

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2024-4-128-23>

УДК 159.92+796-042.3

Репетій Світлана Тимофіївна¹кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології*Київський столичний університет імені Бориса Грінченка***Плескач Богдан Вадимович²**

кандидат психологічних наук,

старший викладач кафедри практичної психології

*Київський столичний університет імені Бориса Грінченка***Александрова Вікторія Вікторівна**

студентка

Київський столичний університет імені Бориса Грінченка

РОЗВИТОК УВАГИ ДОШКІЛЬНИКІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В МІНЛИВИХ УМОВАХ СУСПІЛЬНОГО БУТТЯ

Анотація. Дитячий період є найважливішим у розвитку психіки людини, оскільки в цей час інтенсивно розвиваються психічні процеси, внутрішні якості, відбувається поступове формування особистості. Необхідною умовою успішного протікання психічних процесів є розвиток уваги. У закладах дошкільної освіти увага дітей розвивається під час проведення занять і різних видів діяльності, зокрема, на заняттях з фізичного виховання. Мінливі умови суспільного буття сьогодення, знаходження під час тривоги в укритті призводять до малорухливого способу життя, впливають на фізіологічний та психічний розвиток дитини. Дана ситуація викликає занепокоєність у медиків, психологів-практиків, педагогів. Для відбудови і становлення країни потрібні високодуховні, творчі, інтелектуально розвинені особистості. Неуважній людині важко вести усвідомлену життєдіяльність, тобто духовне самопізнання, яке реалізується через розуміння своєї унікальності, що полягає в усвідомленні себе частиною Всесвіту і виконанні свого призначення на Землі.

Ключові слова: увага, розвиток, психічні процеси, дитина.

Svetlana RepetiyCandidate of Psychological Sciences,
Associate Professor of the Department of Practical Psychology
*Kyiv Metropolitan University named after Boris Grinchenko***Bohdan Pleskach**Candidate of Psychological Sciences,
Senior Lecturer of the Department of Practical Psychology
*Kyiv Metropolitan University named after Boris Grinchenko***Viktoriya Aleksandrova**

Student

Kyiv Metropolitan University named after Boris Grinchenko

DEVELOPMENT OF ATTENTION OF PRESCHOOLERS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN THE CHANGING CONDITIONS OF SOCIAL EXISTENCE

Summary. The childhood period is the most important in the development of a person's psyche, since mental processes and internal qualities develop intensively during this time, and the personality is gradually formed. A necessary condition for the successful flow of all mental processes is the development of attention. A person has the seeds of attention in the prenatal period, and after birth, their development takes place from involuntary to voluntary. In preschool institutions, children's attention develops during classes and various types of activities. Physical education classes contribute to the realization of children's natural need for movement and the development of attention, as a necessary condition for the optimal flow of mental processes. The changing conditions of social life today (pandemics, wars, natural disasters, etc.), being in a shelter during times of anxiety lead to a sedentary lifestyle, affect the physiological and mental development of the child. This situation causes concern among doctors, practicing psychologists, and teachers. Highly spiritual, creative, intellectually developed individuals are needed for the reconstruction and development of the country. The analysis of the latest research and publications of domestic and foreign psychologists and scientists indicates the importance of attention development in children for mental development. The development of attention occurs with the help of adults: with the right organized regime, care, upbringing. The level of development of attention affects individual characteristics of the personality. It is difficult for an inattentive person to lead a conscious life, that is, spiritual self-knowledge, which is realized through the understanding of one's uniqueness, which consists in realizing oneself as a part of the Universe and fulfilling one's purpose on Earth. In this context, spiritual self-knowledge, as a component of a person's spirituality, develops through the reflection of one's feelings, thoughts, one's attitude towards others, the animal and plant world, one's activities and the transformation of negative psychological processes into positive ones.

Keywords: attention, development, mental processes, child.

¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6946-0142>² ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2215-6810>

Постановка проблеми. Глобальні процеси, що відбуваються в суспільстві сьогодні – пандемії, війни, природні катаклізми тощо – впливають на життєдіяльність, внутрішній стан більшої частини людства. Насамперед страждають від цього найбільш вразливі прошарки суспільства – діти та люди похилого віку.

Вимушений малорухливий спосіб життя, страх, нервова напруга призвели до поширення ендокринних захворювань, хвороб серцево-судинної, дихальної, опорно-рухової, травної систем організму. Зафіксовано стрімке зростання психологічних захворювань. У дослідженнях зазначається, що травматичні обставини життя викликають у батьків стан тривоги, який негативно відображається на психічному розвитку дитини [4].

Результати дослідження вчених показують, що режим малорухомості (гіподинамії), який пов'язаний з обмеженням м'язової діяльності, призводить до затримки розвитку організму дитини. При цьому відбувається порушення функцій та структури ряду органів, регуляції обміну речовин та енергії, зменшується опірність організму до захворювань, що негативно позначається на здоров'ї дитини. Вчені вважають, що зайву вагу дошкільнят за рахунок жировідкладень також можна вважати одним з характерних ознак режиму малорухомості [1, с. 152].

Усе зазначене привертає увагу медиків, психологів-практиків, педагогів до розвитку та виховання підростаючого покоління, оскільки відбудова і становлення країни залежать від самоактуалізації, реалізації творчого, духовного потенціалу кожної особистості.

Фундаментом загального розвитку людини є міцне здоров'я, отримане в дошкільному віці. Водночас у цей період відбувається поступове формування особистості, розвиток психічних якостей, пізнавальних процесів, зокрема уваги, як необхідної умови їх оптимального протікання та становлення. Мінливий час сьогодні може сприяти втраті сенсорного періоду розвитку психічних явищ дитини, що погано позначиться на подальшій життєдіяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. При дослідженні психічних явищ у дітей на важливість розвитку уваги вказували вітчизняні та зарубіжні психологи, науковці: М. Боришевський, А. Валлон, В. Вундт, В. Джемс, К. Келер, Г. Костюк, К. Кофка, О. Лісовець, Ж. Піаже, Т. Рібо, І. Синиця та інші.

Особливості уваги дітей дошкільного віку є об'єктом наукового пошуку таких вітчизняних учених, як: А. Авер'янова, Ю. Бугера, Т. Бушуєва, М. Гриньова, Т. Дуткевич, А. Ненашева, І. Мартиненко, М. Машковець, Т. Савченко та ін.

За загальноприйнятим визначенням, увага – це спрямованість і зосередженість свідомості, які передбачають підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної та рухової активності індивіда.

На думку багатьох науковців, дитина має зарядки уваги в пренатальний період, а після народження відбувається їх розвиток: спочатку у вигляді мимовільної, а потім, за допомогою вольових зусиль, – довільної. Так, С. Максименко, досліджуючи розвиток когнітивної сфери, зазначає: «Це відбувається ... в ембріональному пері-

оді, коли на 5-6 місяці існування виникає (і це експериментально підтверджено) явище відображення. Воно є комплексним, недиференційованим і спрощеним: це (якщо вживати сучасні терміни) одночасна дія: уваги, відчуття, сприймання, пам'яті, мислення» [3, с. 219].

Т. Дуткевич зазначає: «Дитина з'являється на світ із вродженими передумовами уваги, а протягом дошкільного дитинства вони зумовлюють послідовний розвиток основних її видів, що потім становлять основу уваги дорослого» [2, с. 163]. Досліджуючи феномен уваги, вчена зазначає, що її розвиток відбувається у таких напрямках:

- від природної до соціально зумовленої;
- від безпосередньої до опосередкованої;
- від мимовільної до довільної;
- від чуттєвої до інтелектуальної [2, с. 163].

Розвиток уваги відбувається за допомогою дорослих: при правильному організованому режимі, догляду, вихованні. Протягом розвитку, зокрема в дошкільний період, увагу дитини привертають об'єкти, включені у спілкування з дорослим. І сам дорослий для дитини є головним об'єктом пізнання. Становлення та якість спілкування між дорослим і дитиною – це підвалина, на якій відбувається розвиток уваги дитини. Своєчасний розвиток довільної уваги в дитячому віці забезпечить у подальшому успішне навчання дитини в школі і подальшій життєдіяльності.

Як зазначають Р. Павелків і О. Цигипало: «Роль уваги полягає у забезпеченні психічних процесів (пізнавальних, емоційних, вольових) та успішної роботи свідомості. Вона пропускає через себе все, що входить у душу людини із зовнішнього світу, оскільки є формою організації психічної діяльності людини, яка полягає у спрямованості й зосередженості її на об'єктах, які мають для неї певне значення» [5, с. 221–222].

Розвиненість уваги впливає на індивідуальні характерні риси особистості. Так, Т. Савченко, досліджуючи сутність уважливості і спостережливості особистості звертає увагу на те, що життєве поняття уважливості і неухважливості у повсякденному житті використовують з метою загальної оцінки особистості і характеристики її відношення до оточуючої дійсності, себе самої та інших людей. Неухважна людина не замислюється про причини і наслідки своєї поведінки, не помічає змін обставин і деталей ситуації, а також не враховує психологічний стан оточуючих та свій особистий. Вона діє імпульсивно і механічно, необачливо і безтурботно, нерозсудливо, а часом, і нетактовно. Повна уважливість, навпаки, передбачає продуманість і усвідомлення діяльності на усіх етапах її підготовки і здійснення. Уважна людина планує свої дії і приймає зважені рішення, діє гнучко та ретельно, відповідно до конкретної ситуації, передбачливо, попереджаючи бажання і чітко відчувачи настрої партнера. Неухважні виявляються в явних помилкових діях і порушеннях етикету [7].

Неухважній людині важко вести усвідомлену життєдіяльність, тобто духовне самопізнання, яке реалізується через розуміння своєї унікальності, що полягає в усвідомленні себе частиною Всесвіту і виконанні свого призначення на Землі. Як зазначав М. Сааді: «Кожне ество народжене з певною метою і світло цієї мети запалено в його

душі». У даному контексті духовне самопізнання, як компонент духовності особистості, розвивається через рефлексію своїх почуттів, думок, свого ставлення до оточуючих, тваринного і рослинного світу, своєї діяльності та трансформації негативних психологічних процесів на позитивні [6].

Тому важливим завданням, яке постає перед вихователями, педагогами, психологами є розвиток уваги у дітей дошкільного віку. Особливо важливим є розвиток довільної уваги, оскільки довільна увага – це «вид уваги, який виникає внаслідок свідомо поставленої мети і вимагає певних волевольових зусиль» [5, с. 225].

Учені-психологи зазначають, що розвиток довільної уваги пов'язаний з появою у дошкільника гальмівної функції волі. Дитина докладє зусиль до того, щоб втримати свою увагу на потрібному, а не на цікавому, намагається зменшити залежність своєї уваги від зовнішніх подразників. Цьому сприяє розвиток здатності діяти за вимогами взятої на себе ролі [2, с. 169].

О. Варуха, здійснюючи аналіз джерел, в яких висвітлено особливості рухової активності дошкільників, зазначає, що наукові дослідження вчених Е. Вільчовського, Н. Денисенко О. Запорожця, Ж. Піаже та інші довели, що рухова активність дітей обумовлена численними соціальними, біологічними і природними факторами (режимом, станом здоров'я дитини, руховою підготовленістю, кліматичними умовами та ін.) є важливою умовою для розвитку пізнавальної (уваги, уяви, сприйняття, пам'яті, мислення) й емоційної сфери дітей дошкільного віку [1, с. 152].

Далі вчений підкреслює: «Діти, які систематично виконують фізичні вправи, відрізняються бадьорістю, життєрадісністю, оптимізмом та високою працездатністю як до фізичних, так і до розумових навантажень» [1, с. 152].

Враховуючи зазначене, нами було проведено експериментальне дослідження з метою розвитку уваги старших дошкільників на заняттях з фізичного виховання з урахуванням нестабільного періоду в суспільстві.

Мета статті. Розглянути дієвість застосування психолого-педагогічної програми розвитку уваги у старших дошкільників в період вимушеного малорухомого життя мінливого стану суспільства сьогодення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емпіричне дослідження проводилось на базі ЗДО (ясла-садок) комбінованого типу № 725 «Бджілка» м. Київ. У дослідженні взяли участь 40 дітей старшого дошкільного віку – групи «Нарцис» і «Фіалка» та їх батьки.

З батьками було проведено анкетування щоб дізнатись, скільки часу вони проводять з дітьми в активній формі (ігри, вправи тощо) поза ЗДО з метою розвитку їхньої уваги. Результати аналізу отриманих даних показали, що більшість батьків не займаються з дітьми активними видами спортивних занять, ігор. Більше того – батьки дозволяють дітям користуватись гаджетами, що призводить до їх малорухомості. Природна потреба в русі не задовольняється. Такий стан не сприяє розвитку уваги, а, навпаки, відбувається її розсіювання, що призводить до затримки розвитку психіки дітей.

Враховуючи зазначене, нами була розроблена психолого-педагогічна програма з розвитку ува-

ги старших дошкільників на заняттях з фізичного виховання, яку ми впроваджували в групі (експериментальній) «Фіалка» протягом року. До змісту програми були введені ігри-вправи, спрямовані на розвиток уваги: «Хто найуважніший», «Чотири стихії», тренувальні вправи «Будь уважним», «Вчимося бути уважним» з елементами казкотерапії та рольовими іграми.

Водночас проводились міні-лекції, семінари для батьків, психологів, вихователів, на яких розглядалися поняття уваги, її значення для розвитку психіки дитини, підходи науковців до спеціального розвитку. Для батьків, психологів, вихователів були розроблені рекомендації з розвитку уваги дітей в процесі рухової діяльності.

Дієвість застосування запропонованої програми вивчалась на основі психодіагностичної методики гри «У кого більше». Порівнювались результати двох груп дитячого садочку «Нарцис» та «Фіалка», обидві групи по 20 дітей. На констатувальному етапі дослідження був проведений перший «зріз». Розвивальні заняття проводились лише з однією (експериментальною) групою «Нарцис». Після завершення формувального етапу експерименту проведена повторна психодіагностика.

Методика «У кого більше» дозволяє діагностувати рівень уваги на основі правильної кількості виконаних завдань. Результат узагальнюється у відсотках, які вказують на рівень уваги: високий, середній та низький.

Перед початком формувального експерименту перша психодіагностика показала стан рівня розвитку уваги двох груп. Так, в середньому, рівень уваги в експериментальній групі «Нарцис» становив 67% правильно виконаних завдань. Тоді, як середнє значення виконаних завдань в контрольній групі «Фіалка» становило 64%. Згідно критерію Манна-Уїтні достовірних відмінностей між групами не знайдено ($U = 186,5$; $p = 0,718$).

Результати аналізу отриманих даних після формувального експерименту в експериментальній групі показали, достовірне зростання показників рівня уваги. Так, до формувального експерименту кількість правильно виконаних завдань в групі «Нарцис» становила 67%, після експерименту – 76,5%. Відмінність є статистично достовірною за критерієм Уїлкоксона для пов'язаних вибірок ($Z = -2,264$; $p = 0,024$). У контрольній групі відбулись не значні зміни по всіх показниках.

Порівняння експериментальної та контрольної групи за рівнем сформованості уваги також виявило достовірну відмінність за критерієм Манна-Уїтні. Так, середнє значення правильно вирішених задач в групі «Нарцис» становило 76,5%, в групі «Фіалка» (контрольна група) середнє значення вирішених завдань становило 64% ($U = 135,5$; $p = 0,046$).

Отже, результати дослідження свідчать про ефективність запропонованої програми з розвитку уваги старших дошкільників на заняттях з фізичного виховання. Більшість батьків, діти яких були в експериментальній групі, в кінці формувального експерименту вказували на збільшення уважливості дітей. Всі батьки отримали рекомендації щодо розвитку уваги дітей в процесі проведення рухливих занять у періоді вимушеного малорухливого стану.

Висновки. Сьогодні, у час воєнного стану та природних катаклізмів, усі учасники освітнього, виховного процесу мають згуртуватись і приділяти увагу психічному та фізіологічному розвитку дітей, пам'ятаючи про сенситивні періоди. Щоб вирости гармонійна, творча, високодуховна особистість по-

трібно дбати про її повноцінний розвиток у дитинстві. Розвиток уваги є основою для повноцінного психічного становлення особистості. Увагу можна розвивати не тільки під час фізичного виховання дошкільників, а й на інших заняттях у закладах дошкільної освіти, використовуючи різні підходи.

Список літератури:

1. Варуха О.В. Особливості організації рухової активності дітей дошкільного віку. *Наукові записки НДУ імені М. Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. 2021. № 5. С. 151–155.
2. Дуткевич Т.В. Дитяча психологія : навчально-методичний посібник. Київ : «Центр учбової літератури», 2012. 424 с.
3. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
4. Омельченко Я.М., Плескач Б.В. Освітні труднощі дітей військовослужбовців. *Технології розвитку інтелекту*. 2022. Том 6. Вип. 1(31). DOI: <http://doi.org/10.31108/3.2022.6.1.11>
5. Павелків Р.В., Цигипало О.П. Дитяча психологія : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2010. 432 с.
6. Репетій С.Т. Розвиток духовності особистості майбутнього фахівця : навчально-методичний посібник. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. 170 с.
7. Савченко Т.Л. Сутність уваги, уважливості і спостережливості як індивідуальна риса особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2010. Том V. Випуск 10. С. 205–209. URL: https://lib.iitta.gov.ua/Cavchenko_1_10

References:

1. Varukha O.V. (2021) Osoblyvosti orhanizatsii rukhovoї aktyvnosti ditei doshkilnoho viku [Peculiarities of organization of motor activity of preschool children]. *Scientific notes of M. Gogol NSU. Psychological and pedagogical sciences*, no. 5, pp. 151–155.
2. Dutkevich T.V. (2012) Dytiacha psykholohiia: navchalno-metodychnyi posibnyk [Children's psychology: educational and methodological manual]. Kyiv: "Center for Educational Literature", 424 p.
3. Maksimenko S.D. (2006) Heneza zdiisnennia osobystosti [Geneza realization of personality]. Kyiv: "KMM" LLC Publishing House, 240 p.
4. Omelchenko, Y.M., Pleskach B.V. (2022) Educational difficulties of military servants children *Technologies of intellect development*, tom 6, vol. 1(31). DOI: <http://doi.org/10.31108/3.2022.6.1.11>
5. Pavelkiv R.V., Tsygypalo O.P. (2010) Dytiacha psykholohiia: navch. posib. [Child psychology: teaching. manual]. Kyiv: Akademydav, 432 p.
6. Repetii S.T. (2017) Rozvytok dukhovnosti osobystosti maibutnoho fakhivtsia: navchalno-metodychnyi posibnyk [Development of the spirituality of the personality of the future specialist: educational and methodical guide]. Kyiv: NPU named after M.P. Dragomanov, 170 p.
7. Savchenko T.L. (2010) Sutnist uvahy, uvazhlyvosti i sposterezhlyvosti yak indyvidualna rysa osobystosti [The essence of attention, attentiveness and observation as an individual personality trait]. *Actual problems of psychology*, tom V, vol. 10, pp. 205–209. Available at: https://lib.iitta.gov.ua/Cavchenko_1_10