

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.10(155).27  
УДК 796.035:[796.1:159.942-053.4

**Пасічник В.**  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор, докторантка;  
**Мельник В.**  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,  
доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор;  
**Березовський М.**  
магістрант кафедри спортивних та рекреаційних ігор  
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м Львів

### ВПЛИВ ПРОГРАМИ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ НАРОДНИХ ІГОР НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ 3-4 РОКІВ

*Мета дослідження:* визначити вплив фізкультурно-оздоровчих занять із використанням народних ігор на психоемоційний стан дітей 3-4 років. *Методи дослідження:* аналіз, узагальнення та систематизація даних науково-методичної літератури; педагогічний формувальний експеримент, спостереження, методи психодіагностики, методи математичної статистики. *Матеріал:* в експерименті взяли участь 57 дітей (29 дівчаток та 28 хлопчиків). До експериментальної групи (ЕГ) увійшли 15 дівчаток і 14 хлопчиків, до контрольної (КГ) – 14 дівчаток і 14 хлопчиків. Установлено, що наприкінці формувального експерименту показники психоемоційного стану поліпшилися в дітей обох груп, проте на достовірному рівні лише в ЕГ ( $p < 0,05$ ).

**Ключові слова:** психоемоційний стан, діти 3-4 років, народні ігри.

**Pasichnyk V., Mel'nyk V., Berezovs'kyi M. The influence of the program of physical education and health classes using folk games on the psycho-emotional state of children 3-4 years of age.** The modern system of physical education of preschool children provides for the use of a wide range of mobile games, including Ukrainian folk games. Ukrainian folk mobile games, created by a consistent change of age and social roles, have a great potential for the comprehensive development of a preschool child, as they most fully reflect the way of life and customs of our people, their way of life, the level of Ukrainians' ideas about the world, elements of national everyday and military operations. The process of teaching Ukrainian folk mobile games to preschoolers provides an opportunity to familiarize children with folk customs, traditions, and rituals, and promotes the upbringing of children with national pride and a sense of patriotism.

*The purpose of the study:* to determine the impact of physical education classes using folk games on the psycho-emotional state of children 3-4 years old. *Research methods:* analysis, generalization and systematization of data from scientific and methodical literature; pedagogical formative experiment, observation, methods of psychodiagnostics, methods of mathematical statistics. *Material:* 57 children (29 girls and 28 boys) took part in the experiment. The experimental group (EG) included 15 girls and 14 boys, the control group (CG) included 14 girls and 14 boys. It was established that at the end of the formative experiment, the indicators of psycho-emotional state improved in children of both groups, but at a reliable level only in EG ( $p < 0.05$ ).

**Key words:** psycho-emotional state, children 3-4 years old, folk games.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я молодого покоління, забезпечення його життєдіяльності – одне з основних завдань держави. Передусім, воно актуалізується у дошкільному віці, коли відбувається створення базових компонентів формування особистості дитини, базовий розвиток його особистісних «механізмів» поведінки, формування нових рухових, психомоторних, інтелектуальних та морфофункціональних взаємозв'язків як вищої біологічної і соціальної єдності в діяльності людини як особистості [1, 2, 3, 4].

У практиці роботи з дошкільниками використовуються різноманітні засоби фізичного виховання (як новітні, так і традиційні) з метою підвищення рівня рухової активності дітей, формування у них позитивної мотивації до занять фізичними вправами, різними видами рухової діяльності [7]. Сучасна система фізичного виховання дітей дошкільного віку передбачає для використання широкого спектру рухливих ігор, у тому числі – українських народних. Українські народні рухливі ігри, створені послідовною зміною вікових і соціальних ролей, мають великий потенціал всебічного розвитку дитини-дошкільника, оскільки вони найповніше відображають спосіб життя та звичаї нашого народу, його побут, рівень уявлень українців про світ, елементи національних побутових і військових дій. Процес навчання дошкільників українських народних рухливих ігор надає можливість ознайомити дітей з народними звичаями, традиціями, обрядами, сприяє вихованню у малят національної гордості, почуття патріотизму [7].

**Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами.** Дослідження виконано відповідно до теми НДР кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського на 2021-2024 рр. «Теоретико-методичні основи формування освітніх компетентностей, рухової активності та фізичної підготовленості різних груп населення в умовах нових соціальних викликів».

**Мета дослідження** – визначити вплив фізкультурно-оздоровчих занять із використанням народних ігор на психоемоційний стан дітей 3-4 років.

В роботі використовувалися наступні методи дослідження: аналіз, узагальнення та систематизація даних науково-методичної літератури; педагогічний формувальний експеримент, спостереження, методи психодіагностики, методи математичної статистики.

Матеріал: в експерименті взяли участь 57 дітей (29 дівчаток та 28 хлопчиків). До експериментальної групи (ЕГ) увійшли 15 дівчаток і 14 хлопчиків, до контрольної (КГ) – 14 дівчаток і 14 хлопчиків.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Структурними елементами програми фізкультурно-оздоровчих занять з використанням народних ігор є: мета, завдання, принципи, організаційно-методичні умови реалізації програми, критерії її ефективності. Організаційно-методичні умови реалізації програми містили в собі розробку змісту занять, форми і методи навчання, організацію предметно-розвивального середовища дітей 3-4 років. Засобами запропонованої програми були: ігри з обмеженим мовленнєвим текстом, рухливі хороводні ігри, ігри мовленнєвої спрямованості, обрядові та звичаєві ігри, ігри історичної та соціальної спрямованості, ігри з відображенням трудових процесів і побуту народу [5, 7]. Основними формами реалізації програми були фізкультурні заняття, фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня, активний відпочинок.

Складовою педагогічного дослідження стало визначення показників психічних процесів дітей молодшого дошкільного віку, що дозволило виявити рівень інтелектуального розвитку, довільності, особливості особистісної сфери. На початку експериментального дослідження показники психічних процесів дітей 3-4 років, які входили до контрольної та експериментальної груп статистично достовірно не відрізнялись ( $p > 0,05$ ).

Як можемо бачити із (табл. 1) наприкінці дослідження у дівчаток 3-4 років ЕГ віку було визначено загальну оцінку психічного розвитку  $7,93 \pm 0,53$  бала, у порівнянні із  $6,20 \pm 0,41$  на початку дослідження, що на 1,73 бала більше ( $p < 0,05$ ). У хлопчиків було обчислено в кінці дослідження загальна оцінка психічного розвитку  $7,85 \pm 0,46$  бала, у порівнянні із  $5,93 \pm 0,41$  на початку дослідження, що на 1,92 бала більше ( $p < 0,05$ ).

Показники психічного розвитку дітей ЕГ значно покращилися, враховуючи всі компоненти. Так, показник за субтестом 1 впродовж дослідження покращився у дівчаток на 0,26 бала, а в хлопчиків – на 0,29 бала. Середньостатистичний показник у субтесті 2 мав позитивну динаміку та збільшився на 0,26 бала у дівчаток і на 0,50 бала у хлопчиків; у субтесті 3 показник покращився у дівчаток на 0,47 бала та на 0,50 бала – у хлопчиків; середній показник за субтестом 4 мав суттєву позитивну динаміку у дівчаток і збільшився на 0,47 бала, а в хлопчиків на 0,21 бала; показник за субтестом 5 мав незначне збільшення в дівчаток на 0,07 бала, а в хлопчиків – на 0,29 бала; у показниках за субтестом 6 визначено збільшення на 0,20 бала у дівчаток та на 0,07 бала – у хлопчиків.

Таблиця 1

Показники психічних процесів дітей 3-4 років на початку та наприкінці дослідження (n=57), бали

Субтести	Стать	КГ (n=28)		ЕГ (n=29)	
		На початку дослідження	Наприкінці дослідження	На початку дослідження	Наприкінці дослідження
Субтест 1	д	$0,92 \pm 0,12$	$1,07 \pm 0,07$	$1,00 \pm 0,13$	$1,26 \pm 0,11$
	х	$0,93 \pm 0,12$	$1,14 \pm 0,09$	$0,92 \pm 0,12$	$1,21 \pm 0,11$
Субтест 2	д	$1,21 \pm 0,15$	$1,35 \pm 0,30$	$1,20 \pm 0,14$	$1,46 \pm 0,13$
	х	$1,07 \pm 0,12$	$1,42 \pm 0,13$	$1,14 \pm 0,09$	$1,64 \pm 0,13$
Субтест 3	д	$1,21 \pm 0,11$	$1,28 \pm 0,16$	$0,93 \pm 0,06$	$1,40 \pm 0,13$
	х	$0,92 \pm 0,12$	$1,21 \pm 0,15$	$0,93 \pm 0,07$	$1,50 \pm 0,13$
Субтест 4	д	$0,85 \pm 0,09$	$1,21 \pm 0,11$	$0,86 \pm 0,13$	$1,33 \pm 0,12$
	х	$1,00 \pm 0,14$	$1,07 \pm 0,07$	$0,93 \pm 0,16$	$1,14 \pm 0,09$
Субтест 5	д	$0,92 \pm 0,12$	$1,14 \pm 0,14$	$1,13 \pm 0,13$	$1,20 \pm 0,14$
	х	$0,86 \pm 0,14$	$1,08 \pm 0,12$	$0,85 \pm 0,09$	$1,14 \pm 0,14$
Субтест 6	д	$1,08 \pm 0,08$	$1,22 \pm 0,11$	$1,06 \pm 0,06$	$1,26 \pm 0,11$
	х	$1,07 \pm 0,07$	$1,14 \pm 0,08$	$1,14 \pm 0,09$	$1,21 \pm 0,11$
Загальна оцінка	д	$6,21 \pm 0,42$	$7,28 \pm 0,36$	$6,20 \pm 0,41$	$7,93 \pm 0,53^*$
	х	$5,85 \pm 0,45$	$7,07 \pm 0,42$	$5,93 \pm 0,41$	$7,85 \pm 0,46^*$

Примітка: \* – різниця показників на початку та наприкінці дослідження статистично достовірна при  $p < 0,05$ ;  $t = 2,04$ .

Субтест 1 – «Коробка форм» (сприйняття), субтест 2 – «Мотрійка 3-складова» (мислення), субтест 3 – «Розрізні картинки 2-3-складові» (мислення, сприйняття), субтест 4 – «Кольорові кубики» (сприйняття), субтест 5 – «Парні картинки» (увага, загальна обізнаність), субтест 6 – «Вгадай, що зникло?» (пам'ять).

Згідно з нашим дослідженням на початку експерименту в дітей 3-4 років КГ загальна оцінка психічного розвитку відповідала  $6,21 \pm 0,42$  бала – у дівчаток та  $5,85 \pm 0,45$  бала – у хлопчиків. За період експерименту достовірних змін ( $p > 0,05$ ) не відбулося, але в досліджуваних спостерігалася тенденція до покращення, у дівчаток на 1,07 бала, а в хлопчиків – на 1,22 бала.

Аналізуючи отримані після експерименту показники розвитку психічних процесів дітей 3-4 років, виявлено (табл. 2), що в дівчаток ЕГ покращився показник на високому рівні із 26,67 % до 46,67 %, а у хлопчиків з 7,15 % до 50,00 %. У дітей КГ покращення результатів встановлено на високому рівні – із 21,42 % до 42,85 % у дівчаток та з 12,28 % до 28,57 % у хлопчиків.

Таблиця 2

Розподіл дітей 3-4 років за рівнем розвитку психічних процесів протягом експерименту (n=57), %

Рівень	Стать	КГ (n=28)				ЕГ (n=29)			
		На початку дослідження		Наприкінці дослідження		На початку дослідження		Наприкінці дослідження	
		п	%	п	%	п	%	п	%
Високий	д	3	21,42	6	42,85	4	26,67	7	46,67
	х	2	12,28	4	28,57	1	7,15	7	50,00
Середній	д	8	57,16	7	50,00	8	53,33	8	53,33
	х	8	57,15	9	64,28	10	71,43	7	50,00
Низький	д	3	21,42	1	7,15	3	20,00	0	-
	х	4	28,57	1	7,15	3	21,42	0	-

Наприкінці дослідження виявлено найбільшу кількість дітей обох груп із середнім рівнем розвитку психічних процесів, а саме 53,33 % дівчаток та 50,00 % хлопчиків ЕГ і 50,00 % дівчаток та 64,28 % хлопчиків КГ.

Варто зазначити, що на початку дослідження в дітей 3-4 років ЕГ низький рівень психічних процесів було виявлено у 20,00 % дівчаток та 21,42 % хлопчиків. Проте наприкінці дослідження дані покращуються, низького рівня не виявлено ні в дівчаток, ні в хлопчиків, чим підтверджуємо позитивний вплив запропонованої програми. Водночас у КГ кількість дітей із низьким рівнем наприкінці експерименту становила 7,15 % (n=1) дівчаток і 7,15 % (n=1) хлопчиків.

За допомогою методики «Паровозик» було визначено особливості емоційного стану дитини на основі її колірних переваг, а саме нормальний чи знижений настрій, стани тривоги, страху, задовільну або низьку адаптацію до соціального середовища. В динаміці було виявлено, що емоційний стан дитини змінюється в залежності від змісту її діяльності та оточуючого середовища. Чим бажаніше та емоційно насичений вид діяльності, тим більш позитивним є емоційний стан дитини. Відомо, що ігрова діяльність, як одна з форм організації життя дітей, сприяє виникненню різних взаємовідносин між ними. Саме взаємовідносини у спільних іграх формували здатність входити у товариство гравців, діяти в ньому певним чином, встановлювати товариські і дружні взаємовідносини [6].

Таблиця 3

Розподіл дітей 3-4 років за рівнем емоційного стану протягом експерименту (n=57), %

Рівень стану	Стать	КГ (n=28)				ЕГ (n=29)			
		На початку дослідження		Наприкінці дослідження		На початку дослідження		Наприкінці дослідження	
		п	%	п	%	п	%	п	%
Негативний стан високого ступеню	д	1	7,15	-	-	1	6,67	-	-
	х	1	7,15	-	-	1	7,15	-	-
Негативний стан середнього ступеню	д	1	7,15	1	7,15	1	6,67	-	-
	х	2	14,28	1	7,15	2	14,28	-	-
Негативний стан низького ступеню	д	3	21,43	2	14,28	3	20,00	2	13,33
	х	3	21,43	2	14,28	3	21,43	2	14,28
Позитивний стан	д	9	64,28	11	78,57	10	66,66	13	86,67
	х	8	57,14	11	78,57	8	57,14	12	85,72

Із таблиці 3 постає очевидним, що загалом результати повторної діагностики емоційного стану свідчать про позитивну динаміку в дітей обох груп. Проте, в ЕГ при підсумковій оцінці не виявлено дошкільнят з негативним психічним станом високого та середнього ступеня. А також відбулося зменшення частки дітей з негативним психічним станом низького ступеня з 20,00 % до 13,33 % у дівчаток та з 21,43 % до 14,28 % у хлопчиків. Збільшилася кількість дітей із позитивним психічним станом, зокрема збільшення частки дівчаток з 66,66 % до 86,67 % та з 57,14 % до 85,72 % у хлопчиків.

Поряд із отриманими індивідуальними результатами нам було важливо побачити не лише позитивний та негативний психічний стан кожної дитини, а й загальний результат емоційного клімату у групі. Кількісна обробка даних дозволила нам загалом зробити висновок (рис. 1), що загальний психологічний клімат в ЕГ становив на початку 25,14 %, що відповідає незначному ступеню несприятливого психологічного клімату, наприкінці дослідження визначено 72,41 % – високий ступінь сприятливості. За результатами дослідження в КГ однолітків при визначенні загального психологічного клімату було встановлено на початку дослідження 24,92 % – незначний ступінь несприятливості, наприкінці дослідження 57,14 % – середній ступінь сприятливості в колективі. Проаналізувавши результати дослідження можна узагальнити, що в обох групах дітей психологічний клімат поліпшився, проте в ЕГ спостерігаємо зростання на 15,27 %, порівняно з дітьми КГ.

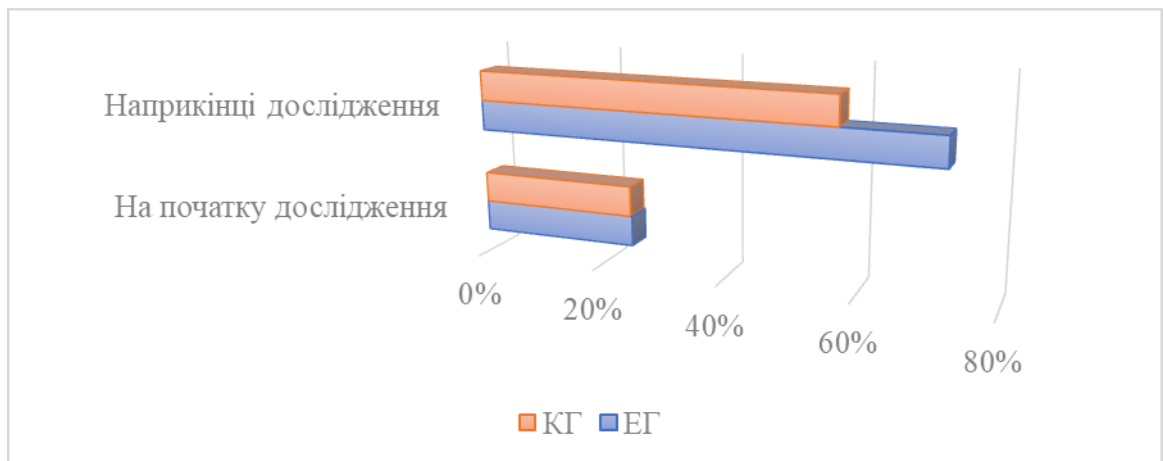


Рис. 1. Загальний психологічний клімат дітей 3-4 років протягом експерименту (n=57), %

**Висновки.** Отримані після експерименту дані розвитку психічних процесів дітей 3-4 років засвідчили, що в дівчаток EG покращився показник на високому рівні із 26,67 % до 46,67 %, а у хлопчиків з 7,15 % до 50,00 %. При підсумковій оцінці емоційного стану не виявлено дошкільнят з негативним показником високого та середнього ступеня, а також відбулося зменшення частки дітей з негативним психічним станом низького ступеня з 20,00 % до 13,33 % у дівчаток та з 21,43 % до 14,28 % у хлопчиків, збільшилася кількість дітей із позитивним психічним станом, зокрема збільшення частки дівчаток з 66,66 % до 86,67 % та з 57,14 % до 85,72 % у хлопчиків. Загальний психологічний клімат в EG становив на початку 25,14 %, що відповідає незначному ступеню несприятливого психологічного клімату, наприкінці дослідження визначено 72,41 % – високий ступінь сприятливості, чим підтверджено позитивний вплив запропонованої програми.

#### Література

1. Pasichnyk V, Pityn M, Melnyk V, Karatnyk I, Hakman A, Galan Y. Prerequisites for the physical development of preschool children for the realization of the tasks of physical education. *Physical Activity Review* 2018; 6: 117–126. doi: 10.16926/par.2018.06.16
2. Viktoria Pasichnyk, Khrystyna Khimenes, Maryan Pityn, Olha Bas, Ivan Hlukhov, Yaroslav Hnatchuk, Kateryna Drobot Physical condition of preschool children with disabilities in psychological and physical development . *Journal of Physical Education and Sport @ (JPES)*, Vol. 21 (1), Art 33, pp. 352 – 359.
3. Вікторія Пасічник. Сутність ігрової діяльності у формуванні особистості дітей дошкільного віку. *Спортивні ігри.* № 3 (17) (2020). С. 43–57.
4. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвинутої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання: дисерт. ... доктора наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02. Переяслав-Хмельницький, 2014. 445 с
5. Пасічник В. , Пітин М. Класифікація народних ігор у фізичному вихованні дітей дошкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я.* 2017. № 1. С. 222–226.
6. Пасічник В. М., Пітин М. П., Пасічник В. Р. Характеристика емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Український журнал медицини, біології та спорту.* 2018. Том 3, № 7 (16). С. 297–302. DOI: 10.26693/jmbs03.07.297
7. Українські народні рухливі ігри у дошкільному навчальному закладі : навч. посіб. Вид.3-тє, перероблене й доповнене / уклад. : С. І. Матвієнко, І. І. Заплішний. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. – 152 с.

#### Reference

1. Pasichnyk V, Pityn M, Melnyk V, Karatnyk I, Hakman A, Galan Y. Prerequisites for the physical development of preschool children for the realization of the tasks of physical education. *Physical Activity Review* 2018; 6: 117–126. doi: 10.16926/par.2018.06.16
2. Viktoria Pasichnyk, Khrystyna Khimenes, Maryan Pityn, Olha Bas, Ivan Hlukhov, Yaroslav Hnatchuk, Kateryna Drobot Physical condition of preschool children with disabilities in psychological and physical development . *Journal of Physical Education and Sport @ (JPES)*, Vol. 21 (1), Art 33, pp. 352 – 359.
3. Viktoriya Pasichnyk. Sutnist' ihrovoyi diyal'nosti u formuvanni osobystosti ditey doshkil'noho viku. *Sportyvni ihry.* № 3 (17) (2020). S. 43–57.
4. Panhelova N.YE. Teoretyko-metodychni zasady formuvannya harmoniyno rozvynenoyi osobystosti dytny doshkil'noho viku v protsesi fizychnoho vykhovannya: dysert. ... doktora nauk z fizychnoho vykhovannya i sportu: 24.00.02. Pereyaslav-Khmel'nyts'kyu, 2014. 445 s
5. Pasichnyk V. , Pityn M. Klyasyfikatsiya narodnykh ihor u fizychnomu vykhovanni ditey doshkil'noho viku. *Sportyvnyy visnyk Prydniprova*"ya. 2017. № 1. S. 222–226.
6. Pasichnyk V. M., Pityn M. P., Pasichnyk V. R. Kharakterystyka emotsiynoho rozvytku ditey doshkil'noho viku. *Ukrayins'kyy zhurnal medytsyny, biolohiyi ta sportu.* 2018. Tom 3, № 7 (16). С. 297–302. DOI: 10.26693/jmbs03.07.297
7. Ukrayins'ki narodni rukhlyvi ihry u doshkil'nomu navchal'nomu zakladi : navch. posib. Vyd.3-tye, pereroblene y dopovnene / uklad. : S. I. Matviyenko, I. I. Zaplishnyy. – Nizhyn : NDU im. M. Hoholya, 2017. – 152 s.