

ОСОБЛИВОСТІ УВАГИ ГІМНАСТІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Вивчали динаміку показників уваги учнів молодшого шкільного віку. Виявлено, що цей період онтогенезу характеризується поступовим, але нерівномірним розвитком довільної уваги. Вікова динаміка функції уваги у дітей, що мають додаткові фізичні навантаження, і в тих, які їх не мають - однакова. Темпи розвитку властивостей уваги гімнастів молодшого шкільного віку характеризувалися більшою інтенсивністю та виразністю, особливо це спостерігалось в 8-9-літньому віці. Період молодшого шкільного віку у дітей, які займаються гімнастикою, характеризується незначним половим диморфізмом.

Ключові слова: властивості уваги, віковий розвиток, фізичні навантаження, статевий диморфізм.

Запорожець Е.П.

ОСОБЕННОСТИ ВНИМАНИЯ ГИМНАСТОВ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Изучали динамику показателей внимания учащихся младшего школьного возраста. Установлено, что этот период онтогенеза характеризуется постепенным, неравномерным развитием произвольного внимания. Возрастная динамика функции внимания у детей, имеющих дополнительные физические нагрузки, как и у тех, которые их не имеют - одинакова. Темпы развития свойств внимания у гимнастов младшего школьного возраста характеризовались большей интенсивностью и выраженностью, особенно это наблюдалось в 8-9-летнем возрасте. Период младшего школьного возраста у детей, которые занимаются гимнастикой, характеризуется незначительным половым диморфизмом.

Ключевые слова: свойства внимания, возрастное развитие, физические нагрузки, половой диморфизм.

О. Zaporozhets.

PECULIARITIES OF ATTENTION OF JUNIOR GYMNASTS

While studying peculiarities of attention indexes of junior schoolchildren (aged from 7 to 9), it has been established that this period of ontogenesis is characterized by further progressive development of arbitrary attention, though uneven in rate. The age-related dynamics of attention function (its volume, stability, efficiency, distribution rate and turning rate) both in children having additional physical load and in children having no their, has been discovered to be equal. The rate of formation of attention properties in junior gymnasts were characterized in higher intensity and more marked, it was particularly prominent in 8-9-year old children. Junior school period of children going in for gymnastics is characterized by sexual dimorphism.

Key words: attention properties, age-related development, physical load, sexual dimorphism.

Технізація суспільства та перенасиченість повсякденного життя інформацією зовсім природньо вимагають замислитися, які наслідки це може мати для психики та здоров'я людини, а надто дитини. Для сучасної школи характерним є ускладнення навчальних програм, зростання обсягу інформації і емоційних та інтелектуальних навантажень. Усі ці зміни спонукають дбайливо ставитись до здоров'я дітей, адже стан психосоматичного здоров'я учнів

України має виражену негативну динаміку [3]. Кількість дітей, що мають незадовільне психосоматичне здоров'я, зростає від 15% у молодшій школі до 32% у учнів 8-го класу та до 47% у випускників [3]. Одним з патогенетичних факторів виникнення і розвитку захворювань, який негативно впливає на більшість функцій організму, є прогресуюча гіподинамія у дітей і підлітків. Тому нормування рухової активності учнів є однією з актуальних проблем формування здоров'я учнівської молоді.

Відомо, що одним з найбільш відповідальних етапів дитинства є перехід від старшого дошкільного до молодшого шкільного віку. Висока сензитивність цього вікового періоду визначає більш високі потенційні можливості різнобічного розвитку дитини. У період молодшого шкільного віку в пізнавальній діяльності дитини відбуваються якісні зміни, пов'язані з початком навчання. Саме в цьому віці формується довільна увага [2, 4, 7, 10], яка багато в чому обумовлює розвиток всіх інших психічних функцій. Функціональна роль процесу уваги у навчанні визначається її значенням в організації оптимального стану центральної нервової системи та забезпеченні реакції на зовнішні подразники, яка адекватна конкретній ситуації. Відомо, що успіхи у навчанні часто залежать від організованості уваги учня та ступеня розвитку її властивостей, таких як обсяг, стійкість або швидкість переключення [5, 6, 9, 11].

Тому метою даної роботи було дослідження вікових особливостей уваги учнів молодшої школи, що займаються гімнастикою, а отже, мають додаткове фізичне навантаження.

В якості об'єкта дослідження виступали здорові діти (94 особи) - учні молодших класів загальноосвітніх шкіл, а також здорові діти 7-9 років (86 осіб), які додатково до занять у школі займаються гімнастикою на базі профільних навчальних закладів (ДЮСШ). Усього в дослідженні брали участь 180 дітей.

Дослідження проводилися у жовтні – листопаді, тобто на початку навчального року, коли у дітей ще не виникає перевтомлення. Днями

проведення дослідження було вибрано вівторок, середу, четвер, які у тижневій динаміці в учнів молодших класів є днями найвищої розумової працездатності [1, 8].

Обстежуваних було розподілено на дві групи (контроль та гімнасти) в залежності від того, чи займаються вони спортом додатково до занять у школі, та на три вікових групи (7, 8 та 9 років). Визначали обсяг (ОБУв), продуктивність (ПрУв), стійкість (СтУв), швидкість (ШвУв), розподіл (РУв) та швидкість переключення уваги (ШПУв) за допомогою стандартних бланкових методик – таблиць Анфімова та Шульте.

Отримані результати свідчать, що у гімнастів молодшого шкільного віку, як і у школярів, які спортом не займалися, відбувається прогресивний, але нерівномірний, розвиток довільної уваги (табл. 1). Виявлено, що у дітей-спортсменів, які на початок дослідження займалися гімнастикою не менше року, спостерігалася тенденція до більш високих результатів показників усіх досліджуваних властивостей уваги, за виключенням стійкості уваги. Однак за даними статистичного аналізу це зростання не було вірогідним ($p > 0,05$).

Таблиця 1.

Вікова динаміка показників уваги у дітей контрольної групи та гімнастів молодшого шкільного віку.

Показник	Вік	Групи		
		7 років	8 років	9 років
ОБУв	контроль	282,5±13,5	355,3±12,4	375,9±13,8
	гімнасти	303,2±17,1	363,2±11,4	380,4±14,5
СтУв	контроль	0,9±0,01	0,89±0,02	0,94±0,01
	гімнасти	0,9±0,01	0,91±0,02	0,89±0,02*
ПрУв	контроль	254,1±12,1	315,1±11,2	353,5±12,2
	гімнасти	270,2±14,2	329,8±9,4	339,6±14,9
ШвУв	контроль	70,6±3,4	89,4±3,2	94,0±3,5
	гімнасти	75,8±4,3	90,8±2,8	95,1±3,6
РУв	контроль	6,4±0,8	9,3±0,5	10,0±0,6
	гімнасти	7,4±0,5	10,0±0,5	11,9±1,6
ШПУв	контроль	992,9±39,4	730,1±30,4	546,9±25,2
	гімнасти	963,0±56,0	625,4±30,1*	607,7±27,1*

Примітка: * - достовірність різниць ($p < 0,05$) гімнастів відносно контролю.

Результати дослідження свідчать, що властивості обсягу, продуктивності, швидкості, розподілу та швидкості переключення уваги у 7-ми річних гімнастів в співставленні із 8-ми річними змінювалися більш інтенсивно, а темпи вікових змін цих показників у 9 років були дещо уповільненими.

Стійкість уваги виявилась найбільш стабільним показником в обох групах. Її параметри незначно зростали протягом усього досліджуваного періоду. У 9-річних школярів контрольної групи цей показник був вірогідно більшим у співставленні із учнями більш молодого віку ($p < 0,05$) та 9-річними гімнастами ($p < 0,05$).

Отже, результати дослідження вікових особливостей функції уваги дають підставу констатувати, що у дітей молодшого шкільного віку зміни властивостей уваги проходили з різною інтенсивністю: за періодами сповільнених змін наступали періоди більш інтенсивних змін та навпаки. Найповільнішими були зміни властивості стійкості уваги. Темпи вікових змін властивостей обсягу, продуктивності та швидкості уваги займали проміжне положення. Найбільш інтенсивно змінювалися властивості розподілу та швидкості переключення уваги.

Такий розвиток властивостей уваги цілком узгоджується з тими змінами, які відбуваються в організмі дитини, а саме у нервовій системі, в період молодшого шкільного віку. Удосконалюється нейронна організація кори великих півкуль, продовжується подальше формування ансамблів нервових клітин, з якими пов'язане здійснення інтегративних процесів. У корково-підкірковій взаємодії очолює кора, її дозрівання приводить до виражених перебудов нейрофізіологічних механізмів, відповідальних за сприйняття зовнішньої інформації і довільну регуляцію функцій. До третього класу, коли нейрофізіологічні механізми уваги, особливо довільної, досягають значної зрілості, усі показники уваги поліпшуються. Удосконалювання механізмів довільної уваги сприяє здійсненню контролю за діями, що відбуваються одночасно. Однак ці зміни відбуваються не самі по собі. Дозрівання функцій

мозку тільки створює основу для розвитку уваги, а розвивається вона в процесі навчальної діяльності [10].

Додаткові фізичні навантаження і специфіка виду спорту також впливає на розвиток властивостей уваги. Діти, які займалися спортом додатково до занять у школі, мали кращі параметри властивостей уваги. Зважаючи на те, що ці відмінності не завжди були статистично достовірними, можемо говорити лише про тенденцію до більш високих результатів у дітей, які займаються спортом. Можливо, це пов'язано з тим, що гімнастика пред'являє дуже високі вимоги до здібності людини вибірково реагувати на подразники, які раптово з'являються, та виконувати рухи у підвищеному темпі, в умовах, що швидко змінюються. Від них вимагається швидка та точна диференціація рухових реакцій та розвинута здібність до негайного гальмування непотрібних рухів, а отже, значна концентрація уваги. Тому саме такі параметри уваги, як розподіл та швидкість переключення уваги кращими були у гімнастів.

Встановлена динаміка формування функції уваги у дітей від 7 до 9 років свідчить про високу генетичну детермінованість її дозрівання на цьому етапі онтогенезу, але ми вважаємо, що онтогенетична програма розвитку психофізіологічних функцій, а саме уваги, частково може бути скоригована засобами фізичної культури і спорту.

Отримавши вікову динаміку стану властивостей уваги, нас цікавили і статеві відмінності (чи схожість) параметрів вивчаємих перемінних поміж групами дівчаток та хлопчиків (рис. 1).

Виявлено, що темпи розвитку властивостей уваги у дітей-спортсменів різної статі дещо відрізняються. Різниця полягає у більш інтенсивних змінах обсягу, швидкості переключення та швидкості уваги у хлопчиків-гімнастів, а також розподілу, продуктивності і стійкості уваги у дівчат-гімнасток у віці 8 років.

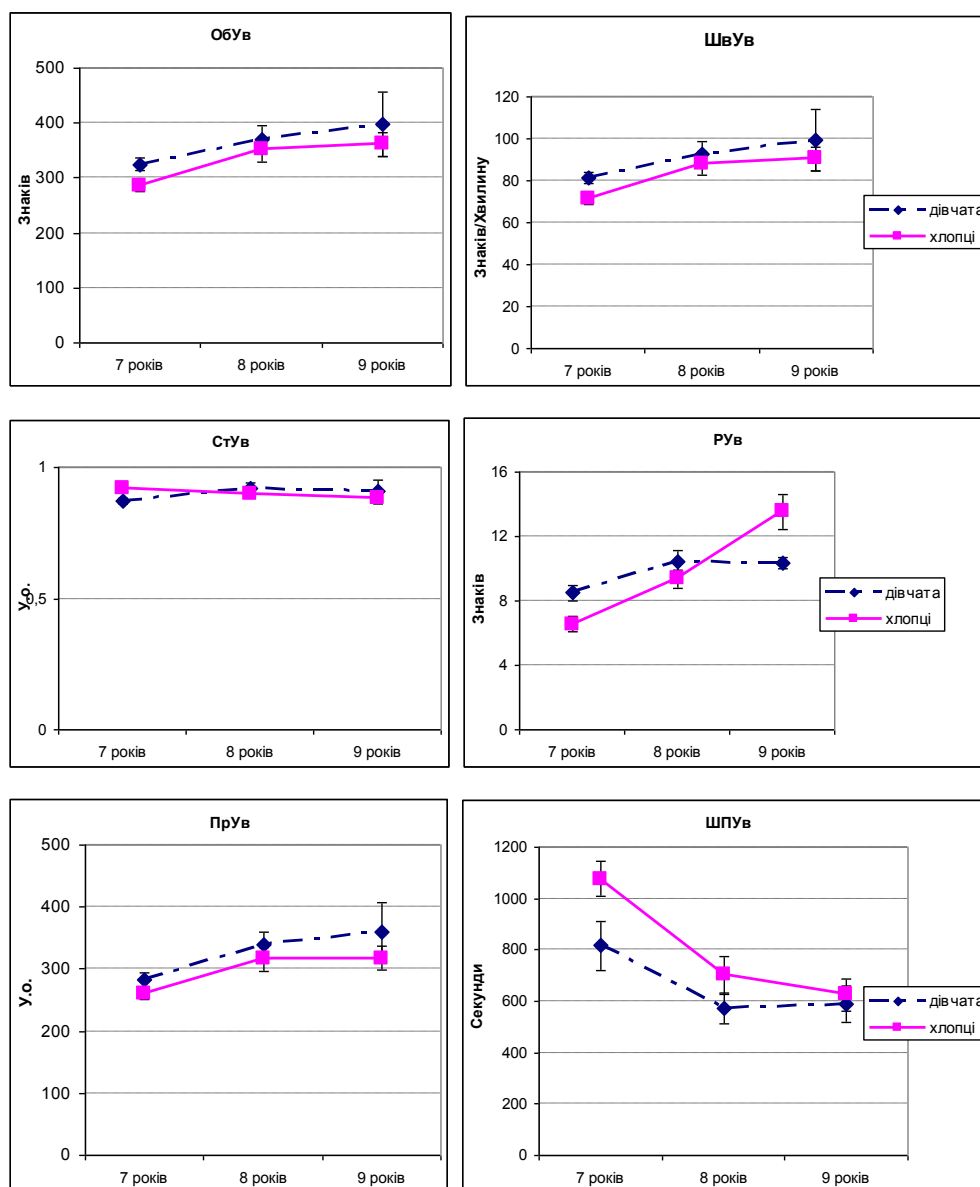


Рис. 1. Показники властивостей уваги у гімнастів молодшого шкільного віку різної статі.

Порівняльний аналіз характеристик уваги у хлопчиків та дівчаток одного віку показав, що у дівчат 7 років вірогідно кращі у порівняння із хлопцями показники переключення уваги та розподілу уваги та більш низькі - стійкості. У 8 років у дівчат достовірно вищим було переключення уваги, а у віці 9 років у них виявлена вірогідно більша продуктивність. Проте статистична обробка середніх значень показників обсягу та швидкості уваги в усі спостережувані вікові періоди (7, 8 та 9 років), розподілу уваги та стійкості у дітей 8 та 9 років, а також продуктивності у дітей 7 та 8 років і переключення уваги у дітей 9

років не виявила істотних різниць між дівчатами та хлопчиками, які займаються гімнастикою.

Відставання хлопчиків від дівчат у за параметрами уваги у досліджуваній період можна пояснити, с одного боку, гетерохронією дозрівання вищих психічних функцій, а з іншого – наслідками гормональних впливів у ранньому онтогенезі.

Отже, дослідження статевих відмінностей розвитку властивостей уваги показало, що період молодшого шкільного віку у дітей, що займаються гімнастикою, характеризується незначним статевим диморфізмом.

ВИСНОВКИ.

1. У гімнастів молодшого шкільного віку властивості довільної уваги прогресивно, але гетерохронно, розвиваються протягом усього періоду молодшого шкільного віку.

2. Діти, які займалися спортом додатково до занять у школі, мали кращі параметри властивостей уваги.

3. Період молодшого шкільного віку у дітей, що займаються гімнастикою, характеризується незначним статевим диморфізмом.

ЛІТЕРАТУРА

1. Берзін В.І., Бевз Р.Т., Стасюк Л.А. Наукові засади визначення «фізіологічної ціни» уроку у початковій школі інноваційних закладів освіти // Актуальні проблеми психології. – Т. V: Психофізіологія. Медична психологія. Генетична психологія / За ред. С.Д.Максименка. – К.: Нора-Друк, 2002. – Ч. 1. – С. 3-10.

2. Борейко Т.І. Стан властивостей основних нервових процесів, пам'яті, уваги, успішності навчання у дітей молодшого шкільного віку: Автореф. дис.... канд. мед. наук / Інститут фізіології ім. О.О.Богомольця. - К., 1993. — 20 с.

3. Корнієнко О.В. Програма тренінгу: «Здоров'я молоді – майбутнє держави» для центрів психосоматичного здоров'я в структурі ВУЗів України //

Вісник Харківського ун-ту. - № 550. – Ч. 2. Серія: Психологія. – Харків: ХНУ, 2002. – С. 119-122.

4. Макаренко Н.В., Борейко Т.И. Особенности становления нейродинамических функций у детей раннего школьного возраста // Физиол. журн. — 1994. — Т.40, № 5—6. — С. 23-31.

5. Мачинская Р.И. Функциональное созревание мозга и формирование нейрофизиологических механизмов избирательного произвольного внимания у детей младшего школьного возраста // Физиология человека. – 2006. – Т. 32, № 1. – С. 26-36.

6. Мачинская Р.И., Крупская Е.В. Влияние функциональной незрелости регуляторных структур мозга на организацию зрительного внимания у гиперактивных детей 7-8 лет // Вестн. Поморского ун-та. – 2005. - № 2 (8). – С. 30-42.

7. Новикова В.Н., Даниленко Г.Н. Характеристика динамики работоспособности учащихся школ-интернатов для детей сирот и детей, оставшихся без родителей // Возрастные особенности физиологических систем детей и подростков. Тезисы IV Всесоюзной конференции «Физиология развития человека». М., 1990. – С. 205.

8. Птицын Г.И. Влияние различных видов учебных занятий по физическому воспитанию на умственную работоспособность студентов вуза: Автореф. дис....канд. пед. наук. – М., 1980. – 24 с.

9. Фарбер Д.А., Дубровинская Н.В. Функциональная организация развивающегося мозга (возрастные особенности и некоторые закономерности) // Физиол. человека. — 1991. — Т.17, № 5. — С. 17—27.

10. Фарбер Д.А., Корниенко И.А., Сонькин В.Д. Физиология Школьника. – М.: Педагогіка, 1990. – 64 с.

11. Хрипкова А.Г., Антропова М.В., Фарбер Д.А. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов пед. ин-тов. – М.: Просвещение, 1990. – 319 с.

Відомості про автора:

Запорожець Олена Петрівна,

кандидат психологічних наук, доцент кафедри фізіології людини і тварин Інституту природознавства Херсонського державного університету

Адреса університету: 73000, м. Херсон, вул. 40 років Жовтня, 27.

Тел. (0552) 32-67-54

Домашня адреса: 73039, м. Херсон, вул. 49 Гвардійської дивізії 4, корп. 2, кв. 37.

Тел. (0552) 31-93-26

E-mail:elen-zaporozhec@yandex.ru