

Разом з тим у проектній технології існують обмеження, зумовлені труднощами її використання в початковій школі, зокрема: недостатні уміння учнів займатися дослідницькою діяльністю; низька мотивація вчителів до використання проектно-технології; неточність визначення результатів проекту. Найбільші труднощі у молодших школярів під час проектно-технологічної діяльності викликає збір та обробка інформації, адже розробка проекту потребує знань, що виходять за межі шкільної програми. Оскільки досвід роботи з інформаційними джерелами у дітей недостатній, то вчитель має координувати цей процес.

Не зважаючи на зазначені недоліки, проектна технологія відіграє важливу роль у процесі формування предметної природознавчої компетентності молодших школярів. Вона дозволяє формувати особистісні якості, що розвиваються лише в діяльності і не можуть бути засвоєні вербально. В ході роботи над проектом діти набувають досвіду індивідуальної самостійної діяльності. Така робота стимулює учнів до вирішення проблем, які вимагають володіння певною системою знань; розвиває критичне мислення; в учнів формуються навички роботи з інформацією; вони вчаться вирішувати пізнавальні завдання в співробітництві. Крім того, робота над навчальним проектом – це можливість для учня максимально розкрити власний творчий потенціал.

Загалом використання проектно-технології на уроках природознавства в початковій школі сприяє формуванню в учнів інтегрованих природничих знань та предметних умінь, передбачених чинною навчальною програмою, та вихованню в них самостійності в оволодінні знаннями, розвитку пізнавального інтересу і ключової компетентності уміння вчитися.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Державний стандарт початкової загальної освіти. [Електронний ресурс] – Режим доступу: [http://www.mon.gov.ua/ua/activity/education/56/general-secondary-education/state\\_standards/](http://www.mon.gov.ua/ua/activity/education/56/general-secondary-education/state_standards/)
2. Забродська Л. М. Інформаційно-методичне забезпечення проектно-технологічної діяльності вчителя: наук.-метод. посібник; за ред. А. Д. Цимбалару, О. В. Онопрієнко / Л. М. Забродська, О. В. Онопрієнко, А. Д. Цимбалару, Л. Л. Хоружа. – Харків: Вид. група «Основа», 2007. – 208 с.
3. Землянская Е. Н. Учебные проекты младших школьников / Е. Н. Землянская // Начальная школа. – 2005. – № 9. – С. 55–59.
4. Килпатрик В. Х. Метод проектов. Применение целевой установки в педагогическом процессе; пер. Е. Н. Янжул / В. Х. Килпатрик. – Л.: Изд-во Брокгауз-Ефрон, 1925. – 43 с.
5. Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів із навчанням українською мовою. 1–4 класи. – К.: Вид. дім «Освіта», 2012. – С. 186–203.
6. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования: учебное пособие; под ред. Е. С. Полат / Е. С. Полат, М. Ю. Бухаркина, М. В. Моисеева, А. Е. Петров. – М.: Академия» 1999. – 224 с.
7. Онопрієнко О. В. Управління проектною діяльністю молодших школярів / О. В. Онопрієнко // Навчання і виховання учнів 4 класу: метод. посібник для вчителів; упоряд. О. Я. Савченко. – К.: Початкова школа, 2005. – С. 53–64.
8. Освітні технології: навч.-метод. посібник / за ред. О. М. Пехоти. – К.: АСК, 2002. – 255 с.
9. Селевко Г. К. Энциклопедия образовательных технологий: в 2-х т. / Г. К. Селевко. – М.: Народное образование, 2005. – Т. 1. – 556 с.

УДК 373.3.016:796

М. В. ПРОЗАР

### АДАПТАЦІЯ УЧНІВ ПЕРШИХ КЛАСІВ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

*Представлено результати дослідження адаптаційних можливостей (соціальних і психологічних) учнів перших класів до навчальної діяльності у загальноосвітньому навчальному закладі (ЗНЗ). Використовуючи методи дослідження, проведено однорічний констатувальний експеримент, в якому взяли участь учні перших класів ЗНЗ № 13 і 14 м. Кам'янець-Подільський Хмельницької області, котрі були відібрані методом випадкової вибірки. Встановлено, що умови життєдіяльності 6-річних дітей в зв'язку з початком навчання у ЗНЗ не сприяють утворенню в них адекватної адаптації: на початку*

соціально та психологічна відповідають середньому рівневі, а наприкінці – низькому. Отримані в ході дослідження дані дали підстави зробити висновок, що навчальна діяльність у перший рік навчання негативно позначається на адаптаційних можливостях учнів перших класів; це призводить до погіршення розумової працездатності й здоров'я дітей.

**Ключові слова:** соціальна адаптація, психологічна адаптація першокласника, навчальна діяльність.

Н. В. ПРОЗАР

### АДАПТАЦИЯ УЧЕНИКОВ ПЕРВЫХ КЛАССОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

*Представлены результаты исследования адаптационных возможностей (социальных и психологических) учащихся первых классов к учебной деятельности в общеобразовательном учебном заведении (ОУЗ). Используя методы исследования, проведен одноступенчатый констатирующий эксперимент, в котором приняли участие ученики первых классов ОУЗ № 13 и 14 г. Каменец-Подольский Хмельницкой области, отобранные методом случайной выборки. Установлено, что условия жизнедеятельности 6-летних детей в связи с началом обучения в ОУЗ не способствуют образованию у них адекватной адаптации: вначале социальная и психологическая соответствуют среднему уровню, а в конце – низкому. Полученные в ходе исследования данные дают основания сделать вывод, что учебная деятельность в первый год обучения негативно сказывается на адаптационных возможностях учащихся первых классов; это приводит к ухудшению умственной работоспособности и здоровья детей.*

**Ключевые слова:** социальная адаптация, психологическая адаптация первоклассники, учебная деятельность.

M. V. PROZAR

### ADAPTATION OF THE FIRST FORM PUPILS TO EDUCATIONAL ACTIVITY IN PRIMARY SCHOOL

*The article presents the results of a study of adaptive possibilities (social and psychological) of pupils of the first form to the educational activities in secondary schools. Using the research methods, an one-year experiment was conducted: the pupils of the first forms of Kamjanets-Podilsky secondary schools № 13 and № 14 (73 boys and 87 girls) were selected by the method of random sample. The study found that the living conditions of the 6-year-olds (due to the beginning of education in secondary school) do not assist formation of adequate adaptation: at the beginning, the social and psychological adaptation correspond to the average level, and in the end – to the lowest one. Obtained results give reason to conclude that the learning activities in the first year of study negatively affects the adaptive possibilities of the first form pupils; it results in poor mental capacity and health of pupils.*

**Keywords:** social adaptation, psychological adaptation of the first form pupil, learning activity.

Нові умови життєдіяльності у зв'язку з переходом дітей із ДНЗ до ЗНЗ, передусім великі обсяги навчальної інформації, інтенсивність навчально-виховного процесу зумовлюють мобілізацію ресурсів, а часто й резервів організму, що не сприяє оптимальному зростанню і розвитку його систем.

Наявні нині параметри навчальної діяльності ми неспроможні оптимізувати стосовно зменшення (ця складова процесу є константою). Інформація спеціальної літератури дозволяє опосередковано визначити кінцевий результат реалізації такої діяльності в перший рік навчання у ЗНЗ. Тому можна відзначити таке: провідними у нормалізації ситуації, що склалася, є форми, засоби і методи фізичного виховання (ця складова процесу є змінною); зміст повинен спрямовуватися на упередження або запобігання існуючій негативній тенденції зі зниження ефективності функціонування організму протягом першого року навчання дітей у ЗНЗ.

У зв'язку із зазначеним важливим є дослідження в комплексі показників, що характеризують стан адаптації 6-річних дітей до нових умов життєдіяльності в зв'язку з початком навчання у ЗНЗ.

Результати аналізу наукової літератури, проведені О. М. Лещак [9, с. 16–17], засвідчують, що 36 % учнів початкової школи відзначаються низьким, 56,5 % – нижчим від середнього, середнім і тільки 7,5 % – вищим від середнього і високим рівнями соматичного здоров'я. Дані іншого дослідження [2, с. 15–16] свідчать про зростання протягом навчального року кількості учнів перших класів 6–7 років з середнім і нижчим від середнього рівнями соматичного здоров'я при зменшенні з 34 до 24 % кількості високих оцінок. Зазначається також, що поміж дітей 7 років до 60 % відзначаються низьким, 36–40 % – середнім рівнями соматичного здоров'я.

Згідно з інформацією Г. Л. Апанасенка [1, с. 156–158], діти із середнім рівнем – це група ризику, що потребує проведення профілактико-оздоровчих заходів; діти з нижчими від цього рівнями, швидше за все, відзначаються різними патологічними процесами, що зумовлює необхідність проходження ними поглибленого медичного обстеження.

Конкретизація вищезазначених даних виявила таке: за останні десять років частка здорових дітей 6–7 років зменшилась із 46 до 32 %; одночасно на 6,5 % зросла кількість дітей з різними захворюваннями, найбільше системи кровообігу; у структурі поширення хвороб переважають такі, що пов'язані з органами дихання (48,6 %), травлення (7,9 %), ока і його придаткового апарату (5,4 %), ендокринною (5,3 %), кістково-м'язовою (4,5 %) і нервовою (3,3 %) системами [13, с. 46–47]. Водночас 82,9 % хлопчиків та 72,4 % дівчаток віком 6–7 років відзначаються порушенням постави [10, с. 17–18]. У 17 % відхилення в стані здоров'я пов'язані з відставанням у біологічному розвитку, 34 % – з відмінними від вікової норми морфологічними, 60 % – функціональними показниками [11, с. 38–39].

Аналізуючи деякі інші показники, а саме які дозволяють скласти повнішу картину розвитку дитини, відзначили наступне. Дані щодо готовності 6-річних дітей, які є учнями перших класів, до навчання у ЗНЗ свідчать, що за станом оперативної пам'яті, швидкістю перероблення зорової інформації, рівнем саморегуляції і продуктивністю розумової діяльності тільки 16,5 % дівчаток та 16 % хлопчиків є психічно «зрілими», відповідно у 46,5 і 60,5 % діагностовано середню ступінь такої зрілості, тоді як у решти – неготовність до навчальної діяльності [7, с. 15].

Узгоджуються із зазначеним інші дані [8, с. 162–164], зокрема те, що з початком навчання у ЗНЗ 67–69 % дітей виникають специфічні реакції, а саме: острах, зриви, істеричні реакції, підвищена сльозливість, загальмованість. Такі діти також відчувають острах під час відповіді, бояться вчителя, низьких оцінок, бути неспроможним виконати певне завдання, запізнитися на урок тощо. Водночас відзначається [3, с. 14–15] надмірне психоемоційне навантаження на учнів початкової школи чинних параметрів навчальної діяльності, про що свідчить її супровід утомою навіть у невласиві для цього дні. Утома виникає вже в понеділок та четвер, – наприкінці кожного кількості дітей з яскраво виразною втомою (друга стадія) збільшується відповідно до 77,3 та 50 %, хоча враховуючи добовий і тижневий біоритми повинна збільшуватися поступово. Супроводжується виявлена втома симптомами, що полягають у виникненні відчуття тривоги, вегетативних розладах, астенії, порушенні сну.

У зв'язку з останнім зазначається [11, с. 38–39], що у 98,5 % учнів перших класів тривалість сну є скороченою порівняно з гігієнічною нормою; результати відповідей дітей 6–7 років на питання «Дитячого опитувальника неврозів» свідчать, що протягом першого року навчання у ЗНЗ збільшується порушення поведінки, відбуваються негативні зміни в настрої, діях і дисципліні [3, с. 14–15].

Отже, попри певні розбіжності в оцінці дослідниками стану соматичного здоров'я та розвитку систем і функцій дітей, наявні дані дозволяють відзначити, що має місце загальна тенденція – на початку і протягом першого року навчання у ЗНЗ параметри переважної більшості цих характеристик є значно нижчими від необхідних, тобто які забезпечують оптимальне функціонування організму в умовах дії нових (відмінних від притаманних дошкільному періоду) зовнішніх чинників, зокрема навчальне середовище у ЗНЗ та пов'язані з ним процеси. Враховуючи чисельну інформацію дослідження про залежність від параметрів вищезазначених характеристик адекватності адаптації дітей до дії зовнішніх чинників відзначаємо, що існуюча тенденція засвідчує можливість і ймовірність забезпечити їм адекватну адаптацію до навчальної діяльності в перший рік перебування у ЗНЗ.

**Мета статі** полягає у визначенні соціологічних та психологічних адаптаційних можливостей до навчальної діяльності учнів перших класів початкової школи.

- Під час дослідження використовували наступні групи методів:
- загальнонаукові методи дослідження: аналіз, синтез, узагальнення, систематизацію, порівняння;
  - педагогічні методи дослідження: педагогічне спостереження, констатувальний експеримент;
  - соціологічні методи дослідження: інтерв'ю за опитувальником О. Д. Дубогай, опитування за анкетною Л. М. Ковальнової, бесіда;
  - математико-статистичні методи.

До початку експерименту методом випадкової вибірки ми відібрали 73 хлопчики і 87 дівчаток, яким на початку першого року навчання у ЗНЗ виповнилося 6 років (ЗНЗ № 13 і 14 м. Кам'янець-Подільського), а за станом здоров'я вони належали до основної медичної групи.

Метод інтерв'ю використовувався для визначення рівня соціальної адаптації дітей до навчання у школі за опитувальником О. Д. Дубогай [5, с. 10–13]. Одержані від дитини відповіді на питання 1, 2, 3 і 4, а також надані батьками дитини відповіді на питання 5, 6 і 7 оцінювали одним із п'яти можливих балів (табл. 1). Висновок про рівень соціальної адаптації робили, враховуючи результат, що інтерпретувався так: 5–4,5 бала – високий рівень адаптації, 4,49–3,5 – середній, 3,49–2,5 – нижчий від середнього, 2,49–1,0 – низький рівень. При цьому брався до уваги психоемоційний настрій (самопочуття) як суб'єктивна комплексна характеристика загального стану і функціонування організму, яка передбачає врахування таких ознак: відчуття бадьорості (стомленості), відсутність (наявність) болю, неприємних відчуттів у певному органі, частині тіла тощо; поява у спокої чи після дії незвичних відчуттів.

Таблиця 1

Опитувальник для визначення рівня соціальної адаптації дітей до навчання в школі

Зміст питання	Оцінка у балах
1. Психоемоційний настрій	
2. Апетит	
3. Сон	
4. Бажання вчитися	
5. ЧСС дійсного спокою (одразу після сну лежачи в ліжку)	
6. ЧСС відносного спокою (стоячи, до сніданку)	
7. Різниця між ЧСС дійсного та відносного спокою	
Загальний рівень адаптації – $\sum_{\text{балів } 1-7} / 7$	

Сон виконує відновлювальні функції організму, залежить від діяльності нервової системи. Дотримання режиму та заняття фізичними вправами сприяють покращенню сну (швидке засинання, легке пробудження). Батьки фіксували в щоденниках тривалість сну та його характер, при порушенні – додатково особливості (погане засинання, безсоння, неглибокий сон тощо).

Апетит є важливою характеристикою загального стану організму, повноцінності його життєдіяльності, оцінюється як підвищений, нормальний, знижений, відсутній. У разі порушень батьки додатково фіксували особливості (печія, біль тощо).

Метод анкетного опитування використовували для визначення рівня психологічної адаптації дітей до навчання в школі. Для цього обрали анкету Л. М. Ковальнової [6, с. 17], що передбачає відповіді вчителем початкових класів на запропоновані твердження. Учитель закреслював номери тих тверджень, які, на його думку, стосуються певної дитини і достатньо стійкі та виразні у неї. Після цього заповнював бланк відповідей: твердження із закресленими порядковими номерами фіксував у правій, інші – в лівій частинах бланку; за кожне твердження у лівій частині нараховувався один бал, у правій – два; максимальна кількість балів – 70. Одержану після підрахунку загальну суму балів використовували у формулі:

$$K = П : 70 \times 100,$$

де: К – коефіцієнт дезадаптації;

П – кількість балів, одержаних дитиною.

Коефіцієнти дезадаптації інтерпретували, враховуючи таке: до 14 % – відсутність дезадаптації (висока психологічна адаптація); 15–30 % – середній рівень дезадаптації (середній

рівень адаптації); 31–40 % – високий рівень дезадаптації (низький рівень адаптації); 41 % і більше – зрив адаптації, дитина потребує консультації психоневролога.

Бесіду, як інший метод цієї групи, використовували з урахуванням відповідних рекомендацій [12, с. 148–149] для одержання від учителів фізичного виховання і початкових класів інформації щодо організації, змісту і реалізації різних форм занять фізичними вправами у школі для успішного вирішення поставлених завдань.

У зв'язку з використанням методу випадкової вибірки і необхідністю коректного опрацювання одержаних під час експерименту емпіричних даних визначили однорідність сформованих вибірок і перевірили відповідність розподілу індивідуальних значень кожного досліджуваного показника нормальному. Одержані дані свідчили, що у показниках соціальної та психологічної адаптації дітей до навчальної діяльності у ЗНЗ розподіл індивідуальних значень відзначався такими особливостями: величини коефіцієнтів  $A_s$  становили відповідно 2,907 та 0,589, коефіцієнта  $E_x$  – (–0,804) та 2,448 (див. табл. 2).

Таблиця 2

Статистична характеристика показників адаптації до навчальної діяльності дітей, учнів 1 класу, на початку навчального року

Показник	$\bar{x}$	$m$	$S$	$V$	$A_s$	$E_x$	$\lambda(p)$
Соціальна адаптація, балів	1125,2	33,41	258,81	23,0	-0,804	2,907	$p > 0,20$
Психологічна адаптація, %	85,2	1,53	11,86	13,9	0,589	2,448	$p < 0,15$

За даними спеціальної літератури критичні величини використаних коефіцієнтів, що засвідчують відповідність розподілу індивідуальних значень закону Гаусса у досліджуваних вибірках, при рівні значущості  $p \leq 0,05$  та чисельності вибірки 70 і 90 осіб становлять:  $A_s$  – відповідно 0,459 та 0,409,  $E_x$  – 0,832 та 0,828 [4, с. 32–34]. Порівнявши ці значення зі встановленими у досліджуваних вибірках, зробили висновок, що за одержаними коефіцієнтами  $A_s$  та  $E_x$  не можна однозначно відповісти на питання про відповідність нормальному розподілу індивідуальних значень у цих вибірках. У зв'язку з цим застосували найбільш жорсткий (порівняно з іншими існуючими)  $\lambda$ -критерій Колмогорова-Смірнова, критична величина якого при нормальному розподілі індивідуальних значень у показнику знаходиться на рівні  $p < 0,10$ .

Одержані нами значення  $\lambda$ -критерію засвідчили, що в показниках соціальної і психологічної адаптації дітей розподіл індивідуальних значень дівчаток і хлопчиків відповідав закону Гаусса (див. табл. 2). У зв'язку з цим зробили висновок про можливість під час порівняння двох середніх використовувати  $t$ -критерій Стьюдента для пов'язаних і непов'язаних вибірок. Отже, для проведення експерименту були сформовані однорідні за досліджуваними показниками вибірки 6-річних дівчаток і хлопчиків, що сприяло підвищенню об'єктивності результатів дослідження та висновків, зроблених на їх підставі.

Вивчення стану адаптації дітей до навчальної діяльності на початку першого року навчання у ЗНЗ виявило наступне. Дані дівчаток, пов'язані із соціальною та психологічною адаптацією, становили відповідно  $4,1 \pm 0,1$  балів і 15,2 % (табл. 3).

Таблиця 3

Стан адаптації учнів перших класів до навчальної діяльності в різні періоди першого року навчання у ЗНЗ

Вибірка	На початку		Наприкінці		Зміна		$t$ ( $D \pm m_{d\%}$ )
	$\bar{x}_1$	$m$	$\bar{x}_2$	$m$	абс.	у %	
<i>соціальна адаптація (балів)</i>							
Дівчатка	4,1	0,1	3,48	0,1	– 0,6	– 15,1	5,15***
Хлопчики	3,7	0,1	3,2	0,1	– 0,4	– 11,3	3,11**
<i>психологічна адаптація (%)</i>							
Дівчатка	15,2	0,2	31,1	0,3	15,9	– 104,3	15,9 $\pm$ 6,28*
Хлопчики	19,8	0,5	33,8	0,5	14,0	– 70,7	14 $\pm$ 6,98*

У першому випадку значення показника знаходилось у межах 4,49–3,5 балів, які відображали середній рівень адаптації, у другому – в межах 15–30 %, що свідчили про середній рівень дезадаптації (середній рівень адаптації) дівчаток до навчальної діяльності.

Враховуючи рекомендації використаних методик [5, с. 10–13; 6, с. 17] та зроблені раніше висновки щодо фізичного стану дівчаток на початку навчального року, одержані в обох тестуваннях дані інтерпретували як такі, що засвідчували достатній потенціал для забезпечення їм адекватної адаптації до нових умов, яким відзначається навчальний процес у ЗНЗ порівняно з таким процесом у ДНЗ.

У хлопчиків на початку навчального року одержали аналогічний результат, за винятком такого: соціальну адаптацію оцінили балом  $3,7 \pm 0,1$ , психологічну – у 19,8 %. В обох випадках значення показників засвідчували середній рівень адаптації хлопчиків до навчальної діяльності, тобто достатню ймовірність утворення у них протягом першого року навчання її адекватного варіанту.

Використання дітьми протягом першого року навчання чинних організацій, змісту навчальної діяльності та фізичної активності у визначених формах призвело до певної зміни досліджуваних показників (табл. 2). Так, у дівчаток показник соціальної адаптації зменшився на 15,1 % і досяг значення  $3,48 \pm 0,1$  бала ( $p < 0,001$ ), показник психологічної адаптації, навпаки збільшився на 104,3 % ( $p < 0,05$ ). У обох випадках підсумкові дані свідчили про значне погіршення протягом навчального року адаптаційного потенціалу дівчаток, тобто про їх неадекватну адаптацію до нових умов, якими відзначається навчальний процес у ЗНЗ. Це зумовлювалося тим, що значення показника соціальної адаптації відповідало низькому рівню, а значення показника психологічної адаптації засвідчувало високий рівень дезадаптації.

Аналогічний результат одержали у хлопчиків із тією різницею, що показник їхньої соціальної адаптації зменшився на 11,3 % і досяг значення  $3,2 \pm 0,1$  бала ( $p < 0,01$ ), показник психологічної адаптації, навпаки збільшився на 70,7 % ( $p < 0,05$ ).

У зазначеному випадку дані, так само, як дані дівчаток, засвідчували значне зниження протягом навчального року адаптаційного потенціалу та неадекватну адаптацію хлопчиків до нових умов, якими відзначається навчальний процес у ЗНЗ. Це пов'язано з тим, що значення показника соціальної адаптації хлопчиків відповідало низькому рівню, а показника психологічної адаптації – високому рівню дезадаптації до навчальної діяльності у ЗНЗ.

Після завершення дошкільного навчального закладу та літнього відпочинку діти відзначалися середнім рівнем соціальної та психологічної адаптації. З таким рівнем вони розпочали навчання у ЗНЗ, але протягом навчального року відбулося її значне погіршення за обома показниками.

Нові умови життєдіяльності 6-річних дітей (в зв'язку з початком навчання у ЗНЗ) не сприяють утворенню в них адекватної адаптації: на початку соціальна та психологічна відповідають середньому рівню (у дівчаток відповідно  $4,1 \pm 0,1$  бала і 15,2±0,2 %, у хлопчиків –  $3,7 \pm 0,1$  бала і 19,8±0,5 %), а наприкінці – низькому (у дівчаток  $3,48 \pm 0,1$  бала і 31,1±0,3 %, хлопчиків –  $3,2 \pm 0,1$  бала і 33,8±0,5 %). Це є одним із чинників низького соматичного здоров'я.

Вище зазначений результат дає підстави для висновку, що навчальна діяльність у перший рік негативно позначається на адаптивних можливостях учнів перших класів до нових умов навчання та виховання.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у поглибленому вивченні показників фізичного стану (морфологічних, функціональних та показників фізичної підготовленості) учнів першого класу початкової школи. Для вияву залежності між адаптацією (соціальною, психологічною) та показниками фізичного стану дітей.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л. Санологія (медичні аспекти валеології): підручник для лікарів-слухачів закладів (факультетів післядипл. освіти / Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. – Л.: Кварт, 2011. – С. 156–158.
2. Боднарчук О. М. Взаємодія школи та сім'ї у фізичному вихованні учнів перших класів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02 / О. М. Боднарчук. – Львів, 2013. – 19 с.
3. Гуменна О. А. Фізіологічні характеристики організму дітей молодшого шкільного віку в різних умовах навчання: автореф. дис. ... канд. біол. наук: 03.00.13 / О. А. Гуменна. – К., 2006. – 20 с.

4. Денисова Л. В. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: учеб. пособие / Денисова Л. В., Хмельницкая И. В., Харченко Л. А. – К.: Олімп. л-ра, 2008.
5. Дубогай О. Д. Комплексна методика вивчення й оцінки рухового розвитку організму молодших школярів / О. Д. Дубогай // Основи здоров'я та фізична культура. – 2007. – № 6. – С. 10–13.
6. Ковальова Л. М. Опитувальник для вчителя з визначення рівня дезадаптації першокласників до навчальної діяльності / Л. М. Ковальова // Початкова школа. – 1996. – № 7. – С. 17.
7. Ковальчук Л. В. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання в школі: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02 / Л. В. Ковальчук. – Львів, 2007. – С. 19.
8. Кривчикова О. Психомоторний стан як фактор адаптації учнів початкових класів до умов навчання в школі / О. Кривчикова, Т. Лясота // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. – Луцьк: Вежа, 2008. – Т. 1. – С. 162–164.
9. Лещак О. М. Корекція фізичного стану і соматичного здоров'я школярів в умовах літнього дитячого оздоровчого закладу: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02 / О. М. Лещак. – Івано-Франківськ, 2012. – 17 с.
10. Лясота Т. І. Підвищення адаптаційних можливостей дітей 6–7 років до умов навчання в початковій школі засобами фізичного виховання: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02 / Т. І. Лясота. – К., 2012. – 18 с.
11. Поташнюк І. В. Теоретичні і методичні засади застосування здоров'язбережувальних технологій навчання учнів у загальноосвітніх навчальних закладах: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.02 / І. В. Поташнюк. – К., 2012. – 39 с.
12. Шиян Б. М. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті: навч. посібник / Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. – Кам'янець-Подільський: Рута, 2012.
13. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України та санітарно-епідемічну ситуацію: 2010 рік. – К., 2011.