

наполнить учебный процесс новым содержанием, ориентирующими на повышение общей и специализированной работоспособности.

#### Литература

1. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 288 с.
2. Бодров В. А. Психология и надежность человека в системах управления техникой / В. А. Бодров, В. Я. Орлов. – М.: Ин-т психологии РАН, 1998. – 285 с.
3. Бубка С. Н. Развитие рухових здібностей людини / С. Н. Бубка. – Донецьк: АЛЕКС, 2002. – 302 с.
4. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. / Р. Т. Раевский. – М.: Высш. шк., 1985. – 135 с.
5. Ровний А. С. Сенсорні механізми управління точнісними рухами людини. – А. С. Ровний.-Харків: ХАДІФК, 2001. – 220с.

#### Referens

1. Shadrikov V. D. (1996) Psikhologiya deyatel'nosti i sposobnosti cheloveka / V. D. Shadrikov – M.: Logos, – 318 s.
2. Matveyev L. P. (1999) Theory and methods of physical culture / L. P. Matveyev – M.
3. Theory and methods of physical culture. Ed. prof. Y. Kuramshina M. (2004)

**Пасичник В. М.**

**кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор;**

**Пітин М. П.**

**доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри теорії спорту та фізичної культури;**

**Романчук І. В.**

**старший викладач кафедри спортивних та рекреаційних ігор  
Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського**

### ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Дошкільний вік – це період, коли відбувається створення базових компонентів формування особистості дитини. За таких обставин значно підвищується роль фізичного виховання у системі дошкільної освіти, потенціал якого не лише у впливі на рухову сферу, а й на особистісну та соціальну. При цьому необхідний диференційований підхід, який враховує стан здоров'я, фізичної підготовленості, а також індивідуально-типологічні особливості дітей. Для з'ясування типу темпераменту дітей дошкільного віку використано методу діагностики індивідуально-типологічних особливостей. Встановлено, що для дітей дошкільного віку притаманно поєднання декількох домінуючих особливостей одного темпераменту з іншим. Найбільшому відсотку дітей властиво тип «сангвінік-флегматик» (32,14 %), іншу вагому частку розподілили між собою такі типи темпераменту як «сангвінік-холерик», «флегматик-меланхолік» і «холерик-флегматик» (21,39 %, 15,09 % і 13,16 % відповідно). З чітко окресленими властивостями одного типу темпераменту встановлено незначна кількість дітей (сангвінік – 5,46 %, флегматик – 3,47 %, холерик – 1,98 %, меланхолік – 1,78 %). Співвідношення кількості дітей 3–6 років із різними типами темпераменту була майже однаковою в усіх вікових підгрупах дівчаток і хлопчиків.

**Ключові слова:** індивідуально-типологічні особливості, діти, дошкільний вік.

**Пасичник В. М., Пітин М. П., Романчук І. В. Індивідуально-типологічні особливості дітей дошкільного віку.** Дошкільний вік – це період, коли відбувається створення базових компонентів формування особистості дитини. За таких обставин значно підвищується роль фізичного виховання у системі дошкільної освіти, потенціал якого не лише у впливі на рухову сферу, а й на особистісну та соціальну. При цьому необхідний диференційований підхід, який враховує стан здоров'я, фізичної підготовленості, а також індивідуально-типологічні особливості дітей. Для з'ясування типу темпераменту дітей дошкільного віку використано методу діагностики індивідуально-типологічних особливостей. Встановлено, що для дітей дошкільного віку притаманно поєднання декількох домінуючих особливостей одного темпераменту з іншим. Найбільшому відсотку дітей властиво тип «сангвінік-флегматик» (32,14 %), іншу вагому частку розподілили між собою такі типи темпераменту як «сангвінік-холерик», «флегматик-меланхолік» і «холерик-флегматик» (21,39 %, 15,09 % і 13,16 % відповідно). З чітко окресленими властивостями одного типу темпераменту встановлено незначна кількість дітей (сангвінік – 5,46 %, флегматик – 3,47 %, холерик – 1,98 %, меланхолік – 1,78 %). Співвідношення кількості дітей 3–6 років із різними типами темпераменту була майже однаковою в усіх вікових підгрупах дівчаток і хлопчиків.

**Ключевые слова:** индивидуально-типологические особенности, дети, дошкольный возраст.

**Pasichnyk V. M., Pityn M.P., Romanchuk I.V. Individual-typological features of children of preschool age.**

The formation, preservation, strengthening and restoration of the health of the younger generation, the protection of its vital activity is one of the main tasks of the state. First of all, it is actualized at the preschool age, when the creation of the basic components of the child's personality formation is taking place. Under such circumstances, the role of physical education in the system of preschool education significantly increases, its potential is not only in the impact on the motor sphere, but also on the spiritual, personal and social. This requires a differentiated approach, taking into account the age, state of health, physical fitness, as well as individual typological characteristics of children. The purpose of the study is to determine the individual typological characteristics of preschool children. Material and methods of research: the study was conducted on the basis of pre-school

educational institutions in Lviv and the Lviv region in 2017. A total of 1188 pre-school children participated in the study, including 418 children (216 boys, 202 girls) of preschool age (3-4 years), 350 (180 boys, 170 girls) of preschool age (4-5 years) and 420 - (211 boys, 209 girls) of the senior preschool age (5-6 years) and 78 educators-teachers. The following research methods are applied in the work: general scientific (analysis, generalization of data from literary sources), pedagogical (ascertaining experiment) questioning, mathematical statistics. To clarify the type of temperament of preschool children, the diagnostic methodology of individual typological features was used [6]. It is based on the questioning of parents of children or educators who know the child well. It is established that for children of preschool age a combination of several dominant features of one temperament with another is characteristic. The highest number of children is characterized by the "sanguine phlegmatic" type (32.14%), the other significant part is the distribution of such types of temperament as "sanguine choleric", "phlegmatic melancholic" and "choleric phlegmatic" (21.39% 15.09% and 13.16% respectively). With a clearly defined properties of one type of temperament, an insignificant number of children is identified (sanguine - 5.46%, phlegmatic - 3.47%, choleric - 1.98%, melancholic - 1.78%). The ratio of the number of children 3-6 years old with different types of temperament was almost the same in all age subgroups of girls and boys.

**Key words:** individual typological features, children, preschool age.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Національно-культурне відродження України актуалізувало багато проблем життєдіяльності суспільства. Тому формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я молодого покоління, убезпечення його життєдіяльності – одне з основних завдань держави [7]. 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 морфо функціональних взаємозв'язків як вищої біологічної і соціальної єдності в діяльності людини як особистості [8, 9, 10, 11].

Наявна система дошкільної освіти в Україні потребує якісного реформування в контексті переходу до диференціації навчання[5].

Для забезпечення успішного індивідуального розвитку кожної особистості необхідний особистісно орієнтований процес навчання та виховання дітей, вважають фахівці [1], особливо у дошкільному дитинстві.

За таких обставин значно підвищується роль фізичного виховання у системі дошкільної освіти, потенціал якого не лише у впливі на рухову сферу, а й на духовну, особистісну та соціальну [9, 11]. Дослідники відзначають наявність взаємозв'язку між інтелектуальним, моральним, емоційним, соціальним розвитком і руховою діяльністю, станом здоров'я дитини [9], що обумовлює доцільність застосування такої системи навчання і виховання, яка передбачає інтегрований освітній, виховний, оздоровчий ефект. При цьому необхідний диференційований підхід, який враховує вік, стан здоров'я, фізичної підготовленості, а також індивідуально-типологічні особливості дітей[5, 12]. З огляду на вищезазначене, потребують вивчення питання щодо типу темпераменту для вдосконалення організаційно-методичних підходів, які використовуються у системі фізичного виховання для всебічного гармонійного розвитку дітей дошкільного віку.

**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 на 2017–2020 рр. «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» (протокол № 4 від 17.11.2016).

**Мета дослідження** – визначити індивідуально-типологічні особливості 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) молодшого дошкільного віку (3–4 роки), 350 – (180 хлопчиків, 170 дівчаток) середнього дошкільного віку (4–5 років) та 420 – (211 хлопчиків, 209 дівчаток) старшого дошкільного віку (5–6 років) та 78 вихователів-педагогів. У роботі застосовано такі методи дослідження: загальнонаукові (аналіз, узагальнення даних літературних джерел); педагогічні (констатувальний експеримент); анкетування; математичної статистики. Для з'ясування типу темпераменту дітей дошкільного віку використано методику діагностики індивідуально-типологічних особливостей [6]. В її основі покладено анкетування батьків дітей або педагогів-вихователів, які добре знають дитину.

**Виклад основного матеріалу.** Тип нервової системи є сукупністю вроджених функціональних особливостей. Він є найбільш сталою характеристикою вищої нервової діяльності і в цілому навряд чи може бути змінений. Проте ця характеристика зазнає змін під впливом зміни умов існування, тобто під впливом оточуючого середовища загалом [2, 4].

Темперамент дитини – один із найважливіших орієнтирів у здійсненні диференційованого підходу в її вихованні, який полягає у варіативному використанні педагогом цілісної системи засобів, форм, методів та прийомів виховної роботи з урахуванням комплексу індивідуальних відмінностей дітей [3].

Проведені дослідження дозволили встановити розподіл дітей 3-6 років за типом темпераменту. Результати дослідження вказують на існування різних закономірнопов'язаних властивостей темпераментів. Так, серед дівчаток та хлопчиків 4-ого року життя холериків – 4,92 % та 1,38 %, сангвініків – 8,50 % та 9,70 %, флегматиків – 4,92 % та 4,24 %, меланхоліків – 1,43 % та 1,85 % відповідно; змішаного темпераменту: «холерик-сангвінік» – 21,78 % дівчаток та 21,75 % хлопчиків, «сангвінік-флегматик» – 27,22 % та 31,01 % відповідно, «сангвінік-меланхолік» – 2,98 % та 5,09 %, «холерик-флегматик» – 6,93 % та 5,55 %, «флегматик-меланхолік» – 19,80 % та 18,05 %, «холерик-меланхолік» – 1,48 % та 1,38 % (рис. 1).

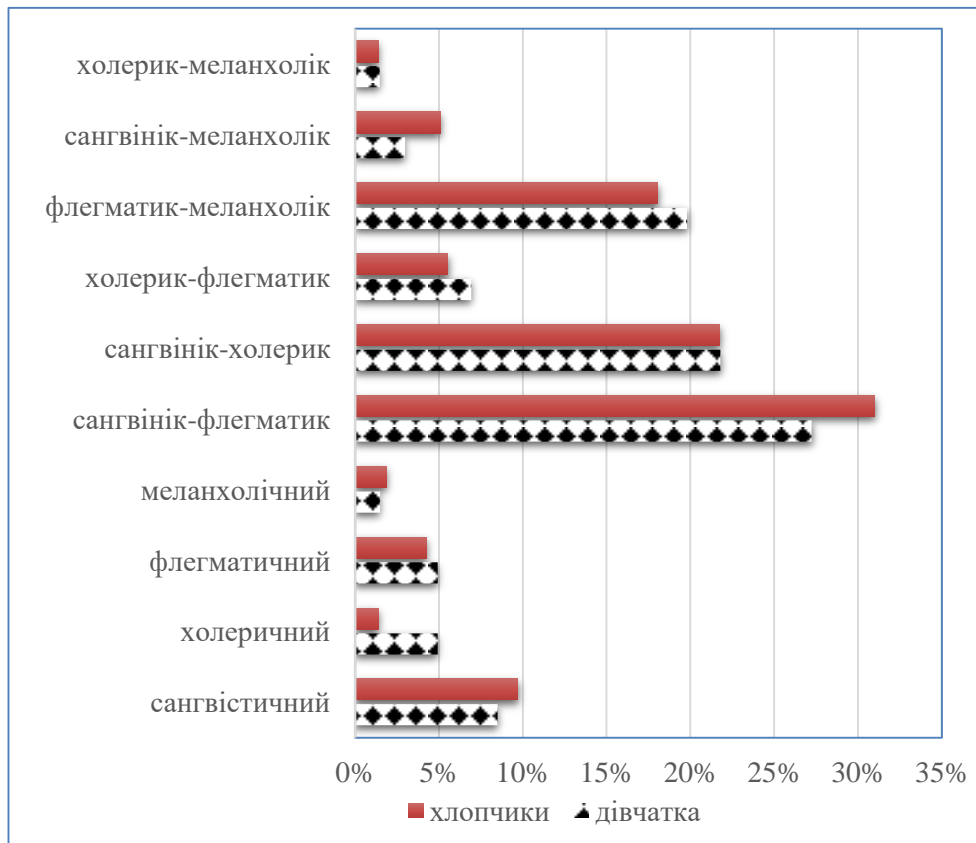


Рис. 1. Типи темпераменту дітей 4-ого року життя

В результаті аналізу анкетування педагогів-вихователів щодо виявлення типу темпераменту встановлено, що в групі дівчаток 5-ого року життя для (1,58 %) притаманний холеричний тип темпераменту, для (4,11 %) – сангвістичний, для (3,35 %) – флегматичний і для (1,76 %) – меланхолійний тип. У більшості дівчаток переважав змішаний тип темпераменту, зокрема «холериків-сангвініків» – 23,45 %, «сангвініків-флегматиків» – 28,05 %, «холериків-флегматиків» – 13,52 %, «флегматиків-меланхоліків» – 15,29 %, «сангвініків-меланхоліків» – 7,05 % та «холериків-меланхоліків» – 1,84 % (рис. 2).

У хлопчиків 5-ого року співвідношення за типом темпераменту таке: сангвінік – 3,33%, холерики та флегматики по 1,66 % відповідно, меланхоліки – 2,77 %, змішаного типу темпераменту: «холерик-сангвінік» – 23,33 %, «сангвінік-флегматик» – 33,44 %, «флегматик-меланхолік» – 15,29 %, «холерик-флегматик» – 13,52 %, «сангвінік-меланхолік» – 4,44 % та «холерик-меланхолік» – 1,11 % (рис. 2).

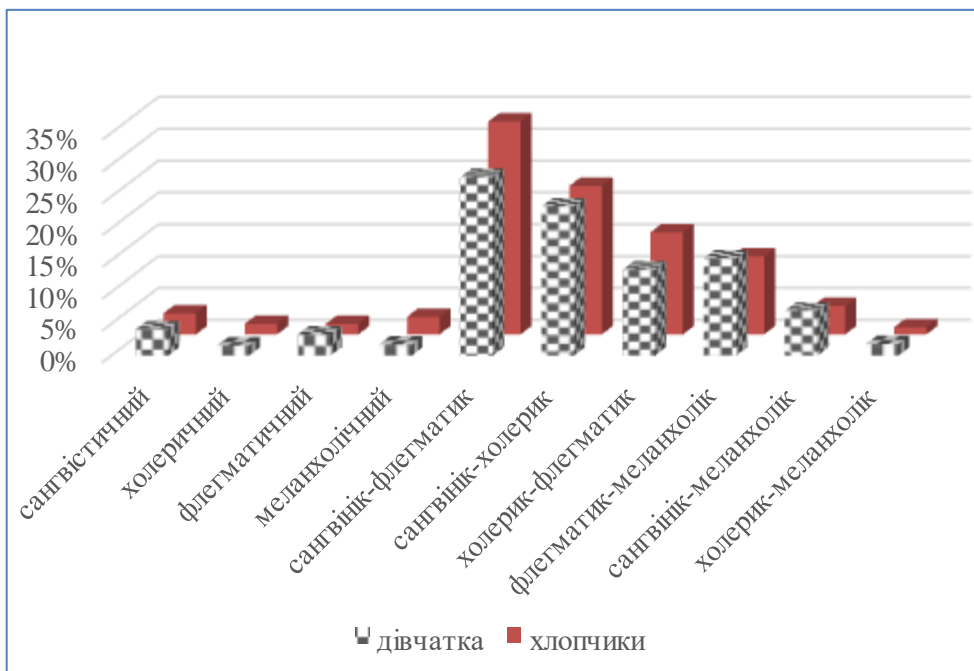


Рис. 2. Типи темпераменту дітей 5-ого року життя

Вивчення типу темпераменту дітей 6-ого року показало, що у групі дівчаток виявлено 1,43 % – холеричного типу, 2,87 % – сангвістичного, 3,82 % – флегматичного та 1,43 % – меланхолічного. Щодо змішаних типів, то тут спостерігаємо таке: «холериків-сангвініків» – 16,74 %, «сангвініків-флегматиків» – 38,54 %, «флегматиків-меланхоліків» – 13,39 %, «холериків-флегматиків» – 18,44 % «сангвініків-меланхоліків» – 2,39 %, «холериків-меланхоліків» – 0,95 % (рис. 3).

В досліджуваній групі хлопчиків 6-ого року життя встановлено такий розподіл: сангвініків – 4,26 %, холериків – 0,94 %, кількість флегматиків і меланхоліків дорівнювала 2,84 % і 1,42 % відповідно, змішаного типу: «холерик-сангвінік» – 21,32%, «сангвінік-флегматик» – 34,60 %, «сангвінік-меланхолік» – 3,31 %, «холерик-флегматик» – 18,53 %, «флегматик-меланхолік» 11,84 %, «холерик-меланхолік» – 0,94 % (рис. 3).

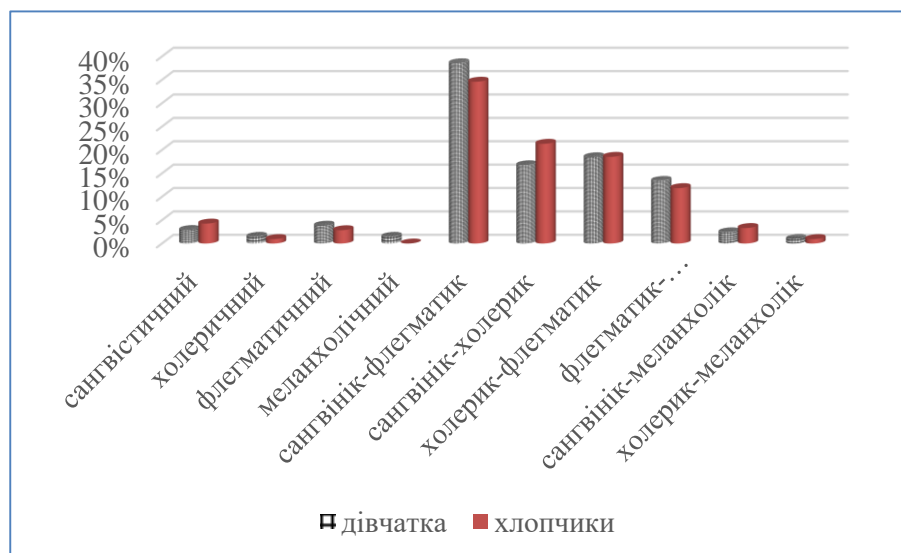


Рис. 3. Типи темпераменту дітей 6-ого року життя

Як можемо бачити співвідношення кількості дітей 3–6 років із різними типами темпераменту була майже однаковою в усіх вікових підгрупах дівчаток і хлопчиків.

Результати проведених досліджень показали, що в групі дітей 3-6 років переважали дошкільнята із змішаним типом темпераменту, так найбільшому відсотку притаманний тип «сангвінік-флегматик» – 27,22–38,54 %, (що в середньому по всій вибірці становить 32,14 %). Іншу частку розподілили між собою такі типи темпераменту як «сангвінік-холерик» – 16,74–23,45 %, «флегматик-меланхолік» – 11,84–19,80 % і «холерик-флегматик» – 5,55–18,53 % (що в середньому по всій вибірці становить 21,39 %, 15,09 % і 13,16 % відповідно). Кількість дітей із типом «сангвінік-меланхолік» становила 2,39–7,05 % (в середньому по всій вибірці – 4,20 %) і найменшою та практично однаковою в усіх вікових підгрупах була кількість дітей із типом «холерик-меланхолік» – 0,94–1,84 % (в середньому по всій вибірці – 1,28 %).

Щодо чітко окреслених властивостей одного типу темпераменту серед обстеженого контингенту дітей 3–6 років, то найбільшою мірою виявився представлений сангвістичний тип темпераменту – 2,87–9,70 % (що в середньому по всій вибірці становить 5,46 %), далі по рейтингу представлений флегматичний – 1,66– 4,92 % і холеричний тип – 0,94– 4,92 % і (в середньому по вибірці 3,47 % і 1,98 % відповідно), і найменшою мірою представлений меланхолічний – 1,42–2,77 % (в середньому по вибірці 1,78 %).

**Висновки.** Темперамент дитини – один із найважливіших орієнтирів у здійсненні диференційованого підходу в її вихованні, сутністю якого виступає варіативне використання педагогом цілісної системи виховної роботи з врахуванням індивідуальності дитини. У результаті дослідження нами встановлено, що досліджуваному контингенту дітей 3–6 років притаманно поєднання декількох домінуючих особливостей одного темпераменту з іншим. Найбільшому відсотку дітей властиво тип «сангвінік-флегматик» (32,14 %), іншу вагому частку розподілили між собою такі типи темпераменту як «сангвінік-холерик», «флегматик-меланхолік» і «холерик-флегматик» (21,39 %, 15,09 % і 13,16 % відповідно). З чітко окресленими властивостями одного типу темпераменту встановлено незначна кількість дітей (сангвінік – 5,46 %, флегматик – 3,47 %, холерик – 1,98 %, меланхолік – 1,78 %). Диференційований підхід у створенні організаційно-педагогічних умов фізкультурно-оздоровчих занять дітей дошкільного віку з урахуванням їх типу темпераменту сприятиме підвищенню ефективності процесу фізичного виховання.

**Перспективи подальших досліджень** вбачаємо в дослідженні соціально-емоційного розвитку зазначеного контингенту дітей.

#### Література

1. Багінська О. В. Особистісно-орієнтоване навчання руховим діям дітей 5–6 років в умовах дошкільного навчального закладу : автореф. дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізичне виховання, основи здоров'я)» / Багінська О. В. ; Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова. – К., 2008. – 20 с.
2. Дубравська, Н. М. До проблеми врахування типів темпераменту у навчально-виховній роботі з дітьми дошкільного віку. Теоретико-методичні підходи до психічного та особистісного розвитку дитини в умовах системних змін: збірник науково-методичних праць / за заг. ред. Н.М. Дубравської. – 2015. – С. 141–143.

3. Кузьменко В. У. Розвиток індивідуальності дитини 3-7 років: Монографія. – К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2005. – 354 с.
4. Павелків Р.В., Цигипало О.П. Дитяча психологія: Навч. посіб – К.: Академвидав, 2015. – 432 с.
5. Ярошик М. Показники розвитку швидкісно-силових якостей дітей старшого дошкільного віку з різними типами темпераменту / М. Ярошик, М. Данилевич // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2014. – Вип. 18, т. 2. – С. 201 – 204.
6. Яценко Т. В. Діагностика психічного розвитку дітей дошкільного віку : метод.посіб. / Т. В. Яценко. – Кременчук, 2011. – 86 с.
7. Галаманжук Л. Л. Динаміка показників фізичного стану дітей у період 3–6 років / Л. Л. Галаманжук, Г. А. Єдинак, Л. А. Балацька, Г. В. Кубай // Молодий вчений. – 2017. – №3 (43). – С. 143–145.
8. Iedyak G, Galamandjuk L, Dutchak M, Balatska L, Herasymchuk A. Effectiveness of different options when teaching children basic movements due to certain handedness. Journal of Physical Education and Sport. 2017; 17(2): 582–589.
9. Pasichnyk V, Melnyk V, Levkiv V, Kovtsyn V. Effectiveness of integral-developmental balls use in complex development of physical and mental abilities of senior preschool age children. Journal of Physical Education and Sport. 2015; 15 (4): 775 – 780.
10. Pasichnyk V, Pityn M, Melnyk V, Semeryak Z, Karatnyk I. Characteristics of the psychomotor system in preschool children with mental disabilities. Journal of Physical Education and Sport 2018; 47: 349–355.
11. 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.
12. Pityn M., Pasichnyk V., Galan Y., Melnyk V, Semeryak Z. Morbidity Patterns of Preschool-age Children. Iranian Journal of Public Health, 2018; 8/29: 1433–1434.

#### References

1. Bahins'ka, O. V. (2008), "Personality-oriented teaching of motor activity of children 5-6 years in a preschool educational institution" : avtoref. dys. ... kand. ped. nauk : [spets.] 13.00.02 Teoriya ta metodyka navchannya (fizychnе vykhovannya, osnovy zdorov"ya) / Bahins'ka O. V. ; Nats. ped. un-t imeni M. P. Drahomanova. 20 p.
2. Dubravs'ka, N. M. (2015), "To the problem of taking into account the types of temperament in the educational work with children of preschool age", Teoretyko-metodychni pidkhody do psykhychnoho ta osobystisnoho rozvytku dytyny v umovakh systemnykh zmin: zbirnyk naukovo-metodychnykh prats' / za zah. red. N.M. Dubravs'koyi. pp. 141–143.
3. Kuz'menko, V. U. (2005), "Development of individuality of a child 3-7 years": Monograph. Kyiv: NPU yim. M. P. Drahomanova, 354 p.
4. Pavelkiv, R.V. and Tsyhypalo, O.P. (2015), "Children's Psychology": Navch. posib. Kyiv: Akademvydav, 432 p.
5. Yaroshyk, M. and Danylevych, M. (2014), "Indicators of development of speed-strength qualities of children of the senior preschool age with different types of temperament", Moloda sportyvna nauka Ukrainy, Vol. 18, no. 2. pp. 201–204.
6. Yatsenko, T. V. (2011), "Diagnostics of mental development of children of preschool age", metod.posib. Kremenchuk, 86 p.
7. Halamanzhuk, L. L., Yedyak, H. A., L., Balatska, L. A. and Kubai, H. V. (2017), "Dynamics of indicators of physical condition of children in the period of 3-6 years", Molodyi vchenyi. Vol. 3, no. 43, pp. 143–145.
8. Iedyak G, Galamandjuk L, Dutchak M, Balatska L, Herasymchuk A. Effectiveness of different options when teaching children basic movements due to certain handedness. Journal of Physical Education and Sport. 2017; 17(2): 582–589.
9. Pasichnyk V, Melnyk V, Levkiv V, Kovtsyn V. Effectiveness of integral-developmental balls use in complex development of physical and mental abilities of senior preschool age children. Journal of Physical Education and Sport. 2015; 15 (4): 775 – 780.
10. Pasichnyk V, Pityn M, Melnyk V, Semeryak Z, Karatnyk I. Characteristics of the psychomotor system in preschool children with mental disabilities. Journal of Physical Education and Sport 2018; 47: 349–355.
11. 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.
12. Pityn M., Pasichnyk V., Galan Y., Melnyk V, Semeryak Z. Morbidity Patterns of Preschool-age Children. Iranian Journal of Public Health, 2018; 8/29: 1433–1434.

УДК 796.838.012.1-057.86

Подгурський С. Е.  
аспірант II-го курсу  
Національний університет фізичного виховання і спорту України,

#### «ГИРЯ ПОДГУРСКОГО» КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Представлені причини впливу поза тренувальних і поза змагальних факторів на спортивний результат сучасного спорту вищих досягнень. Аналіз спеціальної літератури розкрив ефективність застосування вправ гирьового спорту в контактних видах єдиноборств. Розглядається використання нестандартного спортивного інвентарю для підвищення і реалізації рухового і функціонального потенціалу спортсменів тайландського боксу. Дана характеристика спортивного снаряда «гиря Подгурського», який може бути використаний в швидкісно-силовій підготовці кваліфікованих спортсменів тайландського боксу. Вправи з «гирею Подгурського» діляться на чотири види: тяги і ривки; жими і