

УДК 373/.3/.5(477);796.011.1:159.972
DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2022.80.2.12>

Р. Р. Сіренко

доктор наук із державного управління, доцент,
завідувачка кафедри фізичного виховання та спорту
Львівського національного університету імені Івана Франка

С. П. Гіренко

кандидат педагогічних наук, доцент,
заступник декана факультету № 2 з навчально-методичної роботи
Харківського національного університету внутрішніх справ

Л. М. Томіч

кандидат медичних наук,
доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я
Київського національного університету технологій та дизайну

О. В. Хуртенко

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
Вінницького державного педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського

Л. І. Бітківська

викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Львівського національного університету імені Івана Франка

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПЕРЕВІРКИ ПРОГРАМИ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ГОТОВНОСТІ БАТЬКІВ ДО НАВЧАННЯ ДІТЕЙ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ «НУШ»

Відповідно до результатів аналізу науково-методичної, спеціальної та довідкової літератури (моніторингу Інтернет-ресурсів), членами науково-дослідної групи встановлено, що питанням розроблення і апробації сучасних програм, методик (педагогічних технологій) формування психофізичної готовності батьків (вікових груп: 31–35 років, 36–40 років та 41–45 років) до навчання дітей в умовах «Нової української школи» у посткарантинному періоді присвячено недостатню кількість науково-методичних праць, що потребує подальших досліджень та підкреслює актуальність і практичну частину вибраного напрямку наукової розвідки.

Головною метою дослідження є апробація експериментальної програми формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» (далі – «НУШ») у посткарантинному періоді. Під час дослідно-аналітичної роботи були використані такі методи дослідження: абстрагування, аналіз і синтез, індукція і дедукція, моделювання, математично-статистичні (кореляційного аналізу, факторного аналізу) тощо.

У результаті емпіричного дослідження членами науково-дослідної групи розроблено та апробовано експериментальну «Програму формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді». Аналізуючи результати наприкінці педагогічного експерименту, встановлено, що розроблена «Програма формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді» забезпечила формування в батьків (учасників педагогічного експерименту, вікових груп: 31–35 років, 36–40 років та 41–45 років) розвитку індивідуальної стратегії психофізичної готовності до навчання дітей відповідно до вимог «НУШ». Крім цього, члени науково-дослідної групи 2 спостерігали позитивну динаміку розвитку та удосконалення основних фізичних якостей, а також високої психологічної, емоційно-вольової та мотиваційної готовності до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді.

Перспективи подальших досліджень у вибраному напрямі наукової розвідки передбачають розроблення експериментальної програми фізичного виховання учнів початкової школи «НУШ» з акцентом на використанням здоров'язбережувальних технологій.

Ключові слова: готовність, державні тести, стресостійкість, педагогічні умови, психологічна стійкість, психологічне консультування, Нова українська школа, фізична підготовленість, фізичні права.

Постановка проблеми. Низкою теоретичних та емпіричних досліджень провідних учених і практиків (Б. Кіндзер, О. Колісніченко, Г. Лаврін, О. Пічурін, С. Присяжнюк, В. Осьодло) у вибраному напрямі дослідження встановлено, що під впливом несприятливих факторів реалій сьогодення у представників різних груп населення, зокрема батьків, діти яких навчаються за програмою «Нової української школи», розвивається гіподинамія, що призводить до зниження їхнього рівня фізичного розвитку, а також до проявів психологічних зривів (стресів). Вище зазначені негативні прояви, властиві сучасному суспільству, значним чином погіршують якість життя дорослого населення (представників вікових груп: 31-35 років, 36-40 років та 41-45 років тощо), що здебільшого призводить до проявів у них депресій, стомлення, апатій, неврозів, виснаження, ожиріння тощо.

Своєю чергою вищезазначене негативно відображається на системі виховання дітей, а також системі організації освітнього процесу в умовах карантинних обмежень за програмою «Нової української школи». Враховуючи вищезазначене, вважаємо, що на сьогодні є актуальним та своєчасним розроблення, а також апробація сучасних програм формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «Нової української школи» (надалі – «НУШ») у посткарантинному періоді.

Дослідження виконано відповідно до планів науково-дослідної роботи: кафедри практичної психології Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, кафедри фізичного виховання та спорту Львівського національного університету імені Івана Франка, факультету № 2 Харківського національного університету внутрішніх справ, а також профільних кафедр закладів вищої освіти відповідно до договорів про міжкафедральну співпрацю (сумісний ініціативний науковий проект «Психофізична готовність – НУШ», 2020–2021 р.р.).

Аналіз останніх досліджень і публікацій у вибраному напрямі наукової розвідки дав змогу визначити низку учених: Н. Скотну, Л. Гавришак Л. [1], М. Гусакову [2], Н. Березовську [3] та інших фахівців (А. Гаєвську, Т. Гавриленко, В. Панка, О. Хацаюк, О. Хуртенко), які у своїх працях висвітлили актуальні питання організації психологічного супроводу (формування психологічної стійкості) батьків дітей, які навчаються в початковій школі.

Не менш цікавими за своїм змістом та сутнісними характеристиками є напрацювання: М. Чернявського [4], Е. Єрьоменка [5], Є. Проскурова [6] та інших учених і практиків (О. Кузнецової, М. Мамешіної, П. Рибалки, В. Шемчука, О. Ярещенко), в яких окреслені основні напрями організації системи фізичного виховання представників різних груп населення.

У результаті подальшої дослідно-аналітичної роботи нашу увагу привернули наукові праці В. Горленка, Ю. Луценка, В. Острової, Н. Сосновенко, І. Ткачук [7], Н. Височіної, Л. Гуніної, О. Хацаюка, Л. Котляренко, Р. Головащенко, А. Івченко [8], М. Хасанова, М. Матвієнка [9] та інших фахівців: О. Гусака, Г. Омок, В. Пічуріна, І. Приходька, О. Шульженко, в яких на високому науково-методичному рівні висвітлені актуальні питання особливостей розроблення (конструювання) та апробації сучасних програм, методик, педагогічних умов, моделей, які забезпечують формування психофізичної стійкості представників різних груп населення до професійної діяльності.

Відповідно до результатів моніторингу Інтернет-ресурсів, а також аналізу науково-методичної, спеціальної та довідкової літератури, членами науково-дослідної групи встановлено, що питанням розроблення і апробації сучасних програм формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді присвячено малу кількість науково-методичних праць, що потребує подальших досліджень та підкреслює актуальність і практичну складову частину вибраного напрямку наукової розвідки.

Мета статті. Головною метою дослідження є апробація експериментальної програми формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді.

Для досягнення мети дослідження заплановано вирішити такі завдання:

- провести аналіз спеціальної науково-методичної та довідкової літератури (моніторинг Інтернет-ресурсів) у напрямі організації психологічного супроводу (формування психологічної стійкості) батьків дітей, які навчаються в початковій школі;

- здійснити аналіз спеціальної науково-методичної літератури в напрямі організації системи фізичного виховання представників різних груп населення;

- здійснити аналіз спеціальної науково-методичної літератури в напрямі розроблення та апробації сучасних програм, методик, педагогічних умов (моделей), які забезпечують формування психофізичної стійкості представників різних груп населення до професійної діяльності;

- скорегувати педагогічні умови «Програми формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді» [10 с. 140–146].

У процесі дослідно-аналітичної роботи були використані такі методи на емпіричному і теоретичному рівнях дослідження: абстрагування, аналіз і синтез, індукція і дедукція, моделювання, математично-статистичні, (кореляційного аналізу, факторного аналізу тощо). Крім цього, було використано власний досвід формування психофізичної

готовності представників різних груп населення до професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Емпіричне дослідження організовано у три етапи (березень – грудень 2021 р.). Заради досягнення головної мети дослідження та якісного відпрацювання поставлених перед нами завдань було створено 2 науково-дослідних групи (залучено провідних учених і практиків у вибраному напрямі наукової розвідки). Склад науково-дослідної групи № 1 (теоретичного забезпечення): В. Стець, С. Волошин, Е. Сивохоп, Л. Томіч, О. Хацаюк, К. Березяк. Склад науково-дослідної групи № 2 (методичного супроводу та практичного впровадження): Р. Сіренко, С. Гіренко, Л. Томіч, О. Хуртенко, Л. Бітківська. Наукові консультанти: доктор філософських наук Н. Скотна (м. Дрогобич) та заслужений тренер України, магістр О. Хацаюк (м. Харків).

Упродовж першого етапу дослідження (березень-травень 2021 р.) членами науково-дослідної групи № 1 (НДГ 1) проведено аналіз науково-методичної, спеціальної та довідкової літератури (моніторинг Інтернет-джерел) у вибраному напрямі наукової розвідки. Встановлено, що коронавірусна хвороба (COVID-19) та її штами («Альфа», «Бета», «Гамма», «Дельта», «Епсилон», «Зета», «Ета», «Тета», «Йота», «Каппа», «Лямбда», «Мю», «Омікрон») мають особливості впливу на психіку та рівень фізичної підготовленості індивіда. Крім цього, значну небезпеку для фізичного та психічного здоров'я несуть відповідні постковідні синдроми, що негативно відбивається на розумових та фізичних здібностях представників різних вікових груп, які є батьками майбутніх першокласників. Підсумовуючи вищевикладене, нині актуальним та своєчасним є розроблення прикладних методик, спеціалізованих програм психологічної та фізичної терапії (ерготерапії) тощо, що сприятиме формуванню в представників зазначеної вище категорії високої психологічної стійкості, а також достатнього рівня фізичного розвитку.

Варто зауважити, що в процесі аналітичної роботи на підставі аналізу низки спеціальної (довідкової) літератури [6; 8; 10] тощо членами НДГ 1 визначені сутнісні характеристики, а також відповідні критерії, рівні та підходи. Крім цього, проведено аналіз науково-методичної, довідкової та спеціальної літератури (моніторинг Інтернет-ресурсів) у вибраному напрямі дослідження, що дало змогу скорегувати план подальших дій.

Враховуючи отримані результати, упродовж другого етапу (травень-липень 2021 р.), членами НДГ 1 розроблено експериментальну «Програму формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді [10, с. 140–146]. Однак враховуючи негативну динаміку поширення коронавірусної хвороби та її штамів у світі, зокрема в Україні (беручи до уваги вплив постковідних синдромів

на психіку та рівень фізичного розвитку індивіда), членами науково-дослідної групи № 2 (НДГ 2) модернізовано педагогічні умови «Програми формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді» (див. табл. 1).

У динаміці третього етапу (липень-грудень 2021 р.) членами НДГ 2 проведено апробацію експериментальної «Програми формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді [10, с. 140–146] (із внесеними в педагогічні умови змінами, див. табл. 1).

Варто зауважити, що апробацію зазначеної вище «Програми» здійснено під час педагогічного експерименту, в якому узяли участь батьки (чоловічої, $n=9$ та жіночої статті, $n=9$; загалом, $n=18$ осіб) дітей, які навчаються у 1 класах (за програмою «НУШ») загальноосвітніх шкіл м. Харкова. Необхідно також підкреслити, що учасники педагогічного експерименту до початку практичних занять відповідно до запропонованої «Програми» одужали після лікування коронавірусної хвороби (в середньому до участі в дослідженнях пройшло 5–6 місяців). Важливим є й те, що батьки досліджуваних вікових груп (31–35 років, 36–40 років та 41–45 років) отримали дозвіл лікарів на участь у педагогічному експерименті, а також надали дозвіл на обробку персональних даних (згоду на участь у дослідженнях).

Надалі учасників педагогічного експерименту було поділено на три репрезентативні групи: експериментальна група 1 (Ег 1, 31–35 р., $n=8$ осіб, із них: 5 чол., 3 жін.), експериментальна група 2 (Ег 2, 36–40 р., $n=6$ осіб, із них: 2 чол., 4 жін.), експериментальна група 3 (Ег 3, 41–45 р., $n=4$ осіб, із них: 2 чол., 2 жін.).

До початку педагогічного експерименту учасники педагогічного експерименту (досліджувані: Ег 1, Ег 2 та Ег 3) за рівнем фізичної підготовленості, психологічної стійкості та психофізичної готовності (станом здоров'я) достовірно не відрізнялися ($P \geq 0,05$).

Упродовж педагогічного експерименту досліджувані Ег 1, Ег 2 та Ег 3 ($n=18$ осіб) використовували експериментальну «Програму» [10, с. 140–146] з відповідними педагогічними умовами (табл. 1), що сприяло поетапному відновленню їх фізичного рівня та формування психологічної стійкості (психофізичної готовності). Наприкінці педагогічного експерименту членами НДГ № 2 здійснено порівняльний аналіз динаміки досліджуваних показників представників (батьків вікових груп: 31–35 років, 36–40 років та 41–45 років): Ег 1, Ег 2 та Ег 3 упродовж їх участі в заходах формування психофізичної готовності до викликів сьогодення (результати наведені на рис. 1).

Таблиця 1

**Педагогічні умови формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей
в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді**

Внесені у «Програму формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «НУШ» зміни у посткарантинному періоді [10 с. 140–146]	
Блоки	Педагогічні умови (зміст навчальних та навчально-тренувальних занять)
1	2
І. Діагностичний блок	Контрольне заняття № 1 (вступний контроль). Навчальне питання 1. Психодіагностичне дослідження для батьків, які беруть участь у педагогічному експерименті (за методикою багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність (МЛО-АМ)» відповідно до А. Маклакова та С. Чермяніна). Навчальне питання 2. Контрольне виконання вправ, які характеризують рівень розвитку основних фізичних якостей (сили, спритності, витривалості, швидкості).
	Заняття 2. Вивчення та тренування фізичних вправ. Навчальне питання 1. Ознайомлення з порядком проведення та умовами організації педагогічного експерименту. Доведення заходів безпеки (попередження травматизму) під час практичних занять згідно з експериментальною «Програмою». Навчальне питання 2. Вивчення умов виконання фізичних вправ, передбачених експериментальною «Програмою». Навчальне питання 3. Ознайомлення з порядком та змістом організації практичних занять із фізичного виховання (психофізичної підготовки).
	Заняття 5. Анкетування. Тренування фізичних вправ. Навчальне питання 1. Анкетування для батьків на тему «Життя дитини в родині». Анкетування для батьків на тему «Дитина і школа». Навчальне питання 2. Рівномірний біг (1500–2000 м). Навчальне питання 3. Тренування техніки: підтягування на перекладині (чол.), підтягування у висі лежачи (жін.).
	Заняття 7. Анкетування. Розвиток фізичних якостей. Навчальне питання 1. Анкетування для батьків на тему «Самоаналіз для батьків майбутніх першокласників». Навчальне питання 2. Рівномірний біг (1500–2000 м). Навчальне питання 3. Тренування техніки: підтягування на перекладині (чол.), підтягування у висі лежачи (жін.).
	Заняття 9. Анкетування (тестування). Тренування фізичних вправ. продовження таблиці 1
	Навчальне питання 1. Анкета-аналіз для батьків «Які Ви батьки?». Тестування для батьків (за методикою Бостонського тесту на стресостійкість). Навчальне питання 2. Рівномірний біг (1500–2000 м). Навчальне питання 3. Тренування техніки: підтягування на перекладині (чол.), підтягування у висі лежачи (жін.).
	Заняття 11. Анкетування. Розвиток фізичних якостей. Навчальне питання 1. Анкетування для батьків «Батьки і діти» (мінітест). Анкетування для батьків «Що є для мене моя родина?». Навчальне питання 2. Вивчення комплексів вільних вправ (дихальних ката).
	Заняття 13. Тестування. Тренування фізичних вправ. Навчальне питання 1. Тестування для батьків (тест самооцінки стресостійкості за методикою С. Коухена та Г. Вілліансона). Навчальне питання 2. Тренування фізичних вправ: нахил тулуба вперед із положення сидячи; підймання тулуба в сід. Рівномірний біг (1500–2000 м).
	Заняття 15. Тестування. Аутогенне тренування. Розвиток фізичних якостей. Навчальне питання 1. Діагностика рівня сформованості стресостійкості (за методикою Холмса та Pare). Тестування для батьків (тест Будассі на самооцінку). Навчальне питання 2. Вивчення технік самоаналізу та методик аутогенного тренування. Навчальне питання 3. Тренування фізичних вправ: підтягування на перекладині (чол.), згинання-розгинання рук в упорі лежачи (жін.). Рівномірний біг (2500–3000 м).
	Заняття 17. Фізичне тренування. Навчальне питання 1. Тренування вправ: підтягування на перекладині (чол.), згинання-розгинання рук в упорі лежачи (жін.). Навчальне питання 2. Тренування техніки фізичних вправ: стрибок у довжину з місця, біг на 100 м. Навчальне питання 3. Вивчення та тренування комплексів рукопашного бою (дихальних ката).
ІІ. Корекційно-функціональний блок	Контрольне заняття №2 (проміжний контроль). Навчальне питання 1. Контрольне виконання вправ, які характеризують рівень розвитку основних фізичних якостей (сили, спритності, витривалості, швидкості). Психодіагностичне дослідження для батьків (за методикою багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність (МЛО-АМ)» відповідно до А. Маклакова та С. Чермяніна).
	Заняття 18. Тренінг. Розвиток фізичних якостей. Аутогенне тренування. Навчальне питання 1. Тренінг для батьків «Підвищення самооцінки та мотивації досягнення успіху у житті». Навчально питання 2. Тренування комплексів рукопашного бою (дихальних ката). Навчальне питання 3. Удосконалення технік самоаналізу. Аутогенне тренування.
	Заняття 23. Розвиток сили, витривалості та спритності. Навчальне питання 1. Тренування техніки: підтягування на перекладині (чол.), підтягування у висі лежачи (жін.). Навчальне питання 2. Тренування вправи стрибок у довжину з місця. Навчальне питання 3. Рівномірний біг (1500–2000 м).
	Навчальне питання 4. Тренування комплексів рукопашного бою.

Закінчення таблиці 1

1	2
III. Константувальний блок	Заняття 24. Рефлексія. Психофізичне тренування. Навчальне питання 1. Анкетування батьків «Зворотний зв'язок». Навчальне питання 2. Методи та прийоми: «Обери позицію», «Рюкзак», «Есе», «Ключові слова», «Синквейн», «Дерево бажань» тощо. Навчальне питання 3. Вивчення та тренування бойових кат «Карате» (без зброї).
	Заняття 27. Розвиток та удосконалення основних фізичних якостей. Навчальне питання 1. Тренування вправ: підймання тулуба в сід, комплексно-силової вправи. Навчальне питання 2. Тренування вправ: стрибок у довжину з місця, човниковий біг 4х10 м. Навчальне питання 3. Рівномірний біг (2500–3000 м). Навчальне питання 4. Тренування бойових кат «Карате» (без зброї). Розтягнення (стречинг, нахил тулуба вперед із положення сидячи).
	Контрольне заняття №3 (підсумковий контроль). Навчальне питання 1. Контрольне виконання вправ, які характеризують рівень розвитку основних фізичних якостей (сили, спритності, витривалості, швидкості). Психодіагностичне дослідження для батьків (за методикою багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність (МЛО-АМ)» відповідно до А. Маклакова та С. Чермяніна).

Примітка: 1) допуск до участі в заходах психофізичної терапії надає лікар; 2) упродовж педагогічного експерименту систематично здійснювати лікарський контроль; 3) ранкову фізичну зарядку проводити самостійно (відповідно до самопочуття учасників експерименту); 4) вивчення та контрольне виконання фізичних вправ здійснювати відповідно до наказу Міністерства молоді та спорту України від 04.10.2018 р. № 4607; заняття з психологічної підготовки (психокорекції, психодіагностики) організовувати дистанційно (із використанням сучасних телекомунікаційних технологій); практичні заняття з фізичного виховання (контрольні заняття) проводити самостійно (використовувати методику самооцінювання).

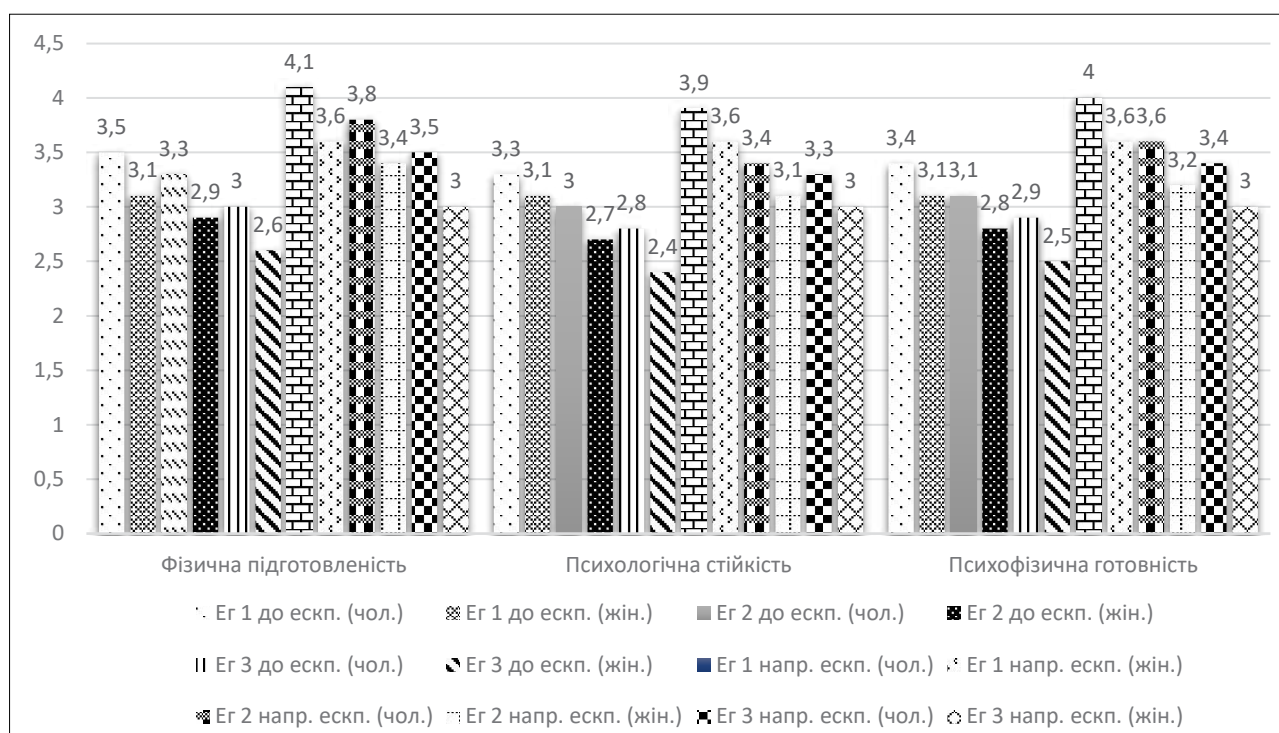


Рис. 1. Динаміка сформованості психофізичної готовності представників Ег 1, Ег 2 та Ег 3 упродовж педагогічного експерименту

Рівень фізичного розвитку та психологічної стійкості до впливу несприятливих факторів сьогодення (інтегральні показники сформованості психофізичної готовності) батьків досліджуваних вікових груп (Ег 1, Ег 2 та Ег 3) визначено за 5-бальною шкалою оцінювання (методом експертного оцінювання, залучалися члени науково-дослідних груп 1, 2), де «5» – максимальний бал, а «1» – мінімальний.

Отже, отримані наприкінці педагогічного експерименту результати у Ег 1, Ег 2 та Ег 3 демон-

струють наявність позитивних змін за досліджуваними показниками (рис. 1), що свідчить про ефективність запропонованої нами «Програми» [10, с. 140–146] із внесеними змінами (табл. 1).

У процесі порівняння показників до та після використання експериментальної «Програми» [10, с. 140–146] (із внесеними змінами, табл. 1) членами НДГ 2 встановлено, що результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту в досліджуваних групах, зросли щодо вихідних та

проміжних показників, і ці відмінності є переважно достовірними (Ег 1, Ег 2 та Ег 3; $P \leq 0,05$).

Підсумовуючи результати емпіричного дослідження, вважаємо, що поставлені перед нами завдання виконані, а головна мета дослідження досягнута.

Висновки і пропозиції. У результаті дослідження скореговано та апробовано експериментальну «Програму формування психофізичної готовності батьків до навчання дітей в умовах «Нової української школи» у посткарантинному періоді».

Аналізуючи результати наприкінці педагогічного експерименту, встановили, що зазначена вище «Програма» забезпечила формування в батьків (учасників педагогічного експерименту, вікових груп: 31–35 років, 36–40 років та 41–45 років) розвитку індивідуальної стратегії психофізичної готовності до навчання дітей відповідно до вимог «НУШ». Крім цього, члени науково-дослідної групи 2 спостерігали позитивну динаміку розвитку та удосконалення основних фізичних якостей, а також високої психологічної, емоційно-вольової та мотиваційної готовності до навчання дітей в умовах «НУШ» у посткарантинному періоді.

Результати дослідження впроваджені в роботу практичних психологів, а також фахівців фізичного виховання комунальних закладів: «Харківська спеціалізована школа І–ІІІ ступенів № 93 ім. В.В. Бондаренка» (м. Харків) та «Дошкільний навчальний заклад (ясла-садок) № 18 комбінованого типу Харківської міської ради (м. Харків). Члени науково-дослідної групи рекомендують впровадити отримані результати в систему фізичного виховання дорослих вікових категорій: 31–35 років, 36–40 років та 41–45 років (діти яких навчаються в початковій школі).

Перспективи подальших досліджень у вибраному напрямі наукової розвідки передбачають розроблення експериментальної програми фізичного виховання учнів початкової школи «НУШ» з акцентованим використанням здоров'язберігавальних технологій.

Список використаної літератури:

1. Скотна Н., Гаврищак Л. Сучасна психологія на захисті формування цінностей молодших шко-

- лярів в контексті трансформацій суспільних процесів. *Молодь і ринок*. 2011. № 6. С. 84–88.
2. Гусакова М.П. Зворотний зв'язок у вихованні дошкільника: психологічна освіта чи батьківський досвід. *Практична психологія та соціальна робота*. 2014. № 9. С. 4–9.
3. Березовська Н. Вивчаємо психологічний клімат колективу. *Дошкільне виховання*. 2017. № 3. С. 12–15.
4. Чернявський М.В. Рекреаційно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання молодших школярів : дис. ... канд. наук із фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Київ, 2010. 204 с.
5. Єрьоменко Е.А. Виховання наполегливості у школярів 6-7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Київ, 2016. 242 с.
6. Проскуров Є.М. Формування соматичного здоров'я і розумової працездатності у школярів 5–6 класів на уроках фізичної культури : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Київ, 2020. 249 с.
7. Горленко В.М., Луценко Ю.А., Острова В.Д., Сосновенко Н.В., Ткачук І.І. Методичні рекомендації щодо впровадження циклограм діяльності працівників психологічної служби : метод. рек. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. 132 с.
8. Височіна Н., Гуніна Л., Хацаюк О., Котляренко Л., Головащенко Р., Івченко А. Модель психофізичної готовності майбутніх офіцерів до виконання завдань за призначенням. *Військова освіта*. 2021. № 1 (43). С. 24–43.
9. Хасанов М., Матвієнко М. Психологічна підготовка як компонент оволодіння студентами закладів вищої освіти основами самозахисту. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт, серія № 15)*. 2021. Вип. 2 (130). С. 122–125.
10. Скотна Н.В., Стець В.І., Волошин С.М., Сивохоп Е.М., Томіч Л.М., Березяк К.М. Програма психофізичної готовності батьків до навчання дітей у початковій школі «НУШ» у посткарантинному періоді. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт, серія № 15)*. 2021. Вип. 12 (144). С. 138–148.

Sirenko R., Girenko S., Tomich L., Khurtenko O., Bitkivska L. The results of testing the experimental program of psychophysical readiness of parents to teach primary school children in the new Ukrainian school

According to the results of the analysis of scientific-methodical, special and reference literature (monitoring of Internet resources), members of the research group found that the development and testing of modern programs, methods (pedagogical technologies) of formation of psychophysical readiness of parents (age groups: 31–35 years, 36–40 years and 41–45 years) to teach children in the "New Ukrainian School" in the post-quarantine period is devoted to insufficient scientific and methodological work, which requires further research and emphasizes the relevance and practical component of the chosen direction of scientific research.

The main purpose of the study is to test the experimental program of forming the psychophysical readiness of parents to teach children in the conditions «NUS» (forth «NUS») in the post-quarantine period. The following research methods were used during the research and analytical work: abstraction, analysis

and synthesis, induction and deduction, modeling, mathematical and statistical (correlation analysis, factor analysis), etc.

As a result of empirical research, members of the research group developed and tested an experimental "Program for the formation of psychophysical readiness of parents to teach children in the conditions of "NUS" in the post-quarantine period". Analyzing the results at the end of the pedagogical experiment, it was established that the developed "Program for the formation of psychophysical readiness of parents to teach children in the conditions of "NUS" in the post-quarantine period" provided the formation of parents (participants of pedagogical experiment, age groups: 31–35 years, 36–40 years and 41–45 years) development of individual strategy of psychophysical readiness for children's education in accordance with the requirements of "NUS". In addition, members of research group 2 observed positive dynamics of development and improvement of basic physical qualities, as well as high psychological, emotional and motivational readiness to teach children in the conditions of "NUS" in the post-quarantine period.

Prospects for further research in the chosen field of scientific research include the development of an experimental program of physical education for primary school students "NUS" with an emphasis on the use of health technologies.

Key words: readiness, state tests, stress resistance, pedagogical conditions, psychological stability, psychological counseling, new Ukrainian school, physical fitness, physical exercises.