнє, у КГ – у жодному. Це свідчило, що в інших рухах досліджуваного блоку в усіх дівчаток сформувалася навичка.

Установили також, що в ЕГ<sub>1</sub> оцінки за оволодіння стрибком на одній нозі, із кола в коло були суттєво ( $p < 0,05$ ) вищими, ніж у КГ. В ЕГ<sub>2</sub> такої розбіжності не простежено, так само як при порівнянні оцінок у цій групі та ЕГ<sub>1</sub>.

Наприкінці навчального року *дівчатка з ЛРА* в жодному русі досліджуваного блоку не досягли рівня рухового вміння, а лише навички. Водночас виявлено, що в  $EG_1$  бал за оволодіння підстрибуванням із діставанням предмета, стрибками на одній нозі, із кола в коло, зістрибуванням із підвищення був суттєво ( $p < 0,05$ ) вищим, аніж у КГ. В  $EG_2$  такої розбіжності не простежено, так само, як при порівнянні оцінок у цій групі та  $EG_1$ .

*Блок основних рухів «вправи в лазінні й повзанні»*. Одержані *дівчатками з АРА* оцінки свідчили, що впродовж навчального року в них сформувалось уміння лише у виконанні лазіння по похилій драбині, в усіх інших рухах цього блоку – лише навичка. Водночас відзначено, що в  $EG_1$  й  $EG_2$  бал за виконання руху «повзання навколо розставлених предметів» був суттєво вищим, аніж у КГ, оскільки становив, відповідно,  $2,4 \pm 0,06$ ,  $2,3 \pm 0,05$  та  $1,9 \pm 0,18$  ( $p < 0,05$ ).

У дослідних групах *дівчаток із ЛРА* оволодіння рухами зазначеного блоку відзначалося такими особливостями: в  $EG_1$  на рівні вміння виконувалося підлізання під мотузку з положення упору на коліна й долоні, повзання навколо розставлених предметів, лазіння по похилій драбині; в  $EG_2$ , так само, як у КГ, – лише останній рух. Виконання інших рухів блоку свідчило про сформованість у дослідних групах відповідних рухових навичок.

При порівнянні виявлено, що в  $EG_1$  та  $EG_2$  оцінка за вправу з повзання навколо розставлених предметів була суттєво ( $p$  від  $< 0,01$  до  $< 0,001$ ) вищою, ніж у КГ, в інших рухах вона не відрізнялась; водночас в  $EG_1$  вона була вищою, ніж в  $EG_2$ , оскільки становила, відповідно,  $2,5 \pm 0,05$  і  $2,3 \pm 0,06$  бала ( $p < 0,05$ ).

*У дівчаток із ЛРА* наприкінці навчального року одержано такий результат: в  $EG_1$  та  $EG_2$  на рівні вміння дівчатка виконували повзання навколо розставлених предметів, лазіння приставним кроком по гімнастичній лаві й так само, як представники КГ, – лазіння по похилій драбині. Водночас виявлено особливість: за повзання навколо розставлених предметів і пролізання в обруч лівим та правим боком оцінки були суттєво ( $p$  від  $< 0,05$  до  $< 0,01$ ) вищими, ніж у КГ, в інших рухах – практично не відрізнялись; останнім відзначалися також оцінки дівчаток обох  $EG$ .

*Блок основних рухів «вправи з рівноваги»*. У *дівчаток із АРА* наприкінці навчального року виявлено, що в  $EG_1$  уміння сформувалося лише в ходьбі по гімнастичній лаві з рухами рук і поворотами в кожен бік, в  $EG_2$  і КГ – у жодному русі, а тільки на рівні відповідних рухових навичок. Порівняння оцінок засвідчило, що в  $EG_1$  та  $EG_2$  бал за виконання руху «ходьба по мотузці, покладеній по колу, приставляючи п'яту однієї ноги до носка іншої», «ходьба по гімнастичній лаві з рухами рук і поворотами в кожен бік», «біг між двома лініями, не наступаючи на них» та «спроба зробити «ластівку» був суттєво ( $p$  від  $< 0,05$  до  $< 0,001$ ) вищим, аніж у КГ, тоді як в останніх такою перевагою не відзначалась оцінка за виконання інших рухів блоку. Водночас відзначено, що в  $EG_1$  усі оцінки суттєво кращі, порівняно з одержаними в  $EG_2$ .

У *дівчаток із ЛРА*, на відміну від представників з іншою спрямованістю МРА, не сформовано вміння в жодному русі блоку, а лише відповідні навички. Порівнюючи дані, одержали аналогічний до вищезазначеного результат: за виконання тих самих рухів дівчатка  $EG_1$  та  $EG_2$  одержали суттєво ( $p$  від  $< 0,05$  до  $< 0,001$ ) вищі оцінки, ніж у респондентів КГ; досягнення дівчаток  $EG_1$  у таких рухах були більшими, порівняно з  $EG_2$ , а КГ не відзначалася такою перевагою в жодному іншому русі досліджуваного блоку.

У *дівчаток із ЛРА* наприкінці навчального року простежено такий результат: в  $EG_1$  на рівні вміння вони виконували ходьбу по мотузці, покладеній по колу, приставляючи п'яту однієї ноги до носка іншої, та біг між двома лініями, не наступаючи на них, і так само, як дівчатка з  $EG_2$ , – ходьбу по гімнастичній лаві з рухами рук та поворотами в кожен бік; решту рухів блоку виконували на рівні навички. У КГ дівчатка виконували всі рухи блоку лише на рівні навички. Водночас відзначено, що в  $EG_1$  й  $EG_2$  оцінки за ходьбу по мотузці, покладеній по колу, приставляючи п'яту однієї ноги до носка іншої, по гімнастичній лаві з рухами рук і поворотами в кожен бік, біг між двома лініями, не наступаючи на них, спробу зробити «ластівку» були суттєво ( $p$  від  $< 0,01$  до  $< 0,001$ ) вищими, ніж у КГ. Відзначено, що в  $EG_1$  усі зазначені оцінки були кращими, порівняно з одержаними в  $EG_2$ .

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Незалежно від спрямованості МРА дівчаток використання «симетричного» підходу, що передбачає вивчення руху спочатку непровідною ногою (у непровідному напрямі) до рівня навички, а потім провідною, забезпечує значно кращий результат у формуванні вмінь в основних рухах, не пов'язаних із мануальною вправністю, порівняно з іншим варіантом «симетричного» підходу, а тим більше – із традиційним.

Використання найбільш ефективного варіанта «симетричного» підходу до навчання основних рухів призводить до розбіжності рухів, у яких сформовано вміння: у дівчаток із АРА – це ходьба по гімнастичній лаві з рухами рук і поворотами в кожен бік; у досліджуваних із ПРА – жоден рух блоку, у дівчаток із ЛРА – ходьба по мотузці, покладеній по колу, приставляючи п'яту однієї ноги до носка іншої, біг між двома лініями, не наступаючи на них, ходьба по гімнастичній лаві з рухами рук і поворотами в кожен бік. Інша особливість полягає в неоднакових оцінках, які одержують дівчатка з різною спрямованістю МРА за виконання рухів досліджуваних блоків.

Подальші дослідження потрібно спрямувати на встановлення тенденцій та особливостей формування вмінь дівчаток із різною спрямованістю МРА в рухах на мануальну вправність, а також у цих рухах і не пов'язаних із мануальною вправністю в хлопчиків із різною спрямованістю МРА в дошкільний період.

#### *Джерела та література*

1. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» / наук. кер. та за заг. ред. О. Л. Кононко. – 2-ге вид., доповн. – К. : Світлич, 2008. – 112 с.
2. Балацька Л. В. Організаційно-методичні основи покращення моторної функції дітей 3–5 років у процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Л. Балацька. – Львів, 2013. – 20 с.
3. Бальсевич В. К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В. К. Бальсевич. – М. : Теория и практика физ. культуры, 2009. – 218 с.
4. Безруких М. М. Леворукий ребенок в школе и дома : учеб. пособие / М. М. Безруких. – Екатеринбург : Фактория, 2004. – 300 с.
5. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., переробл. та доповн. – Суми : Університет-книга, 2004. – 428 с.
6. Галаманжук Л. Л. Організація і методика фізичної активності дітей дошкільного віку з формування рухового потенціалу : навч. посіб. / Л. Л. Галаманжук, Л. В. Балацька, Г. А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський : Друк. «Рута», 2014. – 160 с.
7. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання дітей : навч. посіб. / О. Д. Дубогай. – К. : Оріяни, 2001. – 152 с.
8. Жаворонкова Л. А. Правши – левши. Межполушарная асимметрия биопотенциалов мозга человека : монографія / Л. А. Жаворонкова. – М. : Экоинвест, 2009. – 240 с.
9. Ковальчук Л. В. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання в школі : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : [спец.] 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Л. В. Ковальчук. – Львів, 2007. – 20 с.
10. Либин А. В. Дифференциальная психология: на пересечении европейских, российских и американских традиций / А. В. Либин. – М. : Смысл ; Per Se, 2000. – 312 с.
11. Лурия А. Р. Основы нейропсихологии / А. Р. Лурия. – М. : Академия, 2004. – 384 с.
12. Никитюк Б. А. Интеграция знаний в науках о человеке (интегративная анатомическая антропология) : монографія / Б. А. Никитюк. – М. : СпортАкадемПресс, 2000. – 440 с.
13. Николаева Е. И. Леворукий ребенок: диагностика, обучение, коррекция : метод. пособие / Е. И. Николаева. – СПб. : ДЕТСТВОПРЕСС, 2005. – 128 с.
14. Павелків Р. В. Дитяча психологія : навч. посіб. / Р. В. Павелків, О. П. Цигипало. – К. : Академвидав, 2010. – 432 с.
15. Панфилова Н. В. Развитие координационных способностей и обучение двигательным действиям детей 4–6 лет в связи с особенностями двигательной асимметрии : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / Н. В. Панфилова. – М. : НИИ физиологии детей и подростков РАО, 1992. – 19 с.
16. Силина Е. А. Межполушарная асимметрия и индивидуальные различия : монографія / Е. А. Силина, Т. В. Евтух. – Пермь : Изд-во Перм. гос. пед. у-та, 2004. – 136 с.
17. Хрестоматія по возрастній фізіології : учеб. пособие [для студ. высш. учеб. заведений / сост. М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер]. – М. : Академия, 2002. – 288 с.
18. Чуприков А. П. Проблема леворукости / А. П. Чуприков, Е. А. Волков. – Николаев : Атолл, 2004. – 88 с.

#### *Анотації*

*Мета статті – визначити ефективність різних підходів до навчання в розвитку рухової активності 4-річних дівчаток зі спрямованістю мануальної рухової асиметрії (МРА) під час занять фізичною культурою.*

Основне завдання полягало у визначенні стану сформованості вмінь (навичок) в основних рухах, що не пов'язані з мануальною вправністю, у дівчаток із різною спрямованістю МРА при використанні кожного з двох варіантів «симетричного» й традиційного підходів до навчання таких рухів. У дослідженні взяли участь 53 дівчинки з амбидекстрією, 68 – із правою, 62 – із лівою спрямованістю МРА, які склали по дві експериментальні та по одній контрольній групі. Навчання дівчаток із різною спрямованістю МРА досліджуваних рухів приводить до формування відповідних умінь і навичок, але результат є неоднаковим і зумовлений використаним підходом. Водночас дівчатка відзначаються такими особливостями: формування вміння відбувається в неоднакових рухах; оцінки за виконання всіх досліджуваних рухів відрізняються.

Отже, можна зробити висновок, що незалежно від спрямованості МРА використання «симетричного» підходу, що передбачає вивчення руху спочатку непровідною ногою (унепровідному напрямі) до рівня навички, а потім провідною забезпечує значно кращий результат у формуванні вмінь дівчаток, аніж інший варіант «симетричного» підходу (навчання у зворотній послідовності), а тим більше – традиційний.

**Ключові слова:** дівчатка, дошкільний вік, рухова асиметрія, фізична культура, рухова активність, розвиток.

**Леся Галаманжук. Эффективность различных подходов к обучению во время занятий физической культурой в развитии двигательной активности девочек с существующими вариантами мануальной двигательной асимметрии в дошкольный период.** Цель статьи – определить эффективность различных подходов к обучению в развитии двигательной активности 4-летних девочек с существующей направленностью мануальной двигательной асимметрии (МДА) во время занятий физической культурой. Основная задача состояла в определении состояния сформированности умений (навыков) в основных движениях, которые не связаны с мануальной умелостью, у девочек с разной направленностью МДА при использовании каждого из двух вариантов «симметричного» и традиционного подходов к обучению таким движениям. В исследовании приняли участие 53 девочки с амбидекстрией, 68 – с правой, 62 – с левой направленностью МДА, составившие по две экспериментальные и по одной контрольной группе. Обучение девочек с разной направленностью МДА исследуемым движениям приводит к формированию соответствующих умений и навыков, но результат оказывается неодинаковым и обусловлен используемым подходом. В то же время девочки отмечают такие особенности: формирование умения происходит в неодинаковых движениях; оценки за исполнение всех исследуемых движений отличаются. Независимо от направленности МДА использование «симметричного» подхода, предусматривающего изучение движения сначала неведущей ногой (в неведущем направлении) до уровня навыка, а после этого – ведущей, обеспечивает намного лучший результат в формировании умений девочек, чем другой вариант «симметричного» подхода (обучение в обратной последовательности), а тем более – традиционный.

**Ключевые слова:** девочки, дошкольный возраст, двигательная асимметрия, физическая культура, двигательная активность, развитие.

**Lesija Galamandjuk. The Effectiveness of Different Approaches to Learning by Physical Training in the Activity of 4-Year-old Girls with Existing Versions of Manual Motor Asymmetry.** Objective: to determine the effectiveness of different approaches to the study of motor activity in 4-year-old girls with existing manual focus motor asymmetry (MMA) during physical training. The main objective was to determine the status of skills (skills) in the basic movements that are not associated with manual dexterity, girls with different orientation MRA using each of the two options «symmetric» and traditional approaches to learning such movements. Material: The study involved 53 girls from Ambidexterity, 68 – from the right, 62 – left orientation of MMA, which formed two experimental and one control group. Results: The study of girls with different orientation MMA studied movements' leads to the formation of appropriate skills, but the result is different and conditioned approach used. Meanwhile, the girls observed the following features: the ability to formation occurs in varying movements; performance evaluation for all investigated different movements. Conclusions: regardless of orientation MMA use of «symmetric» approach, which involves the study of motion first conductive leg (non-conducting direction) to the level of skills, and leading, provides significantly better results in the formation of skills than girls another option «symmetric» approach (training in reverse sequence), and the more traditional.

**Key words:** girls, preschool age, motor asymmetry, physical education, physical activity and development.

УДК 37.011:001.891.032

Тетяна Єрмакова

## Формування культури здоров'я учнів як складова частина педагогічного процесу в школі

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди (м. Харків)

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Процес пізнання як основа будь-якого наукового дослідження, є складним і вимагає концептуального підходу на основі певної методології. У