

СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ПРИДНІПРОВ'Я

«СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ПРИДНІПРОВ'Я» –

науково-практичний журнал
Придніпровської державної
академії фізичної культури
і спорту

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР

Савченко В.Г.

ЗАСТУПНИК ГОЛОВНОГО РЕДАКТОРА

Москаленко Н.В.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Асинкевич Р., Афанасьєв С.М.,
Афтимичук О.Є., Врублевський Є.П.,
Дорошенко Е.Ю., Кашуба В.О.,
Коваленко Н.Л., Круцевич Т.Ю.,
Луковська О.Л., Майкова Т.В.,
Маліков М.В., Пангелова Н.Є.,
Приходько В.В., Сорока А.,
Шевяков О.В.

Рекомендовано до друку Вченою
радою Придніпровської державної
академії фізичної культури і спорту
(протокол №9 від 27.03.2019 р.)

Журнал включено до переліку
наукових фахових видань Укра-
ни, в яких можуть публікуватися
результати дисертаційних
робіт на здобуття наукових
ступенів доктора і кандидата
наук (Додаток до наказу Мініс-
терства освіти і науки України
від 13 липня 2015 р. № 747)

Журнал розміщено у наукоме-
тричних базах, репозитаріях:
Національна бібліотека України
імені В.І. Вернадського (Украї-
ніка наукова); IndexCopernicus;
Google Scholar

Реєстраційний № ДП-703
від 25 січня 2000 р.
Україна, 49094, м. Дніпро,
вул. Набережна Перемоги, 10
Факс: (0562) 731-96-89
Тел.: (0562) 46-05-52 (редакція)

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

- Дрюков Олександр, Панін Ігор*
Нормативно-правове забезпечення управління розвитком
сучасного п'ятиборства в Україні 3
- Каковкіна Ольга, Пікінер Олександр, Грюкова Вікторія*
Порівняльний аналіз рівня фізичної підготовленості
кваліфікованих баскетболістів з вадами слуху на етапі
максимальної реалізації індивідуальних можливостей 11
- Лукіна Олена, Вороний Владислав*
Особливості змагальної діяльності борців
греко-римського стилю 21
- Овчаренко Сергій, Мітова Олена, Мяташ Вадим*
Модельні характеристики функціональної
та фізичної підготовленості футболістів
із церебральним паралічем з урахуванням
ступеня ураження опорно-рухового апарату 30
- Приходько Володимир, Шевяков Олександр, Майкова Тетяна*
Від спрямованої на індивідуальність
до особистісно-орієнтованої практики – ресурс
якісного оновлення системи спортивної підготовки 37

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

- Асаулюк Інна, Маринчук Петро, Дяченко Анна*
Корекція фізичного стану студентів спеціальності
«Музичне мистецтво» в процесі професійно-прикладної
фізичної підготовки 50
- Дерека Тетяна, Іскра Володимир, Кнотовіч Ядвіга,
Гацко Олена, Бистра Ірина, Позніхаренко Дмитро*
Соціально-психологічна адаптація дітей
молодшого шкільного віку засобами ігор 60
- Журавльов Юрій, Маліков Микола*
Динаміка загальної та спеціальної
фізичної підготовленості студентів 18-19 років
в процесі секційних занять плаванням 69
- Кашуба Віталій, Асаулюк Інна, Дяченко Анна*
Стан біогеометричного профілю постанови студентів 79
- Ковтун Алла, Михайленко Юлія*
Сучасний стан адаптивного фізичного виховання студентів
з інвалідністю в Україні 87

№2/2019

<i>Кравченко Тетяна</i> Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я підлітків в процесі туристсько-краєзнавчої роботи в умовах закладів середньої освіти	96
<i>Круцевич Татяна, Марченко Оксана</i> Концептуальні засади гендерного підходу у фізичному вихованні школярів	104
<i>Москаленко Наталья, Торбанюк Геннадій</i> Інноваційні підходи залучення до рухової діяльності школярів та студентів	115
<i>Підлетейчук Роман</i> Передумови виникнення й чинники розвитку військово-фізичної підготовки в античних державах	122

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ ТА АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

<i>Луковська Ольга, Кудрявцева Валентина, Петречук Людмила, Кришень Валерій</i> Імунний статус спортсменів при фізичних навантаженнях	134
<i>Мелешко Віктор, Самошкін Владлен</i> Використання ергогенних нутрієнтів антиоксидантної дії в спортивній практиці	141

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА
АДАПТАЦІЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО
ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ
ІГОР У ВОДІ



*Дерека Тетяна¹, Іскра Володимир²,
Кнотович Ядвига³, Гацко Олена², Бистра Іріна²,
Позніхаренко Дмитро⁴*

¹Сумський державний педагогічний
університет імені А.С. Макаренка, Україна

²Київський університет імені Бориса Грінченка, Україна

³Державний університет прикладних наук, Конін, Польща

⁴Аква Академія, Щецин, Польща

DOI: 10.32540/2071-1476-2019-1-060

Annotation

An urgent problem is the social adaptation of elementary school children to interactions in the team. Children's communication, mediated by gadgets in the virtual world, is becoming more widespread and contributes to difficulties in the real interaction process. **Objective:** To study the dynamics of social-psychological adaptation of elementary school children using of the game method in learn to swim groups, as one of the means of social adaptation. **Materials and methods:** participants were 9 years old children training at sports gymnasts (from children and youth sport school "FENIX-Spartak") who trained at the children's health and sports camp. There were control (n = 13) and experimental (n = 13) groups. Duration of study was 21 days. Water classes were held every day for 45 minutes. There was method of sociometry (study of interpersonal relationships in a group after Moreno J-L) used in the study. The main means of the experimental group children's influence was the usage of games in water, which required different interaction between children. Accordingly, the control group used games that provided for a predominantly individual form of task organization. **Results:** The sociometric status indicator, which reflects the level of socio-psychological adaptation in the experimental group in comparison with the control group, improved statistically significant at the end of the study from $31.3 \pm 12.8\%$ ($Mh \pm \sigma$) for the start of the study to $51.4 \pm 14,6\%$ ($Mx \pm \sigma$) for its completion ($t = 3,73; p \leq 0,01$). There were no statistically significant changes found for this indicator in the control group. The sociometric status analysis showed that experimental group children's level of socio-psychological adaptation has improved significantly as a result of the game method usage at the stage of initial swimming training. **Conclusions:** water games and specially created socio-pedagogical situations leads improvements in the social adaptation of children in the team. The more games that motivate for interactions, the better and easier the process of adapting children to social interaction in the team. It is shown that as a result of specially organized interaction in the group, the number of mutual choices increases, that is, relations between children become more diverse, and the structure of the collective improved.

Key words: adaptation, water games, sociometry, physical education, schoolchildren.

Анотація

Актуальною проблемою є соціальна адаптація дітей молодшого шкільного віку до школи. Основними показниками психологічної адаптації дитини до школи є формування адекватної поведінки впродовж навчання. **Мета:** дослідження динаміки соціально-психологічної адаптованості дітей молодшого шкільного віку із застосуванням ігрового методу в групах початкового навчання плавання, як одного із засобів соціальної адаптації. **Матеріали та методи:** учасники - діти спортсмени-гімнасти 9-ти років

(ДЮСШ «ФЕНІКС – Спартак»), що перебували на тренувальних зборах у дитячого оздоровчо-спортивного таборі, які становили контрольну ($n=13$) та експериментальну ($n=13$) групи. Тривалість дослідження 21 день. Заняття у воді проводились щоденно по 45 хвилин. У процесі дослідження було використано метод соціометрії (дослідження міжособистісних стосунків у групі) за Moreno J-L. Основним засобом впливу на дітей експериментальної групи було застосування у заняттях ігор у воді, які потребували різної взаємодії між дітьми. Відповідно для контрольної групи застосовувались ігри, які передбачали переважно індивідуальну форму організації виконання завдань. Результати: показник соціометричного статусу, який відображає рівень соціально-психологічної адаптації у дітей експериментальної групи в порівнянні з контрольною, в кінці дослідження статистично значуще покращився ($31,3 \pm 12,8\%$ ($Mx \pm \sigma$) на початок роботи до $51,4 \pm 14,6\%$ ($Mx \pm \sigma$) на її завершення ($t = 3,73$; $p \leq 0,01$)). У дітей контрольної групи статистично значущих змін за даним показником виявлено не було. Аналіз соціометричного статусу показав, що у дітей експериментальної групи рівень соціально-психологічної адаптації в результаті використання ігрового методу на етапі початкового навчання плаванню значно покращився. Висновки: ігри у воді та спеціально створені соціально-педагогічні ситуації супроводжуються покращенням соціальної адаптації дітей в колективі. Чим більше ігор, які мотивують до взаємодії, тим краще та легше проходить процес адаптації дітей до соціальної взаємодії в колективі. Показано, що в результаті спеціально організованої взаємодії у групі збільшується кількість взаємних виборів, тобто зв'язки між дітьми стають більш різноманітними, покращується структура колективу у цілому.

Ключові слова: адаптація, ігри у воді, соціометрія, фізичне виховання, школярі.

Аннотация

Социальная адаптация детей младшего школьного возраста к взаимодействию в коллективе является актуальной проблемой современного общества. Основными показателями психологической адаптации ребенка к школе является формирование адекватного поведения в течение обучения. Цель: исследование динамики социально-психологической адаптированности детей младшего школьного возраста с применением игрового метода в группах начального обучения плаванию как одного из средств социальной адаптации. Материалы и методы: участники – дети спортсмены-гимнасты 9 лет (ДЮСШ «ФЕНІКС – Спартак»), которые находились на тренировочных сборах в детском оздоровительно-спортивном лагере, и составляли контрольную ($n = 13$), экспериментальную ($n = 13$) группы. Продолжительность исследования 21 день. Занятия в воде проводились ежедневно по 45 минут. В процессе исследования был использован метод социометрии (исследование межличностных отношений в группе) по Moreno J-L. Основным средством воздействия на детей экспериментальной группы было применение в занятиях игр в воде различного взаимодействия между детьми. Соответственно, для контрольной группы применялись игры, которые предусматривали преимущественно индивидуальную форму организации выполнения задач. Результаты: показатель социометрического статуса, который отражает уровень социально-психологической адаптации у детей экспериментальной группы по сравнению с контрольной, в конце исследования статистически значимое улучшилось ($31,3 \pm 12,8\%$ ($Mx \pm \sigma$) на начало работы до $51,4 \pm 14,6\%$ ($Mx \pm \sigma$) на ее завершения ($t = 3,73$; $p \leq 0,01$)). У детей контрольной группы статистически значимых изменений по данному показателю выявлено не было. Анализ социометрического статуса показал, что у детей экспериментальной группы уровень социально-психологической адаптации в результате использования игрового метода на этапе начального обучения плаванию значительно улучшилось. Выводы: игры в воде и специально созданные социально-педагогические ситуации сопровождаются улучшением социальной адаптации детей в коллективе. Чем больше игр, которые мотивируют к взаимодействию, тем лучше и легче проходит процесс адаптации детей к социальному взаимодействию в коллективе. Показано, что в результате специально организованного взаимодействия в группе увеличивается количество взаимных выборов, то есть связи между детьми становятся более разнообразными, улучшается структура коллектива в целом.

Ключевые слова: адаптация, игры в воде, социометрия, физическое воспитание, школьники.

Вступ. У сучасному суспільстві дуже гостро постає проблема соціальної адаптації та збереження психічного здоров'я особистості (Гаркуша С.В., 2013, Дыба Т.Г, Радзиевская М.П, Кнотович Я., Радзиевский П.А, Нестерова

Т.В, & Дыба Е.В., 2013). Проблема соціальної адаптації дітей є актуальною і потребує уваги психологів, учителів та батьків (Мороденко Е.В., 2009). Пошуку засобів підвищення ефективності фізичного виховання дітей і під-

літків, їх соціально-психологічної адаптації в процесі навчання в загальноосвітньому закладі присвячена велика кількість наукових робіт. На думку вчених, основними показниками психологічної адаптації дитини до

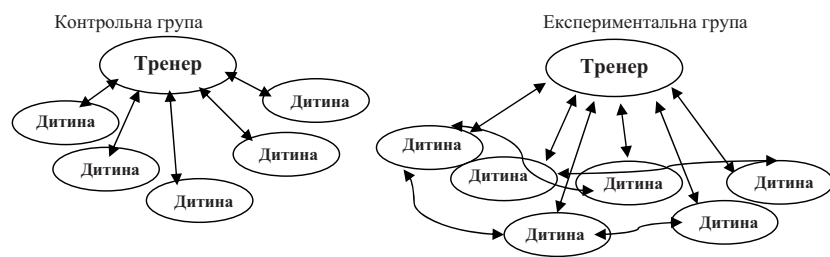


Рис. 1. Схема взаємодії між тренером-викладачем та дітьми у контрольній та експериментальній групах

спілкування в колективі є формування адекватної поведінки впродовж навчання: встановлення контактів з учнями, з учителем; оволодіння навичками навчальної діяльності (Березовська Л.І., & Смоляк М.А., 2014, Planinšec J., 2002). Дослідники визначають соціальну адаптацію як процес, за допомогою якого дитина досягає стану соціальної рівноваги при відсутності переживання конфлікту із оточуючими людьми (Мороденко Е.В., 2009). Вчені зазначають, що початок навчання в школі – серйозний момент у житті молодшого школяра. У багатьох учнів інтенсивність навчання провокує напруженість, втому, невпевненість і незадоволеність (Прокоф'єва О.О., & Аносова Д.І., 2016, Михно Л.С., 2015). У цей період діти гостро переживають невдачі у школі, що може призвести в подальшому до цілого комплексу проблем. Не-

правильна поведінка педагога, об'єктивні труднощі адаптації до школи призводять до виникнення шкільного стресу, а деякі – і до неврозу, страхів (Овчарова Р.В., 2003, Katić R., Dizdar D., Viskić-Štalec N., Šumanović M., 1997). Дослідниками вивчався рівень знань учителів щодо симптомів, діагностики та лікування психомоторних порушень у школярів (Новак А, Романовска-Толлочко А, & Книсак М., 2016). Вченими встановлено низький рівень знань у вчителів щодо психомоторних порушень школярів. Учителі мають труднощі не тільки у визначенні епідеміології різних розладів, але й у правильному визначенні повного спектра симптомів.

Одним із засобів соціально-психологічної адаптації дітей молодшого шкільного віку ми вважаємо фізичні вправи, зокрема, ігровий метод рухової активності.

На думку провідних науковців, у фізичному вихованні ігровий метод використовується для вирішення освітніх, оздоровчих і виховних завдань (Боднар І.Р. & Кіндзера А.Б., 2016, Москаленко Н.В., 2007, Mraković M, Findak V, Metikoš D, & Neljak B., 1996). У розвитку рухової діяльності молодшого шкільного віку ігровому методу належить значна роль (Білітюк С.А., 2006, Dwayne, P. Sheehan, & Larry Katz., 2013, Kosinac Z, & Katić R., 1999). Дослідниками удосконалено методику використання рухливих ігор для оптимізації уроків фізичної культури дітей початкової школи (Шуба Л.В., 2017, Bala G, Popović B, & Jakšić D., 2009, Zorc J, Pišot R, & Stojnik V., 2005).

Однак, незважаючи на детальне дослідження багатьох аспектів процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку, процес їх соціально-психологічної адаптації вченими досліджений недостатньо. Соціально-психологічна адаптація дітей молодшого віку, їх внутрішній світ, часто опиняється поза увагою фахівців фізичного виховання, в тому числі й шкільних психологів.

Використання ігрового методу на етапі початкового навчання плаванню повинно супроводжуватися покращенням соціальної адаптації дітей молодшого шкільного віку у колективі. За допомогою відповідно підібраних ігор у воді можна вирішувати завдання

Динаміка соціометричного статусу дітей контрольної та експериментальної груп

Таблиця 1

Групи	Середня кількість взаємних виборів у групі, $M_x \pm \sigma$				t-кр. Ст'юдента
	Абсолютне значення, разів		Відносне значення, %		
	до експерименту	після експерименту	до експерименту	після експерименту	
ЕГ (n=13)	3,75±1,54	6,17±1,75	31,25±12,83	51,42±14,58	3,73**
КГ (n=13)	3,00±1,41	3,82±2,14	25,00±11,75	31,83±21,88	1,08
t-кр. Ст'юдента	1,29	2,91*	1,29	2,91*	–

Примітки: $p > 0,05$; * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$

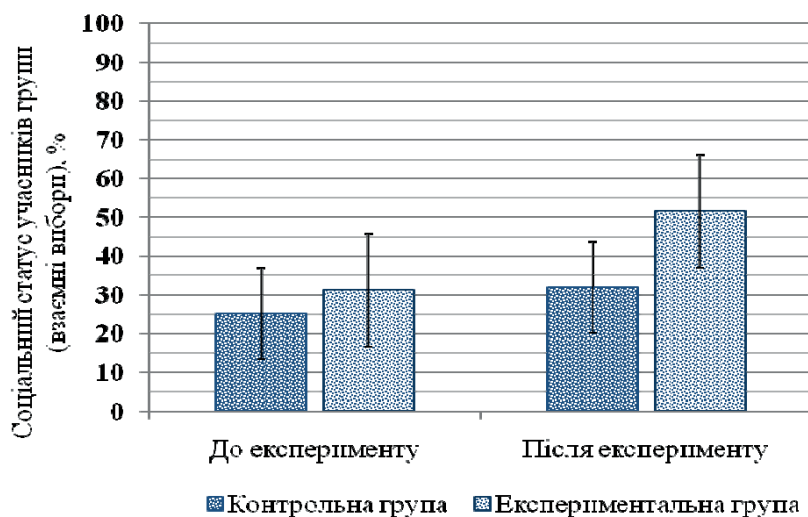


Рис. 2. Показники зміни соціального статусу учасників контрольної (n = 13) та експериментальної (n = 13) груп впродовж експерименту за результатами соціометрії

профілактики соціальної дезадаптації дітей молодшого шкільного віку.

Мета роботи – дослідження динаміки соціально-психологічної адаптованості дітей молодшого шкільного віку із застосуванням ігрового методу в групах початкового навчання плавання, – як одного із засобів соціальної адаптації.

Матеріали та методи. Учасники. У дослідженні взяли участь спортсмени-гімнасти 9-ти років (ДЮСШ «ФЕНІКС – Спартак»), які перебували на тренувальних зборах у дитячому оздоровчо-спортивному таборі «Хвиля». Контрольна (n=13) та експериментальна (n=13) групи. Дослідження тривали 21 день (протягом однієї зміни в оздоровчо-спортивному таборі), заняття у воді проводились щоденно, по 45 хвилин.

Організація дослідження. У процесі дослідження було використано метод соціометрії (дослідження міжособистісних стосунків у групі) за Moreno J-L [10]. Основним засобом впливу на дітей експериментальної групи було застосування у заняттях

ігор у воді, які потребували різної взаємодії між дітьми. Відповідно для контрольної групи застосовувались ігри, які передбачали переважно індивідуальну форму організації виконання завдань (класичний варіант) [7, 17]. Як у контрольній, так і в експериментальній групі, з точки зору засвоєння плавальних навичок, ігри несли однаковий навчальний зміст, але вони суттєво відрізнялись з точки зору організації соціальної взаємодії.

Взаємодія при використанні педагогічних методів у контрольній та експериментальній групах представлені на рисунку 1. Для дітей ЕГ це сприяло створенню умов для ширшої взаємодії між ними.

Прикладами ігор, які використовувались у дослідженні [4, 5], є: 1) Комплекс вправ та ігор для освоєння у водному середовищі: вправа «Занурення обличчя у воду, відкривання очей у воді»; гра «Умивання»; гра «Підводний човен»; гра «Збирання скарбів» – для контрольної групи. Для експериментальної – гра «Морський бій»; гра «Підводне привітання»; 2) Комплекс вправ для освоєнням

у водному середовищі («Видихи у воду»). Для контрольної групи використовувались ігри: «Чайник закипів». (Діти виконують вдих, опускають обличчя у воду, та виконують повний видих – на поверхні видно бульбашки, що при цьому утворюються); гра – «У кого більше бульбашок?» (Діти також виконують подовжений видих у воду, кількість утворених бульбашок та глибина видиху дітей – порівнюється). В експериментальній групі, окрім наведених ігор, було використано гру «Насос» (у цій веселій колективній грі діти, стоячи на міліні, тримаються за руки: спершу – попарно, потім – у колі; по сигналу тренера, поки перші номери виконують вдих, другі, присівши у воду – виконують видих, і навпаки) та гру «Клювання» (діти утворюють тісне коло, в центрі якого, стоїть ведучий). За сигналом ведучого діти набувають положення – «поплавок». Ведучий вибірково торкається спини одного із учасників, що спливає на поверхню, і той, виконавши видих у воду, лягає на дно і утримується на дні доки це можливо, а потім, випроставшись, виривається з води. Переможцем стає той, хто довше і більше за всіх утримається у воді після видиху. 3) Підводні вправи: ноги як при плаванні кролем, руки – по чергово, не виносячи із води. У завданнях на удосконалення роботи рук і ніг, в контрольній групі було використано гру «Гонки катерів» (плавання наввипередки руки – «по-собачому», ноги – «кроль», видих у воду) та в гру «Переправа» (плавання наввипередки до умовно позначеного «берегу»). Щодо експериментальної групи, то було модернізовано гру «Гонки катерів», зміст якої полягав у виконанні завдання в парах, і далі – у трійках (одна дитина виконувала гребкові рухи руками, а її напарники, тримаючись руками за її п'яти, і виконували ударні рухи ногами кролем, потім діти мінялись ро-

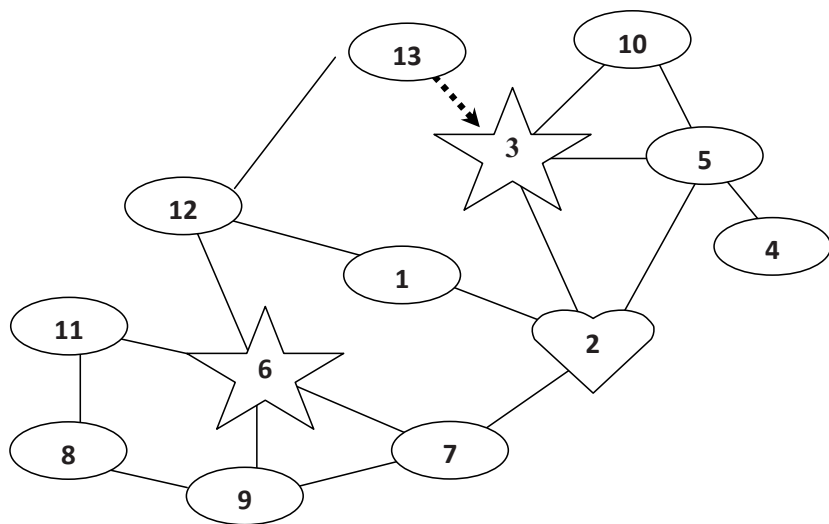


Рис. 3. Рейтингова схема соціальної взаємодії (СВ) дітей ЕГ за даними соціометрії на початку дослідження (n = 13)

лями). Також було використано гру «Швидкий буксир» (дітей розділили на 3-4 команди, по 6-8 осіб; кожна команда, шикуючись в колону по парах, повинна була перетнути фінішну лінію на відстані 8-10 м від стартової). Було застосовано два варіанти гри: перший варіант – учасник, який

стояв попереду, відводив руки назад та біг по воді до фінішу, а той, хто позаду, брався своїми руками за руки того, хто попереду, та, ковзаючи по воді, працював почергово ногами кролем; другий варіант – учасник, що був попереду, лягав на воду, відвівши ноги назад, виконував почер-

гові гребки руками у воді, а той, хто був позаду, брався руками за ноги свого товариша та у бігу, штовхаючи ноги свого напарника уперед, допомагав йому якомога швидше дістатись до фінішу. 4) Навчальні стрибки у воду. У КГ під час стрибків у воду виконання вправ здійснювалось під окремий для кожного учня сигнал тренера-викладача. У ЕГ під час стрибків у воду виконання вправ здійснювалось одразу декількома учнями та всією групою, що значно підвищує загальний емоційний фон групи (стрибок вниз ногами – «солдатиком», узявшись за руки).

Статистичний аналіз. Матеріали дослідження опрацьовані в програмі статистичного аналізу – IBM SPSS 20 за допомогою стандартного пакету програм Microsoft Excel. Визначали t-критерій Ст'юдента з метою статистичної перевірки на вірогідність розбіжностей між досліджуваними показниками контрольної та основної груп і метод середніх величин – для визначення загальної характеристики групи за досліджуваними параметрами (Mx ; δ ; V).

Дослідження соціометричного статусу дітей. Динаміка соціального статусу дітей у групі, досліджувалася нами як показник їх соціальної адаптованості. Для оцінки впливу запропонованої методики соціальної адаптованості дітей молодшого шкільного віку на початку та наприкінці експерименту було застосовано соціометрію (табл. 1, рис. 2).

Визначалося як абсолютне значення статусу дітей у групі (кількість взаємних виборів), так і його відносне значення – у порівнянні з максимально можливою кількістю виборів, яку потенційно може отримати дитина у даній групі (у наших дослідженнях, коли $n=13$, максимальна кількість виборів, яку може отримати учасник групи = 12).

Отже, якщо на початок дослідження у середньому показник со-

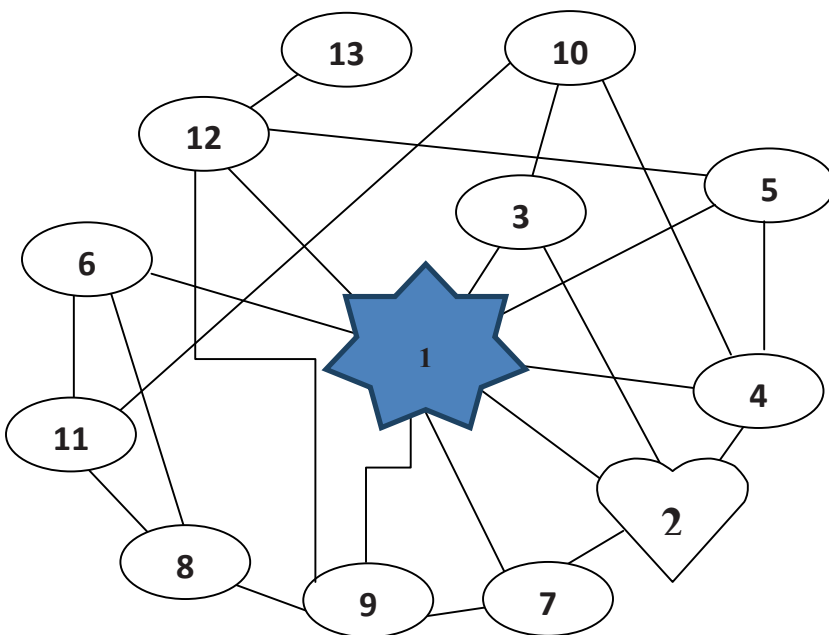


Рис. 4. Рейтингова схема соціальної взаємодії дітей ЕГ за даними соціометрії після дослідження (n = 13)

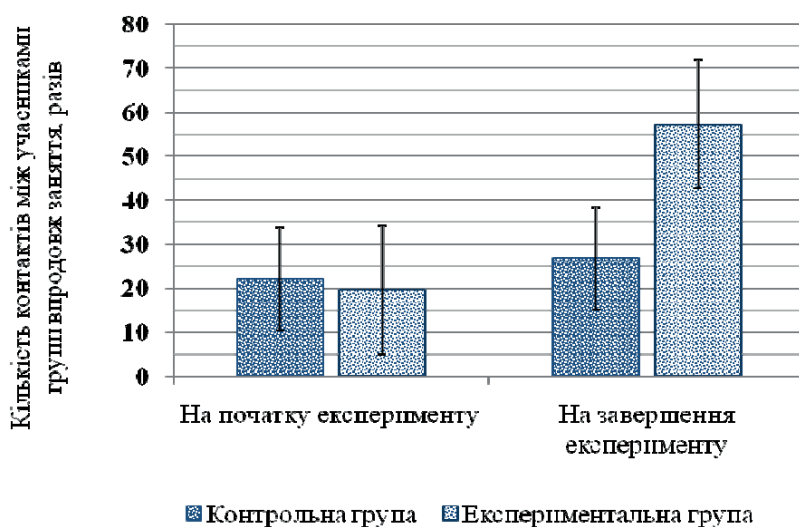


Рис. 5. Результати педагогічного спостереження за кількістю контактів (активність взаємодії) дітей ЕГ та КГ на заняттях з плавання

ціальної згуртованості дітей ЕГ ($31,3 \pm 12,8 \%$ ($Mx \pm \sigma$)) у порівнянні з КГ ($25,0 \pm 11,8 \%$ ($Mx \pm \sigma$)) статистично значуще не відрізнявся ($t = 1,29$; $p > 0,05$), то в кінці дослідження було зафіксовано статистично значущу відмінність між досліджуваними групами. Після проведення формувального експерименту у середньому показник соціальної згуртованості дітей ЕГ ($51,4 \pm 14,6 \%$ ($Mx \pm \sigma$)) статистично значуще вищий у порівнянні з КГ ($31,8 \pm 21,9 \%$ ($Mx \pm \sigma$)) ($t = 2,91$; $p \leq 0,05$).

Таким чином, рівень соціальної адаптованості дітей у ЕГ статистично значуще покращився, що складає $31,3 \pm 12,8 \%$ ($Mx \pm \sigma$) на початок роботи та $51,4 \pm 14,6 \%$ ($Mx \pm \sigma$) на її завершення ($t = 3,73$; $p \leq 0,01$). У КГ статистично значущих змін за даним показником виявлено не було (табл. 1, рис. 2).

В результаті дослідження встановлено (рис. 2), що показники у ЕГ зросли до значення, що відповідає половині обсягу даної групи (50%), що вказує на те, що кожний окремих учасник групи отримав більшу кількість виборів (і взаємно), що відображає його

рівень соціальної адаптованості, так і мікроклімат групи у цілому став сприятливішим для її учасників.

Соціальна адаптація дітей. Відтак, ми можемо зазначити, що в ЕГ наша гіпотеза знайшла статистичне підтвердження. Діти значно більше почали взаємодіяти між собою, в результаті чого сформувалась більш дружня атмосфера в групі у цілому. Попри те, що обидві групи знаходились в одному таборі, у КГ таких змін не спостерігалось. Ми вважаємо, що це певним чином пов'язано з такими чинниками: насиченість тренувальних зборів; відсутність поряд рідних та близьких родичів; застосування запропонованої нами методики побудови занять з плавання (ігрова складова як процес соціалізації особистості).

Різноманітність взаємозв'язків між дітьми (за рейтинговою сіткою взаємосимпатій) характеризує соціальну адаптацію як динамічний процес, який може змінювати свій характер і глибину, в залежності від того, які фактори на нього впливатимуть. І, оскільки окрім кількісних показників, соціометрія дозволяє

реалізувати якісний аналіз динаміки ситуації у групі та побачити стан окремих її членів, то, маючи достатній обсяг даних, ми розробили схему взаємозв'язків між дітьми ЕГ (рис. 3 та 4).

З рисунку 3 видно ряд особливостей ЕГ. 1) Загальна кількість взаємних виборів незначна, особливо беручи до уваги те, що соціометрія проводилась нами за непараметричною процедурою і кількість виборів у дітей була необмежена. Тобто, соціальні контакти у групі певною мірою збіднені. 2) Поряд з одним емоційним лідером (умовно позначеним «серцем»), у групі виділяється два ділових лідери (умовно позначені «зіркою»), які мають однаковий статус, але не взаємодіють між собою. Така ситуація несе у собі потенційний конфлікт, коли у групі є два конкуруючі центри впливу. 3) У групі, де четверо дітей (30,8 %) має лише два взаємних вибори, серед дітей є й майже «вигнанці» (15,4 %) – діти, кількість виборів яких дорівнює одиниці, а в одному випадку цей вибір ще й не взаємний. Такі діти (46,2 %) почувалися самотньо, відсторонено та часто відчувають проблеми з соціальною адаптацією.

Після проведення експерименту схема соціальної взаємодії дітей ЕГ представлена на рисунку 4. В результаті дослідження відбулися такі зміни. Загальна кількість взаємних виборів очевидно зросла. Відтак, соціальні контакти у групі стали повнішими, багатшою стала взаємодія дітей між собою. Також, якщо раніше у групі виділялося два ділових лідери (рис. 3), які мають однаковий статус і не взаємодіють між собою, то на завершення експерименту у ЕГ яскраво виділився один лідер (умовно позначений «зіркою»), статус якого вищий, ніж статуси попередніх «зірок». Така ситуація у групі є більш сприятливою, особливо для вирішення завдань, пов'язаних з певною діяльністю (а не відпочинком чи розвагами). Отже, у групі

майже всі діти (92,3%) мають три і більше взаємних виборів, (залишився лише один «вигнанець» – дитина, кількість виборів якої дорівнює одиниці), і взагалі відсутні не взаємні вибори.

Отже, у дітей ЕГ рівень соціальної адаптації суттєво покращився, на що вказують результати як кількісного, так і якісного аналізу даних соціометрії.

Протягом експерименту педагогічне спостереження проводилось двічі: на початку дослідження та при його завершенні (рис. 5). Метою спостереження було збір фактичного матеріалу щодо питань соціальної активності дітей на заняттях з плавання та порівняння отриманих результатів.

Обговорення. У дослідженні розглядалося припущення про вплив ігрового методу на етапі початкового навчання плаванню на соціальну адаптацію дітей молодшого шкільного віку у колективі. Встановлено, що показник соціометричного статусу, який відображає рівень соціально-психологічної адаптації у дітей ЕГ в порівнянні з контрольною, в кінці дослідження статистично значуще покращився – $31,3 \pm 12,8\%$ ($Mx \pm \sigma$) на початок роботи до $51,4 \pm 14,6\%$ ($Mx \pm \sigma$) на її завершення ($t = 3,73$; $p \leq 0,01$). У КГ статистично значущих змін за даним показником виявлено не було. Аналіз соціометричного статусу показав, що у дітей ЕГ рівень соціально-психологічної адаптації в результаті використання ігрового методу на етапі початкового навчання плаванню значно покращився.

Наведені дані доповнюють результати дослідження Мороденко Е.В. [11], Березовської Л.І., Смоляк М.А. [1], J. Planinšec [23].

Це доповнює дані Новак А., Романовска-Толлочко А., Книсак М. [13], Прокоф'євої О.О., Аносової Д.І. [15], Овчарової Р.В. [14], Katić R., Dizdar D., Viskić-Štaleb N., Šumanović M. [20] про доцільність пошуку ефективних шляхів подолання труднощів адаптації дітей молодшого шкільного віку до процесу навчання в школі. Результати дослідження доповнюють дані Бондар І.Р., Кіндзера А.Б. [3], Білітюк С.А. [2], Москаленко Н.В. [12], Шуби Л.В. [16], Zorc J., Pišot R., Stojnik V. [24], Mraković M., Findak V., Metikoš D., Neljak B. [22], Kosinac Z., Katić R. [21], Bala G., Popović B., Jakšić D. [18], Dwayne P. Sheehan, Larry Katz [19] про ефективність занять фізичними вправами, зокрема плавання, з метою покращення фізичного, психічного та функціонального стану дітей. Це вказує на необхідність використання рухливих ігор для оптимізації уроків фізичної культури дітей початкової школи. Для дослідження міжособистісних стосунків у групі дітей молодшого шкільного віку з метою вивчення їх соціально-психологічної адаптованості доцільно використовувати метод соціометрії за Moreno J-L [10].

У процесі обробки отриманих даних досліджено різницю між соціальною активністю дітей на початку експерименту та при його завершенні. Результати педагогічного спостереження дали позитивну тенденцію розвитку активності взаємодії дітей. Встановлено, що рівень соціальної взаємодії між дітьми значно покращився в експериментальній групі в порівнянні з контрольною. По завершенню експерименту діти почали більш активно брати участь у соціальному житті

колективу, стали більш уважні, дружелюбні та привітні по відношенню до своїх однолітків.

Висновки. Таким чином, дослідження показали, що на соціальну адаптацію дітей молодшого шкільного віку впливають такі фактори: правильно підібрана методика навчання, характер ігор у воді, наявність ситуацій, які б передбачали взаємодію, характер цієї взаємодії.

Ігри у воді та спеціально створені соціально-педагогічні ситуації супроводжуються покращенням соціальної адаптації дітей у колективі. Чим більше ігор, які мотивують до взаємодії, тим краще та легше проходить процес адаптації дітей до соціальної взаємодії в колективі. Встановлено, що в результаті спеціально організованої взаємодії у групі збільшується кількість взаємних виборів, тобто зв'язки між дітьми стають більш різноманітними, покращується структура колективу у цілому. Застосування ігор у воді може вирішувати не тільки оздоровчі, навчальні та виховні задачі, але й задачі соціальної адаптації дітей до взаємовідносин в колективі. За допомогою засобів фізичного виховання (відповідно підібраних ігор) можна і необхідно вирішувати завдання профілактики соціальної дезадаптації, особливо у дітей молодшого шкільного віку. Варто підкреслити, що фізичне виховання є одним із видів навчальної діяльності, який складно опосередкувати гаджетами та перенести у віртуальну реальність. Отже, варто використовувати заняття фізичною культурою не тільки з метою фізичного вдосконалення дітей, а й як середовище безпосередньої соціальної взаємодії, відповідно організовуючи її.

Література

1. Березовська, Л.І., & Смоляк, М.А. (2014). Психологічні особливості адаптації школярів до навчання. Вісник Національного університету оборони України, 4 (41), 162-167.
2. Білітюк, С.А. (2006). Формування стимулів до занять фізичними вправами в дітей молодшого шкільного віку (на прикладі плавання). Харків: ХДАФК.
3. Боднар, І.Р., & Кіндзера, А.Б. (2016) Дозвілля українських школярів і місце рухової активності у ньому. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорт, 5, 11-18. Дой: 10.15561/18189171. 2016.0502
4. Булгакова, Н.Ж., редактор. (2005). Оздоровительное, лечебное и адаптационное плавание. Москва: Академия.
5. Булгакова, Н.Ж. (2009). Игры в воде, на воде, под водой. Москва: Физкультура и спорт.
6. Гаркуша, С.В. (2013). Сучасні тенденції у стані здоров'я дітей і молоді в умовах навчання. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 10, 7-11. Дой: 10.6084/m9.figshare.775315
7. Деревянко, В, Сілкова, В, Перець, Т, & Силантьєв Д. (2012). Плавання в школі. Київ: Самміт-Книга.
8. Дыба, Т.Г, Радзиевская, М.П, Кнотович, Я, Радзиевский, П.А, Нестерова, Т.В, & Дыба, Е.В. (2013). Анализ зависимости образа жизни и некоторых параметров заболеваемости органов дыхания детей 7-9 лет в Польше и Украине. Педагогіка, психологія і медико-біологіческие проблемы физического воспитания и спорта, 10, 54-61. Дой: 10.6084/m9.figshare.775331
9. Михно, Л.С. (2015). Оцінка деяких показників фізичного здоров'я першокласників. Слобожанський науково-практичний вісник, 1(45), 91-94. Дой: 10/15391/snsv/2015 1/017
10. Морено, Дж.Л. (1958). Социометрия. Экспериментальный метод и наука об обществе. Москва: Иностранная литература.
11. Мороденко, Е.В. (2009). Социально-психологическая адаптация и дезадаптация в процессе социализации личности. Вестник Томского государственного университета, 8, 108-111.
12. Москаленко, Н.В. (2007) Фізичне виховання молодших школярів. Дніпропетровськ: «Інновація».
13. Новак, А, Романовска-Толочко, А, & Книсак, М. (2016) Знання учителів начальної школи на тему психомоторних порушень у дітей. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорт, 1, 52-57. Дой: 10.15561/ 18189172.2016.0108
14. Овчарова, Р.В. (2003). Практическая психология

References

1. Berezovsjka, L.I., & Smoljak, M.A. (2014). Psykholohichni osoblyvosti adaptaciji shkoljariv do navchannja. Visnyk Nacionaljnogho universytetu oborony Ukrainy, 4 (41), 162-167.
2. Bilitjuk, S.A. (2006). Formuvannja stymuliv do zanjatj fizychnymy vpravamy v ditej molodshogho shkiljnogho viku (na prykladi plavannja). Kharkiv: KhDAFK.
3. Bodnar, I.R., & Kindzera, A.B. (2016) Dozwillja ukrajinsjkykh shkoljariv i misce rukhovoji aktyvnosti u njomu. Pedagoghika, psykholohija ta medyko-biologhichni problemy fizychnogho vykhovannja i sport, 5, 11-18. Doj:10.15561/18189171. 2016.0502
4. Bulgakova, N.Zh., redaktor. (2005). Oздorovitel'noe, lechebnoe i adaptacionnoe plavanie. Moskva: Akademiya.
5. Bulgakova, N.Zh. (2009). Iгры u vody, na vode, pod vodoj. Moskva: Fizkul'tura i sport.
6. Gharkusha, S.V. (2013). Suchasni tendenciji u stani zdorov'ja ditej i molodi v umovakh navchannja. Pedagoghika, psykholohija ta medyko-biologhichni problemy fizychnogho vykhovannja i sportu, 10, 7-11. Doj: 10.6084/m9.figshare.775315
7. Derevjanko, V, Silkova, V, Perecj, T, & Sylantjjev D. (2012). Plavannja v shkoli. Kyjiv: Sammit-Knygha.
8. Dyba, T.G, Radzievskaja, M.P, Knotovich, Ja, Radzievskij, P.A, Nesterova, T.V, & Dyba, E.V. (2013). Analiz zavisimosti obraza zhizni i nekotoryh parametrov zaboлеваemosti organov dyhanija detej 7-9 let v Pol'she i Ukraine. Pedagoghika, psihologija i mediko-biologhicheskie problemy fizicheskogo vospitanija i sporta, 10, 54-61. Doj: 10.6084/m9.figshare.775331
9. Mykhno, L.S. (2015). Ocinka dejakykh pokaznykiv fizychnogho zdorov'ja pershoklasnykiv. Slobozhansjkyj naukovopraktychnyj visnyk, 1(45), 91-94. Doj: 10/15391/snsv/2015 1/017
10. Moreno, Dzh.L. (1958). Sociometrija. Jeksperimental'nyj metod i nauka ob obshhestve. Moskva: Inostrannaja literatura.
11. Morodenko, E.V. (2009). Social'no-psihologhieskaja adaptacija i dezadaptacija v processe socializacii lichnosti. Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta, 8, 108-111.
12. Moskalenko, N.V. (2007). Fizyчне vykhovannja molodshykh shkoljariv. Dnipropetrovsjk: «Innovacija».
13. Novak, A, Romanovska-Tolochko, A, & Knisak, M. (2016) Znanija uchitelej nachal'noj shkoly na temu psihomotornyh narushenij u detej. Pedagoghika, psykholohija ta medyko-biologhichni problemy fizychnogho vykhovannja i sport, 1, 52-57. Doj:10.15561/ 18189172.2016.0108

- образования. Москва: Академия.
15. Прокоф'єва, О.О., & Аносова, Д.І. (2016). Соціально-психологічна адаптація молодших школярів до навчання у середній школі засобами арт-терапії. Молодий вчений, 12 (39), 268-271.
 16. Шуба, Л.В. (2017). Оптимізація уроків фізичної культури в початковій школі на основі використання рухливих ігор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорт, 2, 87-93. Doi:10.15561/18189172.2017.0207
 17. Шульга, Л.М. (2008) Оздоровче плавання. Київ: Олімпійська література.
 18. Bala, G, Popović, B, & Jakšić D. (2009). Trend of changes of general motor ability structure in pre-school children. 1th International Scientific Conference; march 26-28, 2009; Novi Sad, Srbija, 113-118.
 19. Dwayne, P. Sheehan, & Larry Katz. (2013). The effects of a daily, 6-week exergaming curriculum on balance in fourth grade children. Journal of Sport and Health Science, 2, 131-137
 20. Katić, R., Dizdar, D, Viskić-Štalec, & N., Šumanović, M. (1997). Longitudinalna studija rasta i razvoja dječaka od 7 do 9 godina. 1. međunarodna znanstvena konferencija; 25-28 rujna, 1997; Dubrovnik: Hrvatska; 45-48.
 21. Kosinac, Z, & Katić, R. (1999) Longitudinalna studija razvoja morfološko-motoričkih karakteristika dječaka i djevojčica od 5. do 7. godina. 2. međunarodna znanstvena konferencija; 22-26 rujna, 1999; Dubrovnik, Hrvatska, 144-147.
 22. Mraković, M, Findak, V, Metikoš, D, & Neljak, B. (1996). Primijenjena kineziologija u školstvu. NORME. Hrvatski Zagreb.
 23. Planinšec, J. (2002). Relations between the motor and cognitive dimensions of preschool girls and boys. Perceptual and motor skill, 94(2): 415-423.
 24. Zorc, J, Pišot, R, & Stojnik, V. (2005). Gender differences in motor performance in 6,5-year-old children. Kinesiologija Slovenica, 11(1), 90-104.
 14. Ovcharova, R.V. (2003). Praktičeskaja psihologija obrazovanija. Moskva: Akademija.
 15. Prokof'jeva, O.O., & Anosova, D.I. (2016). Socialno-psykhologichna adaptacija molodshykh shkoljariv do navchannja u srednij shkoli zasobamy art-terapiji. Molodyj vchenyj, 12 (39), 268-271.
 16. Shuba, L.V. (2017). Optyimizacija urokiv fizychnoji kuljture v pochatkovij shkoli na osnovi vykorystannja rukhlyvykh ighor. Pedagoghika, psykhologhija ta medyko-biologhichni problemy fizychnogho vykhovannja i sport, 2, 87-93. Doj:10.15561/18189172.2017.0207
 17. Shuljgha, L.M. (2008) Ozdorovche plavannja. Kyjiv: Olimpijsjka literatura.
 18. Bala, G, Popović, B, & Jakšić D. (2009). Trend of changes of general motor ability structure in pre-school children. 1th International Scientific Conference; march 26-28, 2009; Novi Sad, Srbija, 113-118.
 19. Dwayne, P. Sheehan, & Larry Katz. (2013). The effects of a daily, 6-week exergaming curriculum on balance in fourth grade children. Journal of Sport and Health Science, 2, 131-137
 20. Katić, R., Dizdar, D, Viskić-Štalec, & N., Šumanović, M. (1997). Longitudinalna studija rasta i razvoja dječaka od 7 do 9 godina. 1. međunarodna znanstvena konferencija; 25-28 rujna, 1997; Dubrovnik: Hrvatska; 45-48.
 21. Kosinac, Z, & Katić, R. (1999) Longitudinalna studija razvoja morfološko-motoričkih karakteristika dječaka i djevojčica od 5. do 7. godina. 2. međunarodna znanstvena konferencija; 22-26 rujna, 1999; Dubrovnik, Hrvatska, 144-147.
 22. Mraković, M, Findak, V, Metikoš, D, & Neljak, B. (1996). Primijenjena kineziologija u školstvu. NORME. Hrvatski Zagreb.
 23. Planinšec, J. (2002). Relations between the motor and cognitive dimensions of preschool girls and boys. Perceptual and motor skill, 94(2): 415-423.
 24. Zorc, J, Pišot, R, & Stojnik, V. (2005). Gender differences in motor performance in 6,5-year-old children. Kinesiologija Slovenica, 11(1), 90-104.

Дерека Тетяна

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка
м. Суми, вул. Роменська, 87, 40002, Україна
e-mail: 24tetiana01@ukr.net, тел. +38(093)6357053

Іскра Ульяна

Київський університет імені Бориса Грінченка
м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, 04053, Україна;
e-mail: u.iskra@kubg.edu.ua, тел. +38(066)4114312

Ядвига Кнотович

Державний університет прикладних наук, Конін
Конін, вул. Пшиязни, 1, 62-510, Польща
e-mail: j.knotowicz@wseit.edu.pl, тел. +48632497200

Гацко Олена

Київський університет імені Бориса Грінченка
м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, 04053, Україна
e-mail: o.hatsko@kubg.edu.ua, тел. +38(096)2204227

Бистра Ірина

Київський університет імені Бориса Грінченка
м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, 04053, Україна
e-mail: i.bystra@kubg.edu.ua, тел. +380502403121

Позніхаренко Дмитро

Аква Академія, Щецин, Польща
71-220, Polska, Szczecin, ul. Nowowiejska, 5b
e-mail: enri.slalavik@gmail.com, тел. +48519621354