

4. Малахова Ж. В. Методические аспекты занятий по физическому воспитанию студентов специальной медицинской группы / Ж. В. Малахова // Спортивный вестник Придніпров'я – Днепропетровск - № 1 – 2011 – с. 16 – 17.
5. Мещерякова Г. П. Организационно – педагогическое обеспечение реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе вуза: дисс. канд. пед. наук: 13.00.01 / Г. П. Мещерякова – Ставрополь, 2006 – 190 с.
6. Bonelli Sandra, MA. S. Step. Training. American council on Exercise (ACE). 2000 – 90 p.
7. Champion N., Hurst G. Aerobics Instructors. Handbook. FIASAF. Kandaroo Press. 2000 – 133 p.
8. Gallup E. MA. (1955). Law and the team physician. Human Kinetics - 192 p.

Пасічник В. М., Пасічник В. Р.

Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського

ОЦІНКА РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У роботі здійснена оцінка рівня фізичної підготовленості дітей дошкільного віку. Усього у дослідженні взяли участь 1188 дітей дошкільного віку, серед них 418 дітей (216 хлопчиків, 202 дівчаток) 4-ий рік життя (3–4 роки), 350 – (180 хлопчиків, 170 дівчаток) 5-ий рік життя (4–5 років) та 420 – (211 хлопчиків, 209 дівчаток) 6-ий рік життя (5–6 років). Встановлено, що обстежувана вибірка дітей характеризується поступовим поліпшенням із віком за всіма показниками фізичної підготовленості. Отримані результати свідчать про інтенсивний і гетерохронний розвиток рухових якостей дітей в процесі онтогенезу. Загальний стан фізичної підготовленості більшості обстежених дітей свідчить про її задовільний рівень і відповідає віковій нормі.

Ключові слова: дошкільний вік, фізична підготовленість.

Пасічник В. М. Оценка уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста. В работе осуществлена оценка уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста. Всего в исследовании приняли участие 1188 детей дошкольного возраста, среди них 418 детей (216 мальчиков, 202 девочек) четвёртый год жизни (3–4 года), 350 – (180 мальчиков, 170 девочек) пятый год жизни (4–5 лет) и 420 – (211 мальчиков, 209 девочек) шестой год жизни (5–6 лет). Установлено, что обследуемая выборка детей характеризуется постепенным улучшением с возрастом по всем показателям физической подготовленности. Полученные результаты свидетельствуют об интенсивном и гетерохронном развитии двигательных качеств детей в процессе онтогенеза. Общее состояние физической подготовленности большинства обследованных детей свидетельствует о её удовлетворительном уровне и соответствует возрастной норме.

Ключевые слова: дошкольный возраст, физическая подготовленность.

Pasichnyk V. M. Assessment of the level of physical fitness of children of preschool age. Formation, preservation, strengthening and renewal of the young generation's health, the securing of his life - one of the main tasks of the state. First of all, it is actualized at the level of pre-school education, since the negative ecological state of the environment, the inadequate effectiveness of the health care system, and the decrease in the living standard of most families provoke the deterioration of the health of children from the very moment of their birth.

At the present stage, a significant number of children of preschool age have insufficient level of physical preparedness and motor activity.

That is why one of the most important tasks of physical education in pre-school educational institutions is the development of motor qualities, which is an important characteristic of children's health.

The urgency of the study is determined by the need to study the peculiarities of physical preparedness, which is an important basis for the substantiation of the direction of physical education in pre-school educational institutions.

The paper assesses the level of physical preparedness of children of preschool age. In total, 1,188 children of preschool age took part in the study, including 418 children (216 boys, 202 girls), 4th year of life (3–4 years), 350 (180 boys, 170 girls), 5th year of life (4–5 years old) and 420 – (211 boys, 209 girls) 6th year of life (5–6 years).

Physical fitness of subjects was determined by the results of educational testing, which makes it possible to determine the level of manifestation of basic motor skills: strength (dynamometry hands), explosive power (medicine ball throw distance, height jump up from their seats), speed-power (squat for 10 seconds), flexibility (torso forward from a sitting position), agility (throw a tennis ball in a horizontal target, keeping balance while standing on the fingers of the feet, coordination – clapped his hands over his head and under foot), speed (frequency movements in the race for the city for 10 s, time motor reaction in catching line of, the speed of local traffic in the discus plastic tennis ball), strength endurance (keeping legs raised in the supine position), fine motor skills (drawing a box with buttons for 10 seconds).

It was established that the sample of children surveyed is characterized by a gradual improvement with age in all indicators of physical fitness. The obtained results testify to intensive and heterochronous development of motor qualities of children in the process of ontogenesis. The general condition of physical fitness of the majority of examined children indicates its satisfactory level and corresponds to the age norm.

Key words: physical preparedness, preschool age.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Проблема погіршення здоров'я дітей стає пріоритетною національною проблемою. Від стану здоров'я дітей багато в чому залежить благополуччя суспільства. Однією зі складових глобальної мети навчання і виховання дитини дошкільного віку є своєчасний і

повноцінний фізичний розвиток [2, 5]. За даними авторів фізичний розвиток і здоров'я дитини у значній мірі визначаються рівнем розвитку рухових якостей [8, 9, 13].

Питання розвитку фізичної підготовленості зараховують до актуальних проблем фізичного виховання [1, 3]. Особливе занепокоєння викликає недостатній рівень фізичної підготовленості дітей дошкільного віку, оскільки в цей період формуються життєво важливі базові, локомоторні навички та вміння, створюється фундамент рухового досвіду, освоюється абетка руху, з елементів якої згодом формується вся рухова діяльність людини [7].

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до теми НДР кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури на 2017–2020 рр. «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» (протокол № 4 від 17.11.2016).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сучасному етапі за даними досліджень різних авторів, значна кількість дітей дошкільного віку мають недостатній рівень фізичної підготовленості та рухової активності [7, 9, 10, 12, 13]. Ураховуючи дані стосовно гетерохронії розвитку рухових якостей у 4–6 років та їх вияв більшістю дівчатками і хлопчиками на низькому і нижчому від середнього рівнях, робиться висновок про низьку ефективність змісту фізичного виховання, визначених чинними програмами розвитку дитини дошкільного віку, щодо оптимізації її фізичного стану [9].

Актуальність дослідження зумовлена потребою вивчення особливостей фізичної підготовленості, що є важливим підґрунтям обґрунтування спрямованості фізичного виховання у дошкільних навчальних закладах.

Мета дослідження – полягає в оцінці рівня фізичної підготовленості дітей дошкільного віку.

Матеріал і методи дослідження: дослідження проводилося на базі дошкільних навчальних закладів м. Львова та Львівської області у 2017 році. Усього у дослідженні взяли участь 1188 дітей дошкільного віку, серед них 418 дітей (216 хлопчиків, 202 дівчаток) 4-ий рік життя (3–4 роки), 350 – (180 хлопчиків, 170 дівчаток) 5-ий рік життя (4–5 років) та 420 – (211 хлопчиків, 209 дівчаток) 6-ий рік життя (5–6 років). Методи дослідження: аналіз та систематизація науково-методичної літератури та інформаційних ресурсів мережі Інтернет, педагогічний експеримент, педагогічне тестування. Обробку одержаного матеріалу проводили за допомогою стандартних методів параметричної статистики з використанням програми статистичного аналізу – IBM SPSS 20.

Результати дослідження. Фізична підготовленість випробуваних визначалася за результатами педагогічного тестування, яке дає можливість визначити рівень прояву основних рухових якостей: сили (динамометрія рук «Силач»), вибухова сила (дальність кидка набивного м'яча «Здоров'ячок»), висота стрибка вгору з місця «Білка і горішок»), швидкісно-силових (присідання за 10 с «Іван-покиван»), гнучкості (нахил тулуба вперед із положення сидячи «Кошенятко»), спритності (кидок тенісного м'яча в горизонтальну ціль «Мисливець»), утримання рівноваги стоячи на пальцях ніг «Папуга»), координація рухів – плескання в долоні над головою та під ногою «Піймай комарика»), швидкості (частота рухів у бігу на місці за 10 с «Сороконіжка»), часова рухова реакція в ловінні лінійки «Злови рибку»), швидкість локального руху в метанні пластмасового тенісного м'яча «Швидка рука»), силова витривалість (утримання піднятих ніг в положенні лежачи на спині «Місток»), дрібна моторика (складання гудзиків у коробку за 10 с «Кравець») [10].

У таблиці 1 наведено середні показники фізичної підготовленості обстежених дітей дошкільного віку.

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості дітей дошкільного віку (n=1188)

Показники	О тат.	Дівчатка (n=581)			Хлопчики (n=607)		
		3–4	4–5	5–6	3–4	4–5	5–6
«Силач», кг (права/ліва)	\bar{x}	4,68/4,18	5,79/4,97	7,53/6,71	5,24/4,69	6,54/5,78	8,89/8,09
	s	1,34/1,19	1,26/1,10	1,65/1,71	1,23/1,13	1,25/1,19	1,92/1,88
	σ	0,09/0,08	0,09/0,08	0,11/0,11	0,08/0,07	0,09/0,08	0,13/0,13
«Здоров'ячок», См	\bar{x}	106,11	119,79	151,82	110,83	134,11	159,52
	s	29,71	25,20	41,12	33,18	28,03	42,73
	σ	2,09	1,93	2,84	2,52	2,08	2,94
«Кравець», с	\bar{x}	34,43	30,08	26,33	36,03	29,09	25,88
	s	5,58	6,31	5,95	5,90	6,55	6,38
	σ	0,39	0,48	0,41	0,40	0,48	0,43
«Мисливець», кількість	\bar{x}	2,08	2,19	2,92	2,00	2,02	2,66
	s	1,00	1,02	1,05	0,93	1,06	1,10

		0,07	0,07	0,07	0,06	0,07	0,07
«Злови рибку», бали		2,28	2,50	2,88	1,92	2,27	3,02
		1,26	1,20	1,32	1,39	1,35	1,24
		0,08	0,09	0,09	0,09	0,10	0,08
«Швидка рука», М		2,77	3,76	5,40	2,93	4,32	6,03
		0,79	1,06	1,47	0,90	1,38	1,67
		0,05	0,08	0,10	0,06	0,10	0,11
«Кошенятко», См		4,39	5,12	6,44	3,34	4,04	5,13
		4,80	5,32	5,11	4,95	4,93	5,26
		0,33	0,40	0,35	0,33	0,36	0,36
«Місток», с		1,44	14,80	17,19	10,87	14,03	16,02
		6,24	7,23	8,71	5,96	8,26	8,60
		0,43	0,55	0,60	0,40	0,61	0,59
«Білка і горішок», см		1,13	14,27	18,76	10,74	15,66	19,38
		2,75	2,64	3,54	3,09	2,94	3,47
		0,19	0,20	0,24	0,21	0,21	0,23
«Іван-покиван», кількість		8,05	9,07	10,17	8,22	9,36	10,31
		1,35	1,34	1,45	1,38	1,56	1,60
		0,09	0,10	0,10	0,09	0,11	0,11
«Сороконіжка», кількість		2,11	24,64	28,91	22,80	26,22	29,86
		4,75	5,39	5,34	5,45	5,77	4,75
		0,33	0,41	0,41	0,37	0,43	0,32
«Піймай комарика», кількість		1,56	15,10	18,45	10,90	14,98	18,86
		2,64	3,05	3,28	2,72	3,10	3,58
		0,18	0,23	0,22	0,18	0,23	0,24
«Папуга», с		8,74	9,51	11,49	7,20	8,01	9,73
		4,22	5,05	6,80	3,74	4,35	5,66
		0,29	0,38	0,47	0,25	0,32	0,38

Для визначення рівня фізичної підготовленості дітей дошкільного віку ми розподілили обстежуваних за п'ятьма рівнями [4, 6]. Оцінка рівня кожного показника фізичної підготовленості передбачає п'ять рівнів розвитку. Шкали крайніх границь оцінки обмежені $\pm 2,5 S$ (табл. 2).

Таблиця 2

Границі і норми п'ятибальної сигмальної шкали оцінок тестових результатів

Рівень	Границі сигмальних відхилень
Низький	Від $X-1,5S$ до $-2,5S$
Нижче середнього	Від $X-0,5S$ до $-1,5S$
Середній	Від $X-0,5S$ до $X+0,5S$
Вище середнього	Від $X+0,5S$ до $X+1,5S$
Високий	Від $X+1,5S$ до $X+2,5S$

В таблиці 3 наведено розподіл дітей 3-6 років за рівнями фізичної підготовленості. Результати дослідження розвитку силових якостей дівчаток та хлопчиків свідчать про середній рівень більшості з них, а саме 40,6 % і 41,3% (права і ліва рука) та 39,4 і 45,4% (3-4 роки), 42,9 % і 46,5% та 49,4% і 42,2% відповідно (4-5 років), 39,2% і 41,1% та 37,5% і 40,3% (5-6 років). Рівень вище за середній виявлено відповідно у 21,8% і 19,3% та 21,3% і 17,6 % дівчаток та хлопчиків (3-4 роки), 21,8% і 18,8% та 18,9% і 23,3% (4-5 років), 19,1% і 18,6% та 21,3% і 17,5% (5-6 років). Рівень нижчий за середній встановлено відповідно у 26,7% і 25,6% та 30,1% і 26,4% дівчаток та хлопчиків (3-4 роки), у 21,2% і 23,5% та 18,3% і 25,0% (4-5 років), 32,1% і 29,2% та 28,4 % і 29% (5-6 років). Високий рівень показників спостерігався у 6,4% і 7,4% та 7,4% і 6,9% дівчаток та хлопчиків (3-4 роки), 7,6% і 7,1% та 6,8% і 6,2% (4-5 років), 7,7% і 8,7% та 8,5% і 9,9% (5-6 років). Низький показник відповідає 4,5% і 6,4% та 1,8% і 3,7% дівчаток та хлопчиків (3-4 роки), 6,5% і 2,4% та 6,6% і 3,3% (4-5 років) і 1,9% і 2,4% та 4,3% і 3,3% (5-6 років).

Розвиток вибухової сили у тестовій вправі «Здоров'ячок» засвідчує, що серед дівчаток і хлопчиків низький рівень мають в 3-4 роки – 3,4 і 0,9 %, в 4-5 років – 4,7 і 2,8 %, в 5-6 років – 3,5 і 12 %. Нижче середнього рівень спостерігається у 32,2 і 28,7 % дівчаток і хлопчиків в 3-4 роки, 21,2 і 21,7 % відповідно в 4-5 років, 28,7 і 30,3 % в 5-6 років. Середній рівень серед дівчаток і хлопчиків відповідно мають 44,1 і 45,8 % в 3-4 роки, 46,5 і 47,2 % в 4-5 років, 48,3 і 39,8 % в 5-6 років.

Таблиця 3

Розподіл дітей 3-6 років за рівнями фізичної підготовленості (n=1188), %

Показники	ік	Дівчатка (n=581)					Хлопчики (n=607)				
		Рівні					рівні				
			/с		/с			/с		/с	
«Силач», кг (права рука)	-4	,5	6,7	0,6	1,8	,4	,8	0,1	9,4	1,3	,4
	-5	,5	1,2	2,9	1,8	,6	,6	8,3	9,4	8,9	,8
	-6	,9	2,1	9,2	9,1	,7	,3	8,4	7,5	1,3	,5
«Силач», кг (ліва рука)	-4	,4	5,6	1,3	9,3	,4	,7	6,4	5,4	7,6	,9
	-5	,1	3,5	6,5	8,8	,1	,3	5,0	2,2	3,3	,2
	-6	,4	9,2	1,1	8,6	,7	,3	9,0	0,3	7,5	,9
«Здоров'ячок», См	-4	,4	2,2	4,1	6,8	,5	,9	8,7	5,8	6,7	,9
	-5	,7	1,2	6,5	4,7	,9	,8	1,7	7,2	2,2	,1
	-6	,5	8,7	8,3	3,9	,6	,4	0,3	9,8	6,1	,7
«Кравець», с	-4	,4	7,8	8,5	0,3	,0	,5	0,4	5,8	1,8	,5
	-5	,8	0,0	0,0	5,9	,3	,2	6,1	1,7	0,0	,0
	-6	,2	0,6	4,5	6,8	,9	,6	0,4	5,5	6,5	,0
«Мисливець», кількість	-4	,5	2,2	5,0	,9	,4	,3	6,8	4,9	,1	,9
	-5	,4	2,3	3,5	0,6	,2	,6	5,0	9,0	,3	,1
	-6	,0	,1	2,7	2,0	,2	,5	4,7	2,5	6,1	,2

«Злови рибку», бали	-4	,5	0,8	7,4	,9	,4	6,3	1,7	6,3	2,5	,2
	-5	,9	8,2	7,6	5,3	,0	,4	9,4	1,8	2,8	,6
	-6	,9	7,2	4,5	3,4	2,0	,5	2,3	9,8	3,7	3,7
«Швидка рука», М	-4	,0	2,2	3,1	9,8	,9	,5	9,2	8,1	6,2	,0
	-5	,8	2,3	8,8	7,1	0,0	,9	2,2	7,8	6,1	0,0
	-6	,7	7,3	5,9	4,9	,2	,8	1,7	0,3	6,1	,1
«Кошенятко», См	-4	5,8	,9	7,0	7,7	,6	3,1	,3	2,0	1,0	,6
	-5	8,2	,9	0,0	2,3	,6	6,6	,9	8,4	7,8	,3
	-6	3,9	,2	4,1	2,5	,3	7,5	,6	4,2	6,1	,6
«Місток», с	-4	,0	7,1	1,7	1,3	,9	,0	5,2	4,4	2,0	,4
	-5	,0	2,3	4,1	5,3	,3	,0	0,0	7,8	2,8	,4
	-6	,0	4,9	1,6	5,8	,7	,0	2,2	3,2	5,6	,0
«Білка горішок», см	-4	,5	9,7	6,1	2,3	,4	,0	1,0	3,8	1,3	,9
	-5	,3	7,1	1,8	5,3	,5	,4	8,9	8,9	2,8	,0
	-6	,3	4,4	1,6	0,6	,1	,8	5,6	4,6	9,9	,6
«Іван-покиван», кількість	-4	,9	9,6	0,1	1,9	,5	,5	1,0	1,4	1,6	,5
	-5	,2	,2	5,3	0,6	,7	,3	7,2	8,4	8,3	,8
	-6	,0	0,5	4,1	9,6	,8	,4	8,4	5,0	6,1	,1
«Сороконіжка», кількість	-4	,5	3,7	2,2	5,2	,4	,8	7,3	6,2	7,8	,9
	-5	,5	3,5	7,6	8,8	,6	,6	5,0	0,7	3,3	,4
	-6	,4	2,0	2,1	5,8	,7	,1	8,5	5,4	2,3	,7
«Піймай комарика», кількість	-4	,5	4,6	1,8	5,2	,9	,5	9,4	1,4	2,7	,0
	-5	,8	9,4	0,0	4,7	,1	,9	5,0	7,7	0,5	,3
	-6	,8	3,9	7,5	6,7	,1	,3	4,2	2,2	3,2	,1
«Папуга», с	-4	,0	3,7	9,6	9,8	,9	,0	1,0	3,0	9,4	,6
	-5	,0	7,1	2,3	5,3	,3	,0	2,2	3,4	9,4	,0
	-6	,0	5,8	0,3	5,8	,1	,0	3,6	4,2	5,6	,6

Примітка: н – низький, н/с – нижче за середній, с – середній, в/с – вище за середній, в – високий

Виявлено, що рівень вище середнього у 3–4 роки становить 16,8 і 16,7 % дівчаток і хлопчиків, у 4–5 років – 24,7 і 22,2 %, у 5–6 років – 13,9 і 16,1 %. Близько 3,5 і 7,9 % дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки, 2,9 і 6,1 % – в 4–5 років, 8,6 і 5,7 % – в 5–6 років зазначено відповідно високий рівень.

Аналіз одержаних показників у розвитку дрібної моторики виявив, що у 8,4 і 6,5 % досліджуваних дівчаток та хлопчиків протягом 4 року життя спостерігається низький рівень розвитку, протягом 5-ого – 8,8 і 7,2 %, протягом 6-ого – 7,2 і

7,6 %. Результати також засвідчують нижче середнього рівень у дівчаток та хлопчиків протягом 4-ого року – 17,8 і 20,4 %, протягом 5-ого – 20,0 і 26,1 %, протягом 6-ого – 20,6 і 20,4 %. Середній рівень розвитку зафіксовано відповідно у дівчаток і хлопчиків протягом 4-ого року – 48,5 і 45,8 %, протягом 5-ого – 40,0 і 41,7 %, протягом 6-ого – 34,5 і 35,5 %. Вище середнього рівень становить 20,3 і 21,8 % дівчаток і хлопчиків протягом 4-ого року, 25,9 і 20,0 % протягом 5-ого, 36,8 і 36,5 % протягом 6-ого. Високому рівню відповідають 5,0 і 5,5 % результатів дівчаток і хлопчиків протягом 4-ого року життя, протягом 5-ого – 5,3 і 5,0 %, протягом 6-ого лише 0,9 і 0,0 %.

Результати виконання вправи на влучність засвідчили, що у 3–4 роки найбільшу частку становлять діти із середнім рівнем розвитку – 65,0 % дівчаток та 64,9 % хлопчиків, відповідно 6,9 % та 5,1 % мають рівень вище за середній; 22,3 % та 26,8 % – нижче середнього, високий рівень виявлено у 2,4 % та 0,9 %, низький – 3,5 % та 2,3 %. У групі дітей в 4–5 років встановлено такий розподіл: високий рівень зафіксовано у 1,2 % дівчаток та 1,1 % хлопчиків, вище середнього – 10,6 % та 8,3 % відповідно, нижче середнього – 22,3 % та 25,0 %, середній – 63,5 % та 59,0 %, низький – 2,4 % та 6,6 %. Отримані результати в групі дітей 5–6 років свідчать про те, що 7,2 % дівчаток та 6,2 % хлопчиків мають високий рівень; 22,0 % та 16,1 % – вище за середній; 62,7 % та 62,5 % – середній; 8,1 % та 14,7 % – нижче за середній, низький рівень встановлено лише у 0,5 % хлопчиків.

Розвиток швидкісних якостей у дівчаток в тестовій вправі «Злови рибку» засвідчує, що низький і нижче середнього рівні мають протягом 4-ого року життя – 5,5 і 20,8 %, протягом 5-ого – 2,9 і 18,2 %, протягом 6-ого – 2,9 і 17,2 %. Виявлено, що середній рівень протягом 4-ого року становить 57,4 %, протягом 5-ого – 57,6 %, протягом 6-ого – 44,5 %. Близько 9,9 і 6,4 % протягом 4-ого року, 15,3 і 6,0 % – протягом 5-ого, 23,4 і 12,0 % – протягом 6-ого зазначено відповідно вище середнього і високий рівні розвитку. Аналіз одержаних показників у хлопчиків в даній вправі виявив, що протягом 4-ого року у 6,3 % досліджуваних спостерігається низький рівень розвитку, протягом 5-ого – 9,4 %, протягом 6-ого – 0,5 %. Результати засвідчують нижче середнього рівень протягом 4-ого – 21,7 %, протягом 5-ого – 19,4 %, протягом 6-ого – 12,3 %. Середній і вище середнього рівні розвитку зафіксовано відповідно протягом 4-ого – 46,3 і 12,5 %, протягом 5-ого – 51,8 і 12,8 %, протягом 6-ого – 49,8 і 23,7 %. Високому рівню відповідають 3,2 % результатів хлопчиків протягом 4-ого року, протягом 5-ого – 6,6 %, протягом 6-ого – 13,7 %.

Отримані дані у розвитку швидкості одиночного руху свідчать про таку вікову тенденцію: низький рівень розвитку спостерігається у 3–4 роки тільки в хлопчиків – 0,5 %, у 4–5 років – 1,8 % дівчаток і 3,9 % хлопчиків, у 5–6 років – 5,7 і 3,8 % відповідно. Нижче середнього рівень мають дівчатка і хлопчики в 3–4 роки – 32,2 і 29,2 %, 4–5 років – 32,3 і 32,2 %, 5–6 років – 27,3 і 31,7 %. У 43,1 % дівчаток і 48,1 % хлопчиків в 3–4 роки, у 38,8 і 37,8 % в 4–5 років, у 35,9 і 30,3 % в 5–6 років виявлено середній рівень. Вище середнього рівень мають дівчатка і хлопчики в 3–4 роки – 19,8 і 16,2 %, в 4–5 років – 17,1 і 16,1 %, в 5–6 років – 24,9 і 26,1 %. Близько 4,9 і 6,0 % дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки мають високий рівень розвитку, в 4–5 років – 10,0 і 10,0 %, в 5–6 років – 6,2 і 8,1 %.

У випробуванні «нахил тулуба вперед із положення сидячи» спостерігаємо такий розподіл: у 15,8 і 23,1 % досліджуваних дівчаток та хлопчиків протягом 4 року життя спостерігається низький рівень розвитку, протягом 5-ого – 18,2 і 16,6 %, протягом 6-ого – 13,9 і 17,5 %. Результати засвідчують нижче середнього рівень у дівчаток та хлопчиків протягом 4-ого року – 4,9 і 9,3 %, протягом 5-ого – 5,9 і 3,9 %, протягом 6-ого – 6,2 і 7,6 %. Середній рівень розвитку зафіксовано відповідно у дівчаток і хлопчиків протягом 4-ого року – 47,0 і 32,0 %, протягом 5-ого – 40,0 і 38,4 %, протягом 6-ого – 54,1 і 44,2 %. Вище середнього рівень становить 27,7 і 31,0 % дівчаток і хлопчиків протягом 4-ого року, 32,3 і 37,8 % протягом 5-ого, 22,5 і 26,1 % протягом 6-ого. Високому рівню відповідають 4,6 і 4,6 % результатів дівчаток і хлопчиків протягом 4-ого року життя, протягом 5-ого – 3,6 і 3,3 %, протягом 6-ого – 3,3 і 4,6 %.

У процесі визначення розвитку силової витривалості одержано такі результати: низький рівень не зафіксовано в жодній віковій категорії дівчаток та хлопчиків. Нижче середнього рівень спостерігається у дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки – 37,1 і 35,2 %, в 4–5 років – 32,3 і 40,0 %, в 5–6 років – 34,9 і 32,2 %. Середній рівень розвитку серед дівчаток і хлопчиків в 3–4, 4–5, 5–6 років відповідно мають 31,7 і 44,4 %, 44,1 і 37,8 %, 41,6 і 43,2 %. Вище середнього рівень визначено у дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки – 21,3 і 12,0 %, в 4–5 років – 15,3 і 12,8 %, в 5–6 років – 15,8 і 15,6 %. Високому рівню відповідають 9,9 і 8,4 % дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки, 8,3 і 9,4 % в 4–5 років, 7,7 і 9,0 % в 5–6 років.

Аналіз результатів у тестовій вправі «Білка і горішок» показав, що серед дівчаток та хлопчиків низький рівень мають в 3–4 роки – 4,5 і 6,0 %, в 4–5 років – 9,3 і 4,4 %, в 5–6 років – 4,3 і 2,8 %. Нижче середнього рівень встановлено у 29,7 і 31,0 % дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки, 17,1 і 18,9 % відповідно в 4–5 років, 24,4 і 25,6 % в 5–6 років. Середній рівень серед дівчаток і хлопчиків відповідно мають 36,1 і 33,8 % в 3–4 роки, 41,8 і 48,9 % в 4–5 років, 41,6 і 44,6 % в 5–6 років. Виявлено, що рівень вище середнього у 3–4 роки становить 22,3 і 21,3 % дівчаток і хлопчиків, у 4–5 років – 25,3 і 22,8 %, у 5–6 років – 20,6 і 19,9 %. Близько 7,4 і 7,9 % дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки, 6,5 і 5,0 % – в 4–5 років, 9,1 і 7,6 % – в 5–6 років зазначено відповідно високий рівень.

Оцінка результатів у розвитку швидкої сили засвідчила, що низький, нижче середнього і середній рівні розвитку відповідно мають дівчатка протягом 4-ого року життя – 0,9; 29,6; 50,1 %; протягом 5-ого – 1,2; 8,2; 55,3 %; протягом 6-ого – 0; 10,5; 54,1 %. Близько 11,9 і 7,5 % дівчаток протягом 4-ого року, 30,6 і 4,7 % протягом 5-ого, 29,6 і 5,8 % протягом 6-ого мають вище середнього і високий рівні розвитку. Щодо показників хлопчиків то тут спостерігаємо такий розподіл: низький, нижче середнього і середній рівні розвитку відповідно мають хлопчики протягом 4-ого року життя – 0,5; 31,0; 51,4 %; протягом 5-ого – 3,3; 27,2; 48,4 %; протягом 6-ого – 2,4; 28,4; 45,0 %. Близько 11,6 і 5,5 % хлопчиків протягом 4-ого року, 18,3 і 2,8 % протягом 5-ого, 16,1 і 8,1 % протягом 6-ого мають вище середнього і високий рівні розвитку.

Узагальнення показників у розвитку частоти рухів засвідчило: низький рівень виявлено у дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки – 2,5 і 1,8 %, в 4–5 років – 3,5 і 6,6 %, в 5–6 років – 2,4 і 8,1 %. Нижче середнього рівень мають дівчатка і хлопчики в 3–4 роки – 33,7 і 27,3 %, в 4–5 років – 23,5 і 25,0 %, в 5–6 років – 22,0 і 18,5 %. Середній, вище середнього і високий рівні

розвитку визначено відповідно в 3–4 роки – 32,2; 25,2; 6,4 % (дівчатка), 36,2; 27,8; 6,9 % (хлопчики), в 4–5 років – 37,6; 28,8; 6,6 % (дівчатка), 30,7; 33,3; 4,4 % (хлопчики), в 5–6 років – 42,1; 25,8; 7,7 % (дівчатка), 45,4; 22,3; 5,7 % (хлопчики).

На підставі аналізу показників у розвитку координації рухів з'ясовано, що по 0,5 % у досліджуваних дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки спостерігається низький рівень розвитку, у 4–5 років 8,8 і 3,9 %, в 5–6 років – 3,8 і 3,3 %. Результати також засвідчують нижче середнього рівень у дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки – 24,6 і 19,4 %, в 4–5 років – 19,4 і 25,0 %, в 5–6 років – 23,9 і 24,2 %. Середній і вище середнього рівні розвитку визначено відповідно в 3–4 роки – 41,8 і 25,2 % (дівчатка), 51,4 і 22,7 % (хлопчики), в 4–5 років – 40,0 і 24,7 % (дівчатка), 47,7 і 20,5 % (хлопчики), в 5–6 років – 47,5 і 16,7 % (дівчатка), 42,2 і 23,2 % (хлопчики). Високому рівню відповідають 7,9 і 6,0 % результатів дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки, 7,1 і 8,3 % в 4–5 років, 8,1 і 7,1 % в 5–6 років.

У результаті тестування статичної рівноваги одержано такі результати: низький рівень не встановлено у всіх обстежуваних дітей обидвох статей. Нижче середнього рівень спостерігається у дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки – 33,7 і 31,0 %, в 4–5 років – 37,1 і 32,2 %, в 5–6 років – 35,8 і 33,6 %. Середній рівень розвитку серед дівчаток і хлопчиків в 3–4, 4–5, 5–6 років відповідно мають 39,6 і 43,0 %, 42,3 і 43,4 %, 40,3 і 44,2 %. Вище середнього рівень визначено у дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки – 19,8 і 19,4 %, в 4–5 років – 15,3 і 19,4 %, в 5–6 років – 15,8 і 15,6 %. Високому рівню відповідають 6,9 і 6,6 % дівчаток і хлопчиків в 3–4 роки, 5,3 і 5,0 % в 4–5 років, 8,1 і 6,6 % в 5–6 років.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Проблема фізичної підготовленості дітей дошкільного віку є актуальною у зв'язку з необхідністю формування функціональних резервів організму дитини. В результаті дослідження встановлено, що обстежувана вибірка дітей 3–6 років характеризується поступовим поліпшенням із віком за всіма показниками фізичної підготовленості. Отримані результати свідчать про інтенсивний і гетерохронний розвиток рухових якостей дітей в процесі онтогенезу. Загальний стан фізичної підготовленості більшості обстежених дітей свідчить про її задовільний рівень і відповідає віковій нормі.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на визначення показників морфофункціонального стану дітей дошкільного віку.

Література

1. Бутин И. М. Развитие физических способностей детей / И. М. Бутин, А. Д. Викулов. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 80 с.
2. Калуська Л. В. Комплексна програма розвитку, навчання та виховання дітей дошкільного віку «Соняшник» / Л. В. Калуська. – Тернопіль: Мандрівець, 2014. – 144 с.
3. Муравьев В. А. Воспитание физических качеств детей дошкольного возраста / В. А. Муравьев, Н. Н. Назаров. – Айрис-Прес, 2004. – 112 с.
4. Начинская С. В. Спортивная метрология. – М.: Изд. Центр «Академия», 2005. – 240 с.
5. Світ дитинства: комплексна освітня програма для дошкільних навчальних закладів / упоряд. О. М. Байєр, Л. В. Батліна, А. М. Богуш [та ін.]; наук. керівник акад. А. М. Богуш; за заг. ред. Л. В. Батліної. – Тернопіль: мандрівець, 2014. – 200 с.
6. Сергієнко Л. П. Комплексне тестування рухових здібностей людини. – Миколаїв: УДМТУ, 2001. – 360 с.
7. Шевченко І. М. Оцінка фізичного та психомоторного розвитку дітей / І. М. Шевченко. – Дніпропетровськ, 2010. – 139 с.
8. Krutsevich, T. YU., Vorob'ov M. Í. & Bezverkhnya G.V. (2011), *Kontrol' u fizichnomu vikhovanní dítey, pidlítkív í molodí: navch.posib* [Control in the physical education of children, adolescents and youth], Olímp. I-ra, Kyiv, Ukraine.
9. Panhelova, N. YE. (2014), "Theoretical and methodological principles of forming a harmoniously developed personality of a child of preschool age in the process of physical education", Thesis abstract for Doct. Sc. (Physical Education and Sport), 24.00.02, Kyiv, Ukraine.
10. Pasichnyk, V. (2017), "Improvement of the system of control of physical preparedness of children of preschool age (theoretical analysis)", Physical culture, sports and health of the nation, Vol. 3, pp. 599–606.
11. Pasichnyk, V. M., Pityn M. P. & Voloshyn O. O. (2017), "Structure of the morbidity of children of preschool age (for example, Lviv and Lviv oblast)", *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova*, Vol. 5 K (86) 17, pp. 245–249.
12. Viktoria Pasichnyk Effectiveness of integral-developmental balls use in complex development of physical and mental abilities of senior preschool age children / Viktoria Pasichnyk, Valery Melnyk, Levkiv Volodymyr, Kovtyn Vasyl // *Journal of Physical Education and Sport*. – 2015. – Vol. 15, is. 4. – P. 775 – 780.
13. Yefimenko, N. N. (2015), *Pedagogicheskaya diagnostika fizicheskogo razvitiya i zdorov'ya detey v norme i pri patalogii* [Pedagogical diagnostics of physical development and children's health in norm and in pathology], Ivan Fedorov, Tomsk, Russia.