

Keywords: professional competence, learning process specialist
mine action, complex technique, physical training.

Отримано 13.04.2017

УДК 37.015.3:796-053.5

І.О. Омеляненко

СТАН СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ АДАПТОВАНOSTІ 7-8 РІЧНИХ ШКОЛЯРІВ

Школярі потребують перманентної діагностики соціально-психологічної та фізичної адаптованості для попередження ймовірних труднощів у навчанні, формуванні особистості, фізичному та психічному розвитку, стані здоров'я. Превентивні дії педагога визначаються індивідуальними особливостями соціально-психологічної адаптованості школярів. Результати дослідження показують ставлення 7-8 річних школярів до навколишнього світу, оточуючих його людей і самого себе (школи, сім'ї, вулиці, власного Я) з урахуванням віку школярів другого класу, їх статевих особливостей та належності до основної та підготовчої медичних груп. Характеризуються рівні соціально-психологічної адаптованості та подаються кількісні показники адаптованих, дезадапованих та неадапованих 7-8 річних школярів. Показані результати фізичної адаптованості молодших школярів.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптованість, фізична адаптованість. молодші школярі, медичні групи, статеві особливості.

Постановка проблеми. Адаптація має велике значення у життєдіяльності людини. Для того, щоб конструктивно діяти (у грі, навчанні, праці) та ефективно творити (у побуті, науці, спорті тощо) треба відчувати гармонію соціальних взаємостосунків, розширювати поле внутрішньої комфортності через перебудову фізіологічних функцій та поведінку – бути адаптованим.

Молодший шкільний вік є важливим етапом пристосування особистості до нових умов життєдіяльності. Адаптація дитини до школи розглядається як комплексний, багатогранний процес, що охоплює всі царини життя дитини. Тому «шкільна адаптація» передбачає такі її види: соціально-психологічну, фізіологічну та дидактичну.

У молодших школярів з'являються нові контакти, обов'язки; змінюється соціальний статус, соціальний інститут навчання і виховання – змінюється усе життя дитини, що вимагає активізації механізмів соціально-психологічної адаптації. Соціально-психологічна адаптація є складовим елементом соціалізації, що відбувається як сукупність адаптацій до різноманітних життєвих ситуацій, під час яких нагромаджується соціальний досвід, засвоюються норми та цінності. Від соціально-психологічної адаптації дитини в школі залежить формування її самооцінки та майбутнє життя.

У відповідь на весь комплекс нових впливів, пов'язаних із початком систематичного навчання бурхливо реагують усі системи організму, активізуючи процеси функціональної адаптації. До того ж, навчальні заняття вимагають від дитини утримання відносно нерухокої пози протягом уроку. Таке статичне навантаження для молодшого школяра є важким. До того ж, його рухова активність стає наполовину меншою, але потреба у русі, як і раніше, залишається великою і тепер якщо не задовольняється. У молодшому шкільному віці великі м'язи дозрівають швидше, ніж дрібні. Відповідно, від виконання дрібних рухів дитина швидко втомлюється. Отже, звання до нового режиму робочого дня, зміни інтенсивності навантажень на організм, у тому числі фізичних, вимагає фізичної адаптації [2, 3].

Адаптація дитини до школи відбувається не одразу. Це довготривалий процес, пов'язаний із значним напруженням усіх систем організму, що потребує перманентної діагностики адаптованості школярів для профілактики можливих труднощів у його навчанні, розвитку, стані здоров'я [4].

Метою дослідження стало вивчення стану соціально-психологічної та фізичної адаптованості 7-8 річних школярів.

Аналіз проблеми у літературних джерелах. Успішна адаптація до шкільного життя є предметом дослідження багатьох авторів. Проблемі готовності до шкільного навчання приділяється значна увага в методологічних, теоретичних експериментальних і прикладних дослідженнях педагогів, психологів, фізіологів: Л.І. Божовича, Л.С. Виготського, Н.І. Уткіної, З.І. Калмикової, Г.Г. Кравцової, Р.В. Овчарової, Н.Г. Салміної, Д.Б. Ельконіна та інших

У галузі педагогіки і психології, фізичного виховання, медицини, науковці часто звертаються до методик оцінку різних видів адаптованості різних груп населення : студентів (Арабаджи Л.І, О.А. Баєв, С.О. Українець, В.Л. Романюк, Сторожук О.Б., О.П. Каніщева, М.С. Гончаренко, Т.М. Чикало та ін), школярів різного віку (Маркевич В.С., Голуб А.С., Васильєва С.О., Няньковський С.Л., Яцула М.С., Заваденко Н.Н., Петрухин А.С., Успенська Т.Ю.), військовослужбовців (Величко С.В.).

Результати дослідження. Соціальна адаптація передбачає встановлення емоційних контактів і відносин з оточуючими людьми та корекцію поведінки особистості, спрямованої на перетворення навколишнього середовища. Показниками успішної соціальної адаптації дитини є її задоволеність цим середовищем та активність самопрояву. Керуючись таким теоретичним положенням, для діагностики соціально-психологічної адаптованості молодших школярів було обрано методику А.Фурмана [5]. Авторська методика передбачає використання теста-опитувальника, який містить бланк, що заповнювався кожним учнем індивідуально. Шляхом самооцінки респондент визначав своє ставлення до навколишнього світу, оточуючих його людей і самого себе (школи, сім'ї, вулиці, власного Я). Відповіді респондентів диференціювали на позитивні (дуже позитивне, позитивне) та негативні (вкрай негативне, негативне) (табл. 1). У процесі експерименту було опитано 300 школярів 7-8 річного віку м. Тернополя.

Так, своє дуже позитивне ставлення до сім'ї висловили 61,7 % учнів. Позитивне 17,6 % дітей, нейтральне чи невизначене ставлення до сім'ї у 5,8 % школярів. Дуже позитивне ставлення усі респонденти висловили до дідусів, бабусь, а дівчата, до того ж – до своїх мам. В результаті дослідження серед дівчат були виявлені і такі, хто нейтрально ставиться до свого батька (16,6 %), а також брата (сестри) (22,2 %).

Дослідження ставлення учнів до школи виявило такі результати: дуже позитивне ставлення до школи лише у 23,5% школярів, позитивне у – 52,9 %, нейтральне – у 8,8 % учнів. Серед обстежених учнів другого класу були і такі, хто висловив своє негативне ставлення до школи (5,8 %). Якщо 100 % дівчат дуже позитивно ставляться до класного керівника, то серед хлопців таких лише 62, 5 %.

Таблиця 1

Результати оцінки взаємин 7-8 річних дітей з навколишнім світом, %.

№ п.п	Спробуй реально поглянути на свої взаємини з навколишнім світом та оцінити за 5-бал шкалою своє ставлення до:	Дуже позитивне	Позитивне	Нейтральне, невизначене	Негативне	Україн негативне
	ШКОЛА	23.5	52.9	8.8		
1	Товаришів по класу	$\frac{25}{66}$	$\frac{50}{11.1}$	$\frac{25}{22.9}$	----	----
2	Учителів	$\frac{68.7}{100}$	$\frac{31.2}{0}$	-----	----	----
3	Класного керівника	$\frac{62.5}{100}$	$\frac{37.5}{0}$	-----	----	----

4	Навчальних предметів	$\frac{31,2}{44,4}$	$\frac{31,2}{38,8}$	$\frac{12,5}{16,6}$	$\frac{25}{0}$	----
5	Школи та її вимог у цілому	$\frac{37,5}{61,1}$	$\frac{43,7}{11,1}$	$\frac{12,5}{27,8}$	$\frac{6,2}{0}$	----
	СІМ'Я					
6	Матері	$\frac{75}{100}$	$\frac{25}{0}$	----	----	----
7	Батька	$\frac{81,3}{83,3}$	$\frac{18,7}{0}$	$\frac{0}{16,6}$	----	----
8	Брата, сестри	$\frac{62,5}{61,1}$	$\frac{37,5}{16,6}$	$\frac{0}{22,2}$	----	----
9	Бабусі, дідуся, родичів	$\frac{100}{100}$	----	----	----	----
	ВУЛИЦЯ					
10	Найближчих друзів	$\frac{50}{55,5}$	$\frac{50}{44,4}$	----	----	----
11	Знайомих, товаришів	$\frac{50}{38,8}$	$\frac{25}{44,4}$	$\frac{25}{0}$	----	$\frac{0}{16,6}$
12	Батьків твоїх друзів	$\frac{68,7}{55,5}$	$\frac{31,2}{44,4}$	----	----	----
13	Сусідів	$\frac{68,7}{50}$	$\frac{31,2}{33,3}$	$\frac{0}{16,7}$	----	----
	ВЛАСНЕ Я					
14	Свої поведінки, своїх учинків	$\frac{37,5}{66,6}$	$\frac{25}{33,3}$	$\frac{37,5}{0}$	----	----
15	Внутрішнього Я, Я-образу, чи Я-концепції	$\frac{18,7}{66,6}$	$\frac{37,5}{33,3}$	$\frac{31,2}{0}$	$\frac{12,5}{0}$	----

Примітка: чисельник-хлопці, знаменник - дівчата

Вже у молодшій школі є доволі значна кількість школярів які негативно (12,5 % хлопців та 16,6 % дівчат) і вкрай негативно (25 % хлопців) ставляться до навчальних предметів та школи у цілому (18,7 % хлопців та 27,8 % дівчат).

Результати самооцінки власного ставлення 7-8 річних дітей до „вулиці” (друзів, знайомих, сусідів, друзів батьків.) виявились наступними: „дуже позитивне” – 58,8 %, „позитивне” – 17,6 %, „невизначене” – 5,8 % і „вкрай негативне” – 58,8 %. Серед обстежених хлопців і дівчат не було виявлено значних відмінностей у їх ставленні до найближчих друзів та батьків друзів. Втім, серед обстежених дівчат виявилось 16,6 % з вкрай негативним ставленням до знайомих, товаришів, а серед хлопців 16,7 % з невизначеним ставленням до своїх сусідів.

Більша частина обстежених школярів (58,8 %) дуже позитивно ставляться до власного Я, а позитивно – 20,5 %, не визначились у своєму ставленні до себе 5,8 % обстежених. Були серед школярів і такі

(2,9 %), хто негативно ставиться до власного Я. Усі вони були хлопцями та склали 12, 5 % у сукупності представників чоловічої статі. До того ж, варто зазначити що дівчат з дуже позитивним ставленням до власних вчинків та поведінки було у майже двічі більше, ніж хлопців (66, 6 % проти 37,5 %). Така ж тенденція спостерігається у ставленні дівчат до внутрішнього Я.

Результати опитування, які свідчать про ставлення дітей до оточуючого їх соціального середовища були опрацьовані відповідно до технології, запропонованої автором методики для визначення соціально – психологічної адаптованості школярів [5]. Отримані нами результати показують, що переважна більшість обстежених дітей (73,5%) є адаптованими до соціального середовища, що свідчить про відносну гармонійність між суб'єктивними цілями і кінцевими результатами та супроводжуються позитивним ставленням – оцінкою, розумінням, прийняттям особистості навколишнього світу і самого себе (табл. 2). Неадапованих школярів виявилось 23,5%, що є свідченням усвідомленої невідповідності між цілями і результатами діяльності та породжує амбівалентні почуття й оцінки, але не справляє психотравмуючого впливу на особистість . Серед обстежених були і такі діти, які характеризуються соціально – психологічною дезадаптованістю (2,9 %), яка свідчить про дисгармонію між цілями і результатами та є джерелом психічної напруги (стресу, психічного зриву, паніки), внутрішнього дискомфорту й нестабільності перебігу психічних процесів (страх, депресія, фрустрація тощо). Соціально-психологічна дезадаптація учнів проявляється через низьку успішність, конфліктність у спілкуванні з учителями й однолітками, схильність до асоціальної поведінки, низьку самооцінку, домінування негативного емоційного напруження, порушення поведінки, але може мати і пасивний перебіг. У будь-якому випадку соціально-психологічна дезадаптація може спричинити розвиток у дитини психосоматичних захворювань. Ці школярі вимагають особливої батьківської уваги і коректної професійної підтримки.

Таблиця 2

Показники соціально–психологічної адаптованості 7-8 річних школярів (%)

Вид соціально-психологічної адаптації	Загальні результати	♂	♀	Підготовча медична група	Основна медична група	7 річні	8 річні
Адаптованість	73,5	62,5	83,3	75	72,2	76,4	70,5
Неадапованість	23,5	31,2	16,6	25	22,2	23,5	23,5
Дезадапованість	2,9	6,2	0	0	5,5	0	5,8

Рівні функціонування соціально – психологічної адаптованості							
Максимальний	23,5	18,7	27,7	25	22,2	17,6	29,4
Дуже високий	8,8	12,5	5,5	12,5	5,5	17,6	0
Високий	20,5	18,7	22,2	12,5	27,7	17,6	23,5
Середній	26,4	25	27,7	31,2	22,2	29,4	23,5
Низький	8,8	6,2	11,1	12,5	5,5	5,8	17,6
Неочевидний	8,8	12,5	5,5	6,2	11,1	11,7	5,0
Очевидний	0	0	0	0	0	0	0
Ситуативний	2,9	6,2	0	0	5,5	0	5,8

Найбільша кількість обстежуваних характеризується максимальним (23,5 %), високим (20,5 %) та середнім (26,4 %) рівнями адаптованості. По 8,8 % школярів характеризується дуже високим та неочевидним рівнем адаптованості, а ситуативний рівень притаманний 3,0 % школярів.

Було виявлено, що кількість дівчат адаптованих до соціального середовища більша, ніж хлопчиків (83,3 % проти 62,5 %). Серед не адаптованих обстежених хлопців було більше ніж дівчат (31,2 % проти 16,6 %). Серед хлопців були і ті, кому притаманна соціально-психологічна дезадаптованість (6,25 %).

За результатами визначення рівня соціально-психологічної адаптивності перевагу також мають дівчата. Їх кількість є більшою за показниками максимального (27,7 % проти 18,7 %), високого (22,2 % проти 12,5 %) та середнього (27,7 % проти 25 %) рівнях соціально-психологічної адаптивності у порівнянні з хлопцями-однолітками. Виключенням є хлопці з оцінкою „дуже добре” (12,5 % проти 5,5 %) порівняно з дівчатами. Серед хлопців, на відміну від дівчат, були і такі, хто характеризувались ситуативним рівнем соціально-психологічної адаптивності (6,2 %).

Кількість адаптованих дітей основної (72,2%), порівняно зі школярами підготовчої медичної групи (75 %), є незначно меншою. До того ж, неадаптованих дітей в основній медичній групі менше, ніж у підготовчій (22,2 % проти 25 %). В основній медичній групі є школярі з соціально-психологічною дезадаптованістю (5,5 %).

Якісна характеристика соціально-психологічної адаптованості контингенту двох медичних груп значно різнилася між собою. Так, діти

з дуже високим рівнем адаптивності в основній медичній групі становили лише 5,5 %, а в підготовчій – 12,5 %. Проте кількість школярів з високим рівнем адаптованості в основній медичній групі значно більша, ніж в підготовчій (27,7 % проти 12,5 %), а з середнім рівнем – дещо більша в підготовчій, ніж в основній медичній групі (31,2 % проти 22,2 %). Низьким рівнем функціонування особистісної адаптивності характеризується 12,5 % школярів підготовчої медичної групи проти 5,5 % дітей основної медичної групи. Серед контингенту останніх були 5,5 % школярів з ситуативною адаптивністю.

Семирічні діти виявились дещо краще соціально адаптованими (76,4 %), ніж 8-річні (70,5 %) їх однокласники. Кількість неадапованих школярів 7 та 8 річного віку була ідентичною (по 23,5 %). Проте, дезадаптація була притаманна лише 8 - річним школярам (5,8 %). Восьмирічних дітей з дуже високим рівнем адаптації не було виявлено на протипагу їх 7-річним однокласникам (17,6 %). Кількість дітей з максимальним і високим рівнями функціонування особистісної адаптованості були однаковими у 7-річних дітей (по 17,6%), а у 8-річних, відповідно, дещо більшою (29,4 % і 23,5 %). Школярів з середнім рівнем соціальної адаптованості більше серед 7-річних (29,4 %), ніж 8-річних (23,5 %), а з низьким рівнем – навпаки (17,6 % проти 5,8 %). Семирічних школярів з неочевидним рівнем соціальної адаптивності більше ніж 8-річних (11,7 % проти 5,0 %). Незначній кількості 8-річних дітей притаманний ситуативний рівень функціонування особистісної адаптованості (5,8 %).

Для оцінки функціональної адаптованості 7-8 річних школярів було використано методику Р. М. Баєвського [1]. В результаті дослідження адаптаційного потенціалу молодших школярів виявлено, що напруження механізмів адаптації спостерігається у 90,4% дітей 7-8 річного віку, незадовільна адаптація притаманна 5,3 % обстежених, а задовільна адаптація властива лише для 4,2 % обстежених. Такі результати дослідження свідчать про ймовірну надмірну інтенсифікацію навчальної праці молодших школярів та необхідність корекції педагогом процесу навчання з метою збереження здоров'я кожної дитини.

Серед хлопців незадовільну адаптацію виявлено у 2,1% школярів; напруженням механізмів адаптації характеризуються 91,4 % школяра чоловічої статі; задовільна адаптація спостерігається у 6,3 % хлопців. Серед дівчат такі ж характеристики адаптаційного потенціалу виявлено у 8,5 % та 89,3 %; 2,1%, відповідно.

Висновки. Переважна більшість 7-8 річних дітей є адаптованими до соціального середовища. У обстежених школярів других класів загальноосвітніх навчальних закладів рівень соціально-психологічної адаптованості вищий у дівчат, контингента підготовчої медичної групи

та дітей 7-річного віку порівняно з хлопцями, дітьми основної медичної групи та 8-річними однокласниками, відповідно. Переважна більшість 7-8 річних школярів характеризується напруженням фізіологічних механізмів адаптації. Фізична адаптованість дівчат знаходиться на дещо нижчому рівні у порівнянні з хлопцями.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження передбачають оцінку індивідуальних психологічних особливостей 7-8 річних школярів з метою виявлення кореляційних зв'язків між різними видами адаптованості обстежених та їхніми психологічними властивостями для подальшої розробки методики уроків фізичної культури, спрямованих на підвищення адаптованості молодших школярів.

Список використаних джерел:

1. Баевский Р.М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии / Р.М. Баевский– М.: Медицина, 1979. – 298 с.
2. Ведмеденко Б.Ф. Психолого –педагогічні особливості адаптації учнів до навчання у школі / Б.Ф. Ведмеденко. – Київ: Наукова думка, 2001. – 121с.
3. Кравченко Т. В. Соціалізація дітей шкільного віку у взаємодії сім'ї і школи / Т. В.Кравченко. – К. : Просвіта, 2009. – 416 с.
4. Ланчук Г., Адаптація молодших школярів до навчально – виховного процесу. Режим доступу - <https://docviewer.yandex.ua/>
5. Фурман А. Психодіагностика особистісної адаптованості / А. Фурман. – 2 – е вид. -Тернопіль: Економічна думка, 2003. – 64 с.

Schoolchildren need systematic diagnostics of social-psychological adaptivity for warning of credible difficulties in studies, forming of personality, physical and psychical development. The preventive actions of teacher are determined by the individual features of schoolchildren social-psychological adaptivity. Research results show a relation of 7-8 year schoolchildren to the surrounding world, people around them and themselves as a personality taking into account age of schoolchildren of the second class, their sexual features and belonging to basic or preparatory medical groups. The levels of social-psychological adaptability are characterized. submitted quantitative indicators adapted and not adapted maladjusted 7-8 year schoolchildren. Displayed results of schoolchildren physical adaptability .

Keywords: social-psychological adapted, junior schoolchildren, medical groups, sexual characteristics.

Отримано 30.04.17

УДК 378.011.3 – 051:796:613

А.О. Петров, В.Й. Мазур

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті розглянуто види здоров'язбережувальних технологій на формуванні яких треба зосередити увагу при підготовці майбутніх учителів фізичної культури (технології боротьби із втомою; фізкультурно-оздоровчі; створення здоров'язбережувального середовища; профілактика порушень постави, стопи, зору; загартування та гігієни; профілактики захворювань). Визначено педагогічні умови підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування здоров'язбережувальних технологій (забезпечення принципу єдності теоретичної та практичної підготовки майбутніх учителів фізичної культури).

Ключові слова: здоров'язбережувальні технології, педагогічні умови, професійна підготовка, професійна компетентність, модель підготовки майбутнього вчителя фізичної культури.

Постановка проблеми. Соціально-економічні зміни, процеси глобалізації та інтеграції, що відбуваються сьогодні в Україні, визначили нові пріоритети у професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах. Особливого значення набуває модернізація процесу професійної підготовки, спрямування його на опанування технологіями забезпечення здоров'я школярів [1, 3].

Проблема погіршення здоров'я і захворюваності учнів під час навчання у школі залишається однією з гострих і невирішених. Тому здоров'язбережувальна підготовка стає пріоритетною і необхідною умовою формування майбутніх учителів у педагогічних університетах. Учитель сьогодні є єдиною реальною силою, здатною в процесі шкільного навчання подбати про дітей, зберегти та зміцнити їхнє здоров'я.