

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КВНЗ «УМАНСЬКИЙ ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ
ІМЕНІ Т.Г. ШЕВЧЕНКА»

Електронний збірник
за підсумками проведеного
семінару-практикуму для науковців, педагогів,
інструкторів з фізкультури закладів дошкільної освіти
(ЗДО), студентів

**«Спортивні ігри в розвивальному
просторі ЗДО: досвід, проблеми,
перспективи розвитку»**



26 лютого 2020 р.

Редакційна колегія:

Чепка О.В. – кандидат педагогічних наук, директор КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка», викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист

Крамська З.М. – заступник директора з навчальної роботи КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка», викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист

Панченко Л.Ф. – заступник директора з соціально-гуманітарної та виховної роботи КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка», викладач вищої кваліфікаційної категорії

Зайченко І.В. – доктор педагогічних наук, професор, викладач педагогічних дисциплін КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

Поштарук Л. І. – завідувач відділення дошкільної і початкової освіти КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка», викладач вищої кваліфікаційної категорії, магістр

Денисюк Т.К. – кандидат філологічних наук, викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист, завідувач навчально-методичного кабінету КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

Любченко І.І. - кандидат педагогічних наук, викладач вищої кваліфікаційної категорії, голова циклової комісії педагогіки і психології та методик дошкільної освіти, КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

Шарапанюк А.Й. – викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист, завідувач навчально-методичної лабораторії КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

Малахова О.Г. - викладач вищої кваліфікаційної категорії, КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

Матюшин С.А. - викладач вищої кваліфікаційної категорії, старший викладач КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

Черненко Л.П. - викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист, КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

Карасевич М. П. – викладач I кваліфікаційної категорії КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

ЗМІСТ

1. ІСТОРИКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ДОСВІД ВПРОВАДЖЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У РОЗВИВАЛЬНОМУ ПРОСТОРИ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

| | |
|---|-----------|
| Бакай С.Ю., Ємец К. | 7 |
| <i>Питання фізичного виховання дошкільників у педагогічній спадщині В.О.Сухомлинського</i> | |
| Карасєвич М.П. | 10 |
| <i>Вплив малих фольклорних форм та народних ігор на орг анізм дитини</i> | |
| Кривда В.С. | 13 |
| <i>Створення умов для навчання дітей ігор та ігрових вправ спортивного характеру</i> | |
| Крупенко І.М. | 16 |
| <i>Е.Вільчковський про забезпечення рухової активності у повсякденному житті дітей</i> | |
| Кучай А.І. | 21 |
| <i>У здоровому тілі-здоровий дух</i> | |
| Любченко І.І., Красновська В.А. | 24 |
| <i>Сучасні фізкультурно-оздоровчі технологій у роботі ЗДО</i> | |
| Макрушина Н.В., Андрощук С.А., Капка О.М. | 27 |
| <i>Ідейно-наукова теорія фізичного виховання</i> | |
| Матюшин С.А. | 31 |
| <i>Значення гри у вихованні дітей за теорією Г. Спенсера</i> | |
| Плахотна С.В. | 33 |
| <i>Спортивні ігри як оптимальне середовище розвитку професійно важливих якостей студентів</i> | |
| Пронь Л.Г. | 37 |
| <i>Теоретичні аспекти використання спортивних ігор у практичній діяльності ЗДО з фізичного виховання дітей дошкільного віку</i> | |
| Черненко Л.П. | 40 |
| <i>Значення рухливих ігор для гармонійного розвитку дитини</i> | |
| Шарапанюк А.Й. | 42 |
| <i>Технології фізичного розвитку та оздоровлення дітей дошкільного віку за М.М. Єфименко</i> | |

2. ОСВІТНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, ІНСТРУКТОРІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

| | |
|--|-----------|
| Бабич О.О., Пшемінська О. | 45 |
| <i>Професійна підготовка вчителів дошкільної освіти до організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку(презентація)</i> | |
| Вожжов І.А. | 49 |
| <i>Гра в футбол важливий аспект розвитку здорового малюка</i> | |
| Гарбар С.В. | 52 |
| <i>Структура та зміст занять із навчання дошкільників гри в баскетбол</i> | |
| Давидова М.О. | 54 |
| <i>Формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти</i> | |
| Давидова М.О., Галкіна С.В. | 57 |
| <i>Педагогічні умови використання спортивних ігор у практиці роботи з фізичного виховання закладу дошкільної освіти</i> | |
| Зброй В.В. | 60 |
| <i>Впровадження інтегровано-розвивальних м'ячів у процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку</i> | |
| Карасевич М.П., Вітвіцька О. | 66 |
| <i>Форми рухової активності дошкільників у народній педагогіці</i> | |
| Кучерда В.В. | 69 |
| <i>Педагогічні умови використання спортивних ігор у практиці роботи закладу дошкільної освіти</i> | |
| Малахова О.Г. | 72 |
| <i>Комплексне використання спортивних ігор у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку</i> | |
| Самусенко О.М. | 76 |
| <i>Формування моральних якостей дітей дошкільного віку засобами рухливих ігор</i> | |
| Трофаїла Н.Д. | 78 |
| <i>Вплив спортивних ігор на фізичний розвиток дітей дошкільного віку</i> | |
| Хрипун Д.М., Пічкуренко О.В. | 80 |
| <i>Виховання у дітей з розладами спектру аутизму інтересу до ігрової діяльності</i> | |
| Цимбалюк Ж.О., Мусієнко А. В. | 83 |
| <i>Елементи баскетболу як засіб гармонійного розвитку дітей дошкільного віку</i> | |
| Шевченко Н.О., Лаврухіна В.В. | 87 |
| <i>Спортивні ігри як головний чинник у розвитку рухових якостей дітей дошкільного віку</i> | |

| | |
|---|-----------|
| Шевченко Н.О., Синячок В.С..... | 90 |
| <i>Використання елементів спорту у фізкультурно - оздоровчій роботі у ЗДО</i> | |

3. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ ЗДОРОВОЇ НАЦІЇ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР

| | |
|---|------------|
| Бегас Л. Д..... | 94 |
| <i>Застосування фізичної культури та спорту з дітьми-інвалідами дошкільного віку</i> | |
| Карасєвич М.П., Берегова К..... | 96 |
| <i>Вплив рухливих ігор на розвиток дитини</i> | |
| Карасєвич С.А..... | 99 |
| <i>Гра як засіб для гарного емоційного настрою у дітей дошкільнят</i> | |
| Ковалик Н.І., Осадча Л.В..... | 101 |
| <i>Фізкультура і спорт-невід'ємна частина фізичного і духовного розвитку особистості дитини в ЗДО</i> | |
| Козєєв І.В., Кіяшко О.О..... | 104 |
| <i>Рухливі ігри в розвивальному процесі ЗДО: досвід, проблеми та перспективи розвитку. Порушення постави у дітей дошкільного віку; запобіжні заходи щодо збереження здоров'я дитини</i> | |
| Кравчук Н.П..... | 107 |
| <i>Використання рухливих ігор у роботі з дошкільниками, як підготовчий етап до оволодіння навичками спортивних ігор</i> | |
| Кумановська Л.О..... | 112 |
| <i>Організація рухливих ігор з елементами футболу в закладі дошкільної освіти</i> | |
| Любченко І.І..... | 115 |
| <i>Щодо проблеми формування здорового способу життя дітей дошкільного віку</i> | |
| Любченко І.І., Любченко О.І..... | 118 |
| <i>Нетрадиційні методи оздоровлення</i> | |
| Майданюк А.В..... | 122 |
| <i>Використання рухливих ігор в процесі навчання елементам баскетболу дітей старшого дошкільного віку</i> | |
| Марченко Р.Ю..... | 126 |
| <i>Рухливі ігри як засіб розвитку спритності дітей старшого дошкільного віку</i> | |
| Поліщук О.В..... | 130 |
| <i>Особливості навчання плавання дітей старшого дошкільного віку</i> | |
| Поштарук Л.І., Поштарук В.І..... | 134 |
| <i>Виховання здорової нації засобами спортивних ігор</i> | |

| | |
|--|------------|
| Троян Н.Д. | 137 |
| <i>Масові спортивні змагання серед дітей старшого дошкільного віку як засіб формування здорового способу життя (презентація)</i> | |
| Чередниченко О.В. | 138 |
| <i>Спортивні ігри в розвивальному просторі ЗДО (презентація)..</i> | |
| Шип Н.Є., Воропаєва О.В. | 140 |
| <i>Використання спортивних, рухливих ігор та фізичних вправ в системі дошкільної освіти</i> | |

4. АВТОРСЬКІ МЕТОДИКИ РОБОТИ У СФЕРІ ВПРОВАДЖЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У РОБОТІ З ДОШКІЛЬНИКАМИ (МАЙСТЕР-КЛАСИ)

| | |
|--|------------|
| Денисенко Т.А., Галак Н.Ю. | 144 |
| <i>Використання ігор-стратегій на заняттях з фізичного виховання</i> | |
| Карасєвич М.П., Мороз С. | 147 |
| <i>Фітбол - це не просто м'яч. Майстер-клас з фітбол-гімнастики</i> | |
| Немцева Н. А. | 151 |
| <i>Використання класичних спортивних ігор у дошкільному закладі</i> | |
| Стельмах С.А. | 155 |
| <i>Спортивні ігри в дошкільному закладі</i> | |
| Черниченко Н.І., Шевцова С.В., Бурдільна Н.А. | 158 |
| <i>Рухливі ігри з інтелектуальним навантаженням. (презентація)</i> | |

ІСТОРИКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ДОСВІД ВПРОВАДЖЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У РОЗВИВАЛЬНОМУ ПРОСТОРИ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

УДК 378.2

Ємец Катерина,
студентка 1 курсу факультету дошкільної освіти,
наук. керівник, кандидат педагогічних наук,
доцент Бакай Світлана Юрїївна,
Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С.Сковороди
(м. Харків, Україна)

ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ У ПЕДАГОГІЧНІЙ СПАДЩИНІ В.СУХОМЛИНСЬКОГО

Проблема здоров'я і фізичного виховання дошкільників в умовах сьогодення досить актуальна та висвітлюється багатьма вченими різних країн. Освіта нації потребує не тільки нових підходів у навчанні, а й свідомого ставлення підростаючого покоління до збереження та зміцнення свого здоров'я. Вагома роль в цьому питанні належить аналізу педагогічної спадщини не тільки діячів сучасності, а й вивчення прогресивного досвіду в історичному аспекті.

Вагомий внесок у цьому аспекті зробив видатний український педагог Василь Сухомлинський. Обґрунтована педагогом система фізичного виховання охоплювала всі ланки навчально-виховного процесу, в ній ґрунтовно проаналізовані питання основ фізичної культури, розкриті зміст, методи та засоби, організаційні форми навчання, акцентовано увагу на особливості й якості вихователя та вчителя.

Широкий спектр актуальних проблем, висвітлених у педагогічних працях та втілених у практичну діяльність В.Сухомлинським, вивчався багатьма вітчизняними та зарубіжними вченими, зокрема: І.Бехом, І.Зязюном, М. Левківським, О. Сухомлинською, М. Ярмаченком та ін. Окремі дослідження з фізичного виховання дітей в педагогічній спадщині В. Сухомлинського знаходимо у наукових працях В. Горашука, М. Зубалія, Г.Ковальчук, В. Оржеховської, Н. Побірченко та ін.

На думку В. Сухомлинського, виховання фізичної культури повинно бути спрямоване на турботу про здоров'я та збереження життя як найвищої цінності й водночас на забезпечення гармонії фізичного розвитку та духовного життя, багатогранної діяльності людини. Василь Сухомлинський розглядав фізичне виховання підростаючого покоління як невід'ємну складову частину всебічного гармонійного розвитку особистості.

Беручи до уваги власний досвід спостереження за дітьми, багаторічну педагогічну діяльність, педагог-новатор переконливо доводить взаємозалежність, взаємовплив фізичного здоров'я та духовного життя дитини, її духовного світу, розумового розвитку, віри у свої сили: «Добре, міцне здоров'я, відчуття повноти, невичерпності фізичних сил – дуже важлива умова життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності долати труднощі. Хвора, квола, схильна до захворювань дитина – джерело багатьох негод. Духовне життя дитини, її інтелектуальний розвиток, мислення, пам'ять, увага, гра, почуття, воля, великою мірою залежить від «гри» її фізичних сил» [3].

Як зазначають фахівці, заняття фізичною культурою і спортом повинні приносити дітям ще й задоволення та насолоду, стати потребою особистості. З цією метою на заняттях з фізкультури під час виконання різноманітних фізичних вправ або хвилинок, велика увага приділялася естетичній досконалості, виразності та граціозності рухів.

Вважається неприпустимими змагання, у яких єдиним критерієм успіху була швидкість виконання вправ, а отже, це свідчить про відсутність естетичного смаку, не дотримання індивідуальних властивостей дітей. Саме тому видатний педагог застерігав вихователів та вчителів не «перетворювати спорт із засобу фізичного виховання всіх дітей у засіб боротьби за особистий успіх, не ділити дітей на здібних і нездібних щодо занять спортом» [1, С. 294].

Виняткове значення для здоров'я дітей має правильне чергування фізичних навантажень і розумової діяльності, дотримання чіткого режиму. «Відпочинок лише тоді відпочинок, – наголошує Сухомлинський, – коли він є своєрідною грою фізичних і духовних сил. Привчання дітей до активного діяльного

відпочинку – одне з дуже важливих завдань педагогів, вихователів» [4]. Саме такого твердження суворо дотримуються вихователі у ЗДО сьогодні. Самк чергування різних видів діяльності, враховуючи й виконання фізичних вправ, задовольняються естетичні запити і смаки дітей.

Важливого значення Василь Сухомлинський надає належним медико-гігієнічним умовам навчально-виховної діяльності дітей, відсутність та порушення яких призводить до хворобливих наслідків. Зокрема, через тривале перебування у приміщенні, брак кисню, можуть виникнути проблеми з органами зору, порушення обміну речовин, внаслідок чого дитина втрачає здатність до зосередження, концентрації уваги, стійкості під час розумових навантажень [2].

Велику увагу В. Сухомлинський також приділяє природному чиннику оздоровлення дітей. Бажано привчати дітей до ранкової гімнастики, душу, улітку – купанню та ходінню босоніж, прогулянкам на природу. Важливо, щоб діти більшу частину доби будь-якої пори року бували на свіжому повітрі, багато рухалися й не засиджувалися у приміщеннях [4].

Таким чином, інтерес науковців, вихователів і вчителів до педагогічної багатогранної спадщини видатного педагога-гуманіста ХХ століття В.Сухомлинського поглиблюється, вивчається плідно та ґрунтовно.

Література:

1. Винничук О. Історико-педагогічні аспекти розвитку фізичної культури / Олег Винничук. Тернопіль : АСТОН, 2001. 404 с.
2. Галан-Влащук В. В.О.Сухомлинський про виховання здорової дитини / Віктор Галан-Влащук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : [збірник наукових праць]. 2012. № 2 (18). С. 11-13.
3. Побірченко Н.С. Здоровотворні ідеї Василя Сухомлинського у валеологічному вихованні школярів / Н. С. Побірченко // Педагогіка і психологія. 2003. № 3-4. С. 17-24.
4. Сухомлинський В.О. Вибрані твори : В 5 т. / В.О.Сухомлинський. К., 1977. Т. 3. 670 с.

Карасевич Марина Петрівна,
Викладач I кваліфікаційної категорії
циклової комісії фізичного виховання і
методик
Комунальний Вищий Навчальний Заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т. Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ВПЛИВ МАЛИХ ФОЛЬКЛОРНИХ ФОРМ ТА НАРОДНИХ ІГОР НА ОРГАНІЗМ ДИТИНИ

Із перших днів життя дитини починається входження її у духовний світ із традиціями рідного народу, його культурою і продовжується все свідоме життя.

«І тут вирішального значення набуває використання національного дитячого фольклору, оскільки українця, як національно свідомого громадянина, можна виховати лише українськими методами і засобами, які виробилися упродовж віків і дійшли до нас крізь негоди і рабство, перейшли і славу, ганьбу і велич» [3, С. 5].

Українські національні ігри та фольклор завжди доповнювали одне одного. Тому, діти змалку розвивалися як фізично, так і духовно.

В античній Греції ігри ставилися на один рівень з розмовою та мистецькою освітою і були виявом прагнення греків до прекрасного. Відомі люди Греції висловлювались рішучим чином на користь ігор та фізичних вправ. Аристотель вважав державу погано організованою, в якій зневажені фізичні вправи, рухливі ігри. Спартанський цар Агезилай не соромився їздити з дітьми на лозині верхи. І взагалі, багато з них готові були першими подати приклад дітям в іграх, визначаючи їх важливе значення для майбутнього їхнього розвитку [1].

Народні ігри пов'язані з культурою народу. Їхні образи створювали через народні казки про звірів, птахів, рослин тощо. Спільними для народних казок і ігор є образи-ролі kota, лисиці, мишей, ведмедя, вовка. Спільність образів – це

ознака спільної фольклорної основи та спорідненого виховного впливу через ігри «У сірого вовка», «Вовк і лисичка», «Коза, коза - ме!», «Заїнько», «Бери коня» тощо (ці образи описані у народних легендах, традиціях та ритуалах).

У зв'язку з цим Стельмахович, М. Г. писав, що дитяча гра – один з основних видів діяльності дітей, спрямованої на практичне пізнання навколишніх предметів і явищ через відтворення дій та взаємин дорослих [4, С. 66–67].

А у наших предків, ще за часів Київської Русі теж були популярні ігри, про що свідчать літописи, зокрема «Повість минулих літ». Ігри наших предків ґрунтувалися на язичницьких ритуалах, пов'язаних з культом Сонця. В теплу пору вони проводилися на природі. Дослідники звертають увагу, що у хлопчачих іграх переважали біг, стрибки, метання списа, стрільба з лука, кулачні бої, а дівчата водили хороводи, у великодні та інші свята грали ігри «Фортуна», «Кривий танець», «Панас», «Відьма» та ін [1].

Визначні педагоги-науковці, педагоги-практики та психологи (В. О. Сухомлинського, К. Д. Ушинський, І. Я. Франко, Т. Г. Шевченко) звертали увагу на впровадження малих фольклорних форм ще із раннього віку, бо цей період найбільш сприятливий для закладу основних знань, духовних і моральних цінностей різної культури.

За офіційними даними, фольклорному вихованню надавалося великого значення в українських родинах Грушевських, Драгоманових, Косачів, Лисенків, Старицьких, Рильських. Так, у родині Косачів вважали, що початкову освіту діти повинні отримувати рідною мовою; мати відкрила дітям красу рідного народу, прилучала їх до рідної пісні, казки, гри, сама збирала фольклор, залучала до цього дітей.

На особливу увагу заслуговує досвід організації національного виховання у дитячих дошкільних установах Галичини від початку ХХ ст. до 1939 року. Справа національного виховання, формування національної свідомості молодого покоління активно розроблялася, втілювалася у життя численними громадськими організаціями, як от: «Рідна школа», «Правосвіта», «Союз

українок».

Діти Галичини вивчали колядки, щедрівки, готували народні свята, грали у народні ігри «Подоряночка», «Білодончик», «Зайчик», «Жук», «Кіт та Мишка». Під музичний супровід народних пісень «Дощик», «Жук», «І шумить, і гуде» діти виконували фізичні вправи [1, С. 7; 11–12].

У кінці ХХ століття національному вихованню почали надавати належного значення у більшості українських родин та школах. Фольклор увійшов до навчальних дисциплін та виховної роботи.

У Державній національній програмі «Освіта ХХІ ст.» уряд України звертає увагу на національну спрямованість освіти, яка є найголовнішим її принципом та акцентує увагу на народній педагогіці, родині, фольклору.

Відома українська дослідниця дошкільного виховання Т. І. Поніманська, яка досліджувала особливості впливу гри на дитину з перших місяців її життя; робить висновки, що народні ігри мають важливе значення для морального виховання підростаючого покоління; правильне педагогічне керівництво ними розвиває особистість, створює сприятливі умови для взаємозбагачення дітей моральним досвідом [2].

Отже, можна зробити висновок, що ігри українських дітей яскраво відображають побут країни хліборобів, їх духовну і матеріальну культуру, соціальне розшарування суспільства. На організм дитини, на її душу і серце фольклорна гра відіграє вирішальне значення. Дитина до семи років має поетичне бачення світу, олюднює все навколо. Вона і співає, і малює, і танцює. Тому гра є основною школою розвитку особистості. Рухливі ігри можуть об'єднувати і малі і великі групи дітей. Вони відбуваються на вигоні, на леваді, на шкільному подвір'ї, чи на вулиці та позитивно впливають на організм кожної дитини.

Література:

1. Історія фізичної культури: Навч. посіб. / За ред. С. М. Філя, О. М. Худолія, Г. В. Малка – Харків: ОВС, 2003. – 160 с.
2. Поніманська, Т. І. Моральне виховання дошкільників: Навч. посіб. – К.: Вища

шк., 1993. – 111 с.

3. Сивачук, Н. П. Український дитячий фольклор: Підручник – К.: Деміур, 2003. – 288 с.

4. Стельмахович, М. Г. Народна педагогіка. – К.: Рад. шк., 1985. – 312 с.

УДК 373.2.017 : 796.11] (06)

Кривда Валентина Савівна

*викладач кафедри дошкільної освіти,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
(м. Умань, Україна)*

СТВОРЕННЯ ВІДПОВІДНИХ УМОВ ДЛЯ НАВЧАННЯ ДІТЕЙ ІГОР ТА ІГРОВИХ ВПРАВ СПОРТИВНОГО ХАРАКТЕРУ

Вивчивши та проаналізувавши результати констатувального експерименту, ми намагалися розробити методику формувального експерименту, яка б мала глибоку наукову основу. Із цією метою ми використали наукові дослідження відомих вітчизняних та зарубіжних вчених (М. Аляб'єва, О. Богініч, А. Бурова, Є. Вавілова, Е. Вільчковський, Т. Дмитренко, О. Поліщук, О. Курок, В. Фролов, Г. Юрко та ін.).

Організація та проведення формувального експерименту була спрямована, насамперед, на обґрунтування необхідності створення відповідних умов для навчання дітей ігор та вправ спортивного характеру. Формувальний експеримент ми проводили в закладі дошкільної освіти «Ромашка» (м. Ладижин, Вінницька обл.).

Перш за все ми організували разом із завідувачем і методистом виробничу нараду із усіма працівниками дошкільного закладу та членами батьківського комітету. На цій нараді були обговорені питання необхідності створення відповідних умов для навчання старших дошкільників ігор та вправ спортивного характеру. Обговоривши цю проблему, ми розподілили обов'язки між кожним членом колективу та членами батьківського комітету стосовно обладнання місць

на відкритому майданчику, виготовлення та придбання необхідної кількості фізкультурного обладнання та інвентаря.

Найпростішим виявилось обладнання місця для гри у футбол. Це ми почали робити найраніше, адже бесіди з дітьми та вихователями показали, що гра у футбол – одна з найпопулярніших у дітей старшого дошкільного віку. А тому ми почали обладнувати спеціальне місце для її організації та проведення відповідного навчання.

Із цією метою на ділянці з трав'яним покриттям ми намітили поле довжиною 24 м та шириною 18 м (там, де немає такої можливості, можна обмежитися полем від 8 x 10 м, а де є кращі можливості, то обладнують велике поле 20 x 40 м залежно від кількості гравців). Розмітку ділянки ми зробили білим піском. Впоперек ділянки (через її центр) відмітили середню лінію та центральне коло діаметром 5 м. На кінцях ділянки поставили ворота (висота 1,5 м, ширина 2,5 м). Ворота пофарбували у білий колір. Нижні краї воріт (висотою до 1 м) обмотали поролоном, щоб запобігти дитячому травматизму. Ворота міцно закріпили у ґрунт, щоб вони не падали. Для гри у футбол використовували волейбольний м'яч (вага 260-280 г, діаметр 64-66 см).

Це ж саме поле ми потім широко використовували і для гри в городки, бадмінтон та в хокей на траві. Для гри в баскетбол ми також обладнали майданчик 8 x 15 м. Лінії майданчика позначили густим вапном. У центрі накреслили коло діаметром 1,8 м для розіграшу спірних м'ячів. Ця ділянка була покрита твердим утрамбованим ґрунтом. На протилежних боках майданчика встановили щити (120 x 90 см), які прикріпили до стовпів. Щити пофарбували білою фарбою, а окантовку – блакитною (ширина 5 см). Баскетбольний кошик (кільце із сіткою) діаметром 45 см закріпили на відстані 20 см від нижнього краю щита на висоті 2 м від поверхні майданчика.

Із метою запобігання дитячого травматизму ми враховували й те, що на відстані 1,5 - 2 м від майданчика не повинно бути лав, колод, дерев та інших предметів. Для гри у баскетбол ми використовували звичайний гумовий м'ячик, який добре відстрибував від ґрунту. Діаметр м'яча до 20 см. Інколи для цього

дітям семирічного віку давали волейбольний м'яч, який добре відстрибував від землі.

Навчання дітей елементів гри в бадмінтон ми організовували на ділянках для гри в баскетбол або футбол (за умови, що вони були вільні від ігор), а також у залі, в парку, на лузі. Для гри обмежували кеглями ділянку 8 x 4 м. Сітку (або стрічку) натягували посередині на висоті 120-130 см. Для навчання дошкільників гри в бадмінтон ми використовували поліетиленові і дерев'яні ракетки вагою від 50 до 125г, довжиною 50-60 см та волан вагою 4 - 5г. У середину пластикового волану, ми прикріплювали невеличку кульку пластиліну. Такий волан краще летів за заданою траєкторією.

Поле для гри в городки нам найчастіше слугувала ділянка прямокутної форми розміром 15 x 6м. Ділянка могла мати ґрунтове або асфальтоване покриття. Ми слідкували за тим, щоб поверхня ділянки була рівною. Для зупинки бити та з метою запобігання дитячого травматизму місце для городків ми обладнували на відстані 2 м від загорожі і кущів, обираючи таке, де діти не бігали, не гралися.

Поле для гри ми обладнували таким чином: на землі або асфальтованій доріжці креслили (білою фарбою) два квадратики на відстані 2,5 м один від одного. Кожна сторона квадрата дорівнювала 1,5 м.

На відстані 3 м від краю квадрата креслили лінію – це півкін, а на відстані 4-6 м – іншу лінію (кін). Для цієї гри необхідне спеціальне обладнання – городки і бити. Вони мають бути дерев'яними, але ми користувалися пластиковими. Бити мають довжину 60-70 см (8-10 штук), а городки 12-15 см (5-10 штук із перерізом 3 см). Вага бити 400-450 г, діаметр торцевої частини 3-5 см, ручки 2-3 см.

Ми вважаємо також, що однією з умов, які необхідні для ефективного розвитку фізичних якостей старших дошкільників у ході спортивних ігор та вправ, є висока професійна компетентність педагогів, цілеспрямоване планування та систематичне вправляння дітей у цих вправах.

Література:

1. Ануфриева Л. Летние забавы на прогулках / Старший дошкольный возраст / Л. Ануфриева // Дошкольное воспитание. –1999. – №8.– С. 60-61.
2. Гаращенко Л. Фізкультура на повітрі: здоров'язбережувальний підхід / Л. Гаращенко // Дошкільне виховання. – 2012. – №5. – С.28-31.
3. Поліщук О.В. Формування професійної компетентності майбутніх педагогів із фізичного виховання дошкільників: навчально-методичний посібник / Олена Поліщук. – Вид. 2-е, перер. та доп. – Умань : ВПЦ «Візаві», – 2018. – 142 с.

УДК 372.36:612

Крупенко Ірина Миколаївна,

*викладач вищої кваліфікаційної
категорії, викладач-методист
викладач педагогіки та
соціально-педагогічних дисциплін,
КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічного
коледж ім. Т.Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)*

ПОГЛЯДИ Е. С. ВІЛЬЧКОВСЬКОГО ПРО ЗБЕРЕЖЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ В ПОВСЯКДЕННОМУ ЖИТТІ ДІТЕЙ

На початку ХХІ століття перед державою проблема здоров'я людини постає як одна з найбільш гострих і потребує серйозного ставлення до її вирішення. Особливого значення дане положення набуває в системі виховання дітей дошкільного віку, оскільки останнім часом в Україні виявлено несприятливу тенденцію щодо погіршення стану їх здоров'я. Оскільки здоров'я дітей у дошкільних навчальних закладах є важливою характеристикою якості системи дошкільного виховання й воно в останні десятиліття значно погіршилось, перед системою освіти одним з найголовніших завдань постає завдання збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління. Особливо є актуальною дана проблема сьогодні, коли за статистичними даними більшість дітей (до 80%) мають одне або декілька захворювань, кількість здорових дітей досягається лише п'ятої частини від загального числа, третина дітей мають

відхилення у фізичному та психічному розвитку, смертність удвічі переважає народжуваність. Ураховуючи вищезазначене, постає потреба в створенні спеціального середовища в ДНЗ, тобто здоров'язберігаючого, метою якого є формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку.

Зважаючи на вищезазначене, проблема збереження та зміцнення здоров'я дітей-дошкільників перебуває в центрі уваги держави, що підтверджується низкою законодавчих актів: Закони України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства» (2001 р.), Цільовій комплексній програмі "Фізичне виховання – здоров'я нації" та ін.

Ефективність педагогічного процесу в дитячому садку, спрямована на зміцнення здоров'я, всебічний фізичний розвиток та оптимальну рухову підготовленість дітей дошкільного віку, залежить від урахування біологічних закономірностей їх організму, пов'язаних із значною потребою дитини у різноманітних рухах.

Наукові дослідження (Е.М. Вавілова, Е.С. Вільчковський, Т.І. Осокіна, Н.Ф. Денисенко, В.А. Шишкіна та ін.) довели, що рухова активність дітей обумовлена численними соціальними, біологічними та природними факторами (режимом, станом здоров'я дитини, руховою підготовленістю, кліматичними умовами та ін.).

Активна рухова діяльність для підростаючого організму має особливе значення як фактор, який сприяє розвитку та вихованню особистості дитини в цілому. На думку академіка К.М. Бикова: «Без м'язових рухів неможливо ні пізнання природи, ні, тим більш, переобладнання її в процесі праці, ні удосконалення самої людини в процесі виховання».¹

Тільки в процесі оволодіння різноманітними руховими вміннями та навичками удосконалюються психомоторні та вегетативні функції, покращується якісна сторона рухової діяльності, розвиваються фізичні можливості дітей.

Дослідженнями фізіолога І.А. Аршавського та його співробітників обґрунтовано «енергетичне правило скелетних м'язів», згідно з яким особливості

розвитку та діяльності фізіологічних систем зростаючого організму перебувають у прямій залежності від функціонування м'язів. Будь-який вид м'язової активності стимулює розвиток центральних регуляторних механізмів внутрішніх органів у такій мірі, що його можна вважати більш за все відповідальним за перехід організму дитини з одного ступеня вікового розвитку до іншого.

Рухова активність є природною біологічною потребою дітей, ступінь задоволення якої визначає подальший структурний та функціональний розвиток їх організму. Не випадково Е.А. Аркін вважав значну рухливість малюка «його природною стихією».

Оптимальна рухова активність виконує роль своєрідного регулятора росту та розвитку молодого організму, є необхідною умовою для становлення та удосконалення дитини як біологічної істоти та соціального суб'єкта (Н.Т. Лебедева, А.А. Маркосян, І.В. Муравов та ін.).

Рухи, як писав академік І.П. Павлов, - головне проявлення життя. Діяльність внутрішніх органів спрямована на забезпечення роботи м'язів, а тренування м'язів є одночасно і удосконаленням функції інших органів та систем.

Необхідний обсяг рухової активності дітей є вирішальною гарантією виховання всебічно розвиненого, здорового підростаючого покоління. Як свідчать численні дослідження, завдяки достатньому обсягу рухової діяльності діти всіх вікових груп мають добре здоров'я, фізичний розвиток та швидше засвоюють фізичні вправи.

Без перебільшення можна стверджувати, що рухи також необхідні для нормального росту та розвитку дитини, як і повноцінне її харчування. Фізичні вправи не тільки розвивають та зміцнюють дитячий організм, попереджують різні захворювання, а також є одним із ефективних засобів лікування та відновлення сил дитини після хвороби.

Діти, які систематично виконують фізичні вправи відрізняються бадьорістю, життєрадісністю, оптимізмом та високою працездатністю як до фізичних, так і до розумових навантажень. При цьому більш висока тренуваність підвищує стійкість організму дитини до негативного впливу зовнішнього середовища:

підвищення температури, гіпоксії, інфекційної туберкульозної палички та до загального гамма-випромінювання (О.В. Коробков, Л.І. Какурін).

Режим малорухомості (гіподинамії), який пов'язаний з обмеженням м'язової діяльності, призводить до затримки у розвитку організму дитини. При цьому відбувається порушення функцій та структури ряду органів, регуляції обміну речовин та енергії, зменшується опірність організму до захворювань, що негативно позначається на здоров'ї дитини. Зайву вагу дошкільнят за рахунок жировідкладень також можна вважати одним з характерних ознак режиму малорухомості.

Гіподинамія є також однією з причин порушень постави дошкільників. Більш високий відсоток порушень стану опорно-рухового апарата було зафіксовано нами у малорухомих дітей (18% порівняно з 6% у активних дошкільнят). Рухова активність дитини має певний взаємозв'язок з її фізичним розвитком. Діти більш активні мають кращий фізичний розвиток порівняно з менш активними.

Гіподинамія створює також несприятливі умови і для інтелектуального розвитку дитини, знижує її розумову працездатність. Дефіцит фізичної активності негативно впливає на розвиток рухових якостей. У дошкільників в стані гіподинамії зафіксовано низький рівень функціональних можливостей і велику мобільність вегетативних функцій під впливом фізичних навантажень.

Проблема гіподинамії підростаючих поколінь є актуальною для багатьох країн світу. У «Маніфесті про спорт», який схвалено ЮНЕСКО та урядами ряду країн, підкреслюється необхідність дотримання розумних меж інтелектуального виховання і визначення належного місця фізичного виховання, на яке слід виділяти від 1/3 до 1/5 загального навчального часу (залежно від віку дітей). Інакше порушується гармонія їх розвитку.

Зміст рухової діяльності дітей різної статі має деяку специфіку. Зокрема, у процесі ігор у хлопчиків більше місце займають рухи швидко-силового характеру (біг, метання предметів в ціль та на дальність, лазіння). Дівчатка

віддають перевагу іграм з м'ячем, стрибкам (зі скакалкою у старших групах), вправам з рівноваги (ходьба по колоді або лаві).

Рухова активність дошкільників усіх вікових груп протягом дня розподіляється нерівномірно. Слід вважати, що така хвилеподібність її обумовлена в основному режимом дня дитячого садка, який передбачає певний розпорядок проведення різних заходів. Найбільшу активність діти виявляють в процесі занять з фізичної культури (за умови проведення їх з високою моторною щільністю), а також при проведенні рухливих ігор та вправ спортивного характеру на відкритому повітрі під час прогулянок. Період зниження рухової активності припадає на час, який дитина проводить у приміщенні дитячого садка.

Таким чином, вивчення динаміки обсягу локомоцій у дошкільників протягом календарного року дозволяє зробити висновки про те, що рухова активність дітей залежить в основному від ефективності системи фізичного виховання в дитячому садку та сім'ї, а також кліматичних умов. Унаслідок впливу цих факторів у дошкільних закладах має місце різний рівень рухової активності дітей.

Слід вважати, що рухова активність дошкільників визначається не стільки біологічною потребою, скільки цілеспрямованим педагогічним впливом на дітей, який здійснюється у даному напрямку. Потреба дитини у руховій діяльності може бути придушена або навпаки – стимулюватися створеним руховим режимом у дитячому садку.

Література:

1. Богініч О. Оздоровчу ідеологію – в життя малят / О. Богініч // Дошкільне виховання. – 2006. – № 7. – С. 7-9.
2. Богініч О. Л. Природа та рух. Посібник для батьків дошкільнят та соціальних педагогів / О. Л. Богініч, Г. В. Беленька / Під заг. ред. С. Чередниченко. – К. : Кобза, 2003.

3. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах [навчально-методичний посібник]. Тернопіль: Мандрівець, 2008. 128 с.

4. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-е вид., перероб. та доп. – Суми : ВТД "Університет книг", 2004. – 428 с.

5. Левінець Н. Характеристика шляхів оптимізації рухової активності дітей старшого дошкільного віку в умовах дошкільного навчального закладу – http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv.

6. Рунова М. О. Рухова активність дитини в дитячому садку : посіб. для працівників дошкільних закладів, викладачів і студентів педвузів і коледжів: пер.з рос. мови /М. О. Рунова. – Х. : Ранок, 2007. – 192 с.

УДК 37.016

Кучай Алла Іванівна,
*викладач-методист, викладач вищої
кваліфікаційної категорії*
Комунальний Вищий Навчальний Заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т.Г.Шевченка»
(м. Умань, Україна)

У ЗДОРОВОМУ ТІЛІ – ЗДОРОВИЙ ДУХ

Зміцнити здоров'я людини в дитинстві,
не допустити, щоб дитина вступила
в юність кволою і млявою – це означає дати
їй всю повноту життєвих радощів.

В.О. Сухомлинський

В Національній доктрині розвитку освіти зазначається, що усіх ланках системи освіти шляхом використання засобів фізичного виховання і фізкультурно-оздоровчої роботи закладаються основи для забезпечення і розвитку фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я кожного члена суспільства [3].

У закладах дошкільної освіти мають бути сприятливі умови для оптимального фізичного розвитку дітей, отримання знань про людський організм, опанування санітарно-гігієнічних навичок тощо.

Дитина повинна поступово вчитися бути творцем досконалості свого тіла, здоров'я. Міцне здоров'я є запорукою розвитку дитини в інших особистісних аспектах. На цій особливості наголошує народна мудрість: «У здоровому тілі-здоровий дух», — стверджували в античні часи; «Нема щастя без здоров'я»,- гласить українське прислів'я [4].

Наука про фізичне виховання на сучасному етапі розвивається швидкими темпами і постійно поповнюється новими даними наукових досліджень, якими займаються філософи, соціологи, педагоги, психологи, біологи, медики та представники інших наук. Спеціалісти з теорії і методики фізичного виховання узагальнюють і творчо синтезують наукову інформацію, яку отримують суміжні науки. Це зазначено у працях науковців з питань теорії і методики фізичного виховання, а також спортивного тренування (Б.А. Ашмарін, Е. Вільчковський, В.М. Заціорський, В.О. Запорожанов, В.М. Дячков, Н. Кравчук, Л.П. Матвеев, В.М. Платонов, А. Шарапанюк, В.П. Філін та ін.).

Вивчаючи та враховуючи закономірності потенціальних можливостей дитини у кожному віковому періоді, теорія фізичного виховання передбачає розроблення найбільш ефективних засобів фізичної культури для дітей від народження до шести років, які систематизуються відповідно до вікових груп у програмах для закладів дошкільної освіти [1].

Потенційні можливості дітей у руховій підготовці з часом збільшуються, змінюються деякі умови фізичної освіти дошкільників (матеріальна база, професійний рівень вихователів та ін.), накопичується фактичний матеріал досліджень, пов'язаних з оптимізацією засобів та організаційних форм з фізичної культури. Тому через певні періоди (5-6 років) удосконалюються та змінюються програми для закладів дошкільної освіти, де реалізуються основні вимоги теорії фізичного виховання щодо всебічного розвитку дітей на сучасному етапі становлення нашого суспільства [5].

Цілющим і незамінним джерелом здоров'я В.О.Сухомлинський вважав поєднання здорового харчування, тривалого перебування на свіжому повітрі, сну під відкритим небом, посиленої праці і відпочинку [2].

Останнім часом у багатьох закладах дошкільної освіти використовують гімнастику у-шу, яка поєднує базові рухи тіла, тренування дихання, самомасаж. Їх включають до підготовчої частини фізкультурних занять, а окремі елементи – до заключної (вправи на розслаблення).

Важлива роль у фізичному вихованні належить рухливим іграм, завдяки яким діти вчаться застосовувати свої компетентності в ситуаційно-ігрових умовах. У закладах дошкільної освіти найчастіше організують сюжетні та безсюжетні рухливі ігри, різноманітні ігри спортивного характеру (баскетбол, теніс, бадмінтон та ін.), ігри зі співом, хороводні ігри а інші.

Для підготовки дітей до занять спортом, розвитку різноманітної самостійної рухової діяльності й активності, загартовування використовують спортивні вправи (плавання, катання на лижах, ковзанах, велосипеді тощо) [4].

Елементи туризму (пішохідні та лижні прогулянки за межі території дитячого садка) мають на меті удосконалення рухових навичок, опанування навичок орієнтації на місцевості, підвищення рухової активності дітей.

Таким чином, передумовою формування здорової дитини є достатній рівень готовності, рухової активності та застосування здоров'язберігаючих технологій під час освітнього процесу із впровадженням усіх форм організації фізичного виховання (ранкової гімнастики, фізкультурних занять, днів здоров'я, рухливих ігор, руханок, фізкультурних пауз і фізкультурних хвилин, спортивних свят і розваг).

Література:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. – С.45-52

2. Постельняк А.І. В.О. Сухомлинський діалог із сучасністю. Кіровоград : Центрально-Українське видавництво. – 2003. –С. 20-23

Електронні джерела:

3. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>

4. <https://studfile.net/preview/5721447/page:7/>

5. <http://kpmu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/13/2013/11/Teoriya-i-metoduka-fizichnoho-vuhovannya-ditey-doshkilvogo-viky.pdf>

УДК 373.3.091

Красновська Валерія Анатоліївна,

студентка

КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім.Т.Г. Шевченка»

Науковий керівник: **Любченко Інна Іванівна,**

к. пед. н., викладач вищої кваліфікаційної категорії,

голова циклової комісії педагогіки і психології та методик дошкільної освіти,

КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»

(м.Умань, Україна)

СУЧАСНІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У РОБОТІ ЗДО

Україна є соціально орієнтованою державою, тому її основним завданням постає сприяння духовному, інтелектуальному, фізичному зростанню молодого покоління. Гармонійний та всебічний розвиток особистості, заснований на нормах, цінностях, сенсі життя, змінює адаптивні можливості організму людини і реалізується через формування здорового способу життя. Також на державу покладений обов'язок постійно вдосконалювати відповідно до міжнародних стандартів оздоровчі технології у сфері фізичного виховання. Деякі програми закріплені в наступних нормативно - правових актах та мають важливе значення для розвитку фізичного виховання.

У дошкільному дитинстві закладаються основи здоров'я, виховуються основні риси особистості людини. Сім'я, заклади дошкільної освіти створюють сприятливі умови для оптимального фізичного розвитку людини, отримання знань про людський організм, опанування санітарно-гігієнічних навичок людини.

Питанням розвитку теорії фізичного виховання та впровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій науковці займаються уже давно. Значну увагу аналізу давно відомих технологій та розробки нових приділяли у своїх працях Вільчковський Є.С., Волков Л.В., Круцевич Т.Ю., Дзяк Г.В., Муравов І.В., Москаленко Б.М., Мухін П, О., В.Н. Платонов, Шиян Б.М., К.Д. Ушинський.

Оздоровча фізична культура є частиною загальної фізичної культури її основна мета - зміцнення здоров'я, підтримка високої працездатності, відновлення порушених функцій (оздоровлення і часткове лікування). Значення оздоровчої фізичної культури величезне. Нині багатьма громадськими і державними організаціями проводиться робота у напрямі створення умов широким верствам населення для регулярних занять фізичною культурою з метою оздоровлення і повноцінного проведення дозвілля. Це такі види діяльності:

- 1) Спортивні ігри (волейбол футбол, баскетбол, теніс, бадмінтон);
- 2) Види спорту, що мають загальний початок і певні правила (масові види спорту);
- 3) Активний відпочинок на свіжому повітрі, який характеризується доланням перешкод і спортивними змаганнями (літні оздоровчі табори, туристичні походи);
- 4) Вправи естетичного характеру, які приносять користь не тільки учасникам, а й глядачам (показові виступи «Веселі старти») [3, С.42].

Для національної системи фізичного виховання характерний цілий комплекс засобів. При цьому основним засобом вирішення завдань фізичного виховання і досягнення його мети є рухова активність людини (фізичні вправи,

народні ігри і забави, військові, побутові та професійні дії (якщо вони виконуються за відповідною програмою).

Допоміжним засобом є оздоровчі сили природи (сонце, повітря, вода, земля) та гігієнічні фактори (режим дня і харчування, дотримання правил особистої та громадської гігієни тощо) [4, С.121].

Найвищої ефективності фізичного виховання можна досягнути за умови комплексного використання засобів, тобто, рухова активність повинна здійснюватися здебільшого за сприятливих природних умов і при незаперечному дотриманні правил особистої гігієни.

Сутність здоров'я з здоров'я формуючих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберігати наявний стан дітей, формувати більш високий рівень їхнього здоров'я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості», поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища.

Аналіз класифікацій існуючих здоров'язберігаючих технологій дає можливість виокремити такі типи (О. Ващенко):

1) Здоров'язберігаючі - технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;

2) Оздоровчі - технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я дітей, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія [5, С.7];

3) Технології навчання здоров'ю - гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо),

профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загально-навчального циклу, введення до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти; виховання культури здоров'я - виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Література:

1. Вільчковський Є.С. Теорія і практика фізичного виховання дітей дошкільного віку / Є.С. Вільчковський. - Львів: ВНТЛ, 1998. - 336 с.
2. Зайцева В.М. Теорія спортивного тренування з основами методик: підручник для студентів ВНЗ / В.М. Зайцева. - Київ, 2003. - 173 с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. - К.: Олімпійська література, 2000. - 424 с.
4. Папуша В. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. / В. Папуша. - Тернопіль: підручники і посібники, 2008. - 192 с.
5. Сучасні фізкультурно - оздоровчі технології у фізичному вихованні / С. Дудіцька, О. Зендик // Теорія та методика фіз. Виховання і спорту. - 2002. - N 2-3. - С.81-82. - Бібліогр.: 3 назв. - укр.

УДК: 796.01

**Макрушина Наталія Василівна,
Андрощук Світлана Анатоліївна,
Капка Ольга Михайлівна,
вихователі**
Дошкільний навчальний заклад
ясла-садок комбінованого типу № 31
(м. Умань, Україна)

ІДЕЙНО – НАУКОВА ОСНОВА ТЕОРІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

«Я не боюсь ще і ще раз говорити: турбота про здоров'я - це важливий труд вихователя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їх духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили»

(В.О.Сухомлинський)

Рухова активність дітей дошкільного віку є природною біологічною потребою, ступінь задоволення якої багато в чому визначає подальший структурний і функціональний розвиток дитячого організму [1].

Від прогресивної спадщини минулого наука дістала високу оцінку суспільної ролі фізичного виховання як засобу підготовки молодого покоління до суспільно корисної праці (XVIII ст. –І.І. Бецькой, О.М. Радіщев, XIX ст. – В.Г. Белінський, М.Г. Чернишевський, М.О. Добролюбов) [2].

Прогресивним був погляд Чернишевського і Добролюбова на засоби фізичного виховання. Серед них вони виділяли саме такі, що відповідають національним особливостям народу, які склалися історично. Це ходьба, біг, трибки, ходіння на лижах, плавання та інші життєво потрібні спортивні вправи [2]. Ці діячі високо піднесли роль рухливих ігор у всебічному впливі на дитячу особистість, підкреслювали також оздоровче значення гімнастики.

Відомий російський педагог К.Д. Ушинський відмічав, що спортивні ігри необхідні для нормального розвитку дитини. Дитина потребує чергування різних видів діяльності, оскільки вона не може довгий час займатися одноманітними діями. Автор оцінював спортивні ігри як засіб, що впливає на різні сторони дитячої особистості. Він підкреслював, що використання засобів фізичного виховання в режимі життя дітей не лише сприятиме їх фізичному розвитку, ай активізуватиме розумову працю в процесі навчання.

П.Ф. Лесгафт (1837 – 1909) розробив систему фізичного виховання з урахуванням особливостей будови тіла, механіки і фізіології рухів. Він дійшов висновку, що на окремі органи людського тіла можна впливати спрямовано, за

допомогою вправ. Також експериментально доведено, що фізичні вправи впливають не лише на зміцнення сили м'язів і зв'язок, а й на свідомість, емоцію та волю. Дошкільному віку він адресував «Семейный период воспитания» (1912), в якому доводив, що фізичне виховання особистості дитини – це єдиний процес.

Становленню педагогічних і наукових природничих основ сучасних поглядів на фізичне виховання сприяла також діяльність В.В. Горіневського (1857 – 1937). Він розробив рекомендації про добір фізичних вправ залежно від їх специфіки, розробив методику лікарського контролю, якою користуються й тепер.

У 1921р. Ю.А. Аркін (1873 – 1948) вперше видав фундаментальну працю «Дошкольный возраст», в якій узагальнив накопичений досвід і упорядкував прогресивні педагогічні думки в галузі виховання дошкільнят. Автор сформулював вимоги щодо добору фізичних вправ для різних форм роботи з фізвиховання дітей дошкільного віку, які не втратили актуальності й тепер.

Теоретичні основи навчання дітей рухів почали розробляти лише наприкінці 40 – х і на початку 50- х років, провідну роль у цьому належить Є.Г. Горіневській і Г.І. Биковій. Бикова досліджувала методи, прийоми навчання дітей рухів, розробила систему послідовного навчання основних рухів у різному віці («Обучение основным движениям детей дошкольного возраста», 1955). Вони створили перший навчальний посібник з фізичного виховання дітей дошкільного віку для дошкільних педучилищ і вихователів дитячих садків, в якому відображені основи теорії навчання дітей рухів і систематизовані основні питання методики фізичного виховання дошкільнят.

У працях Н.М. Аксаріної і М.М. Щелованова висвітлюється також фізичне виховання дітей 1-3 років життя.

Глибоко розробляється методика проведення рухливих ігор з дошкільнятами, створюються оригінальні збірники рухливих ігор різного програмного змісту з використанням української усної народної творчості (М.К. Шейко). Розробляються оригінальні системи ранкової гімнастики з дітьми дошкільного віку (М.О. Метлов, М.К. Шейко). Досліджуються закономірності

розвитку моторики дітей (Є.Г.Леві – Горіневська, Р.І. Тамуріді), особливості загартування дітей протягом усього року. Вивчаються особливості навчання дошкільнят технічно складних рухів (Д.В. Хухлаєва).

Так, під керівництвом О.В.Запорожця проводиться фундаментальне дослідження розвитку довільних рухів («Развитие произвольных движений», 1960р.). У 60 - х роках підвищується увага науковців до вивчення функціональних можливостей дошкільнят, розвитку їх фізичних якостей., регуляції фізичних навантажень (Т.І. Осокіна, М.П. Голошокіна, Г.П. Юрко, Є.С. Вільчковський та ін.). В цьому періоді досліджується роль усвідомлених фізичних вправ при формуванні рухових навичок у старших дошкільників. (О.В. Кенеман та ін.).

І.Аршавський, Л.Маркоросян, І.Мурахов вважали, що оптимальна, правильно організована фізична діяльність дитини створює відповідні передумови для нормальної життєдіяльності організму людини в дорослому віці, довголітнього творчого життя, а висока тренуваність підвищує опір організму дитини до негативного впливу зовнішнього середовища (А.Коробков, Л.Какурін та інші).

Проблемі гіподинамії особливого значення надають в багатьох країнах світу. У «Маніфесті про спорт», схваленому ЮНЕСКО, вказано на необхідність дотримання розумних меж інтелектуального виховання і визначення відповідного місця фізичного виховання [3].

Таким чином, сучасність поставила нові і загострила старі проблеми фізичного виховання дітей, які потребують вирішення.

Література:

1. Вільчковський Е.С, Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: Навчально-методичний посібник. – Тернопіль: Мандрівець, 2011. – 128с.
2. Вільчковський Е.С. Методика фізичного виховання в дитячому садку Навчальний посібник. Е.С.Вільчковський. – К.: «Радянська школа», - 1979.

3. Дмитренко Т.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку: Навчально-методичний посібник. – К.: «Вища школа», - 1973.

4. Фізкультура від 4 до 9: Педагогіка спільного успіху / Упоряд. А.Русаков. – К.: Вид.дім «Шкіл.світ»: Вид.Л.Галіцина, 2006. – 112с.

УДК 379.8

Матюшин Сергій Альбертович,
старший викладач циклової комісії
фізичного виховання і методик
Комунальний Вищий Навчальний Заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т. Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ЗНАЧЕННЯ ГРИ У ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ЗА ТЕОРІЄЮ Г. СПЕНСЕРА

«Гра – один із видів діяльності людини, вид діяльності дітей, який виник історично, полягає у відтворенні дій дорослих і відносин між ними. Один із засобів фізичного, розумового і морального виховання. На всіх етапах розвитку особистості гра сприймається як цікаве, яскраве, необхідне для її життєдіяльності заняття. І чим старша дитина, тим більше вона відчуває розвиваючи і виховуючи значення гри» [1, С. 215].

Мета статті – проаналізувати погляди Герберта Спенсера про гру.

Засновником теорії гри вважають німецького філософа Шиллера, одним із послідовників якого був Г. Спенсер (1820–1903 рр.) видатний англійський філософ, соціолог. Наприкінці ХІХ ст. ґрунтувалися на психологічних дослідженнях пояснення природи ігрової діяльності. Г. Спенсер та ін. стверджували, що трудові процеси та ігри виникли з ігор тварин: спочатку стародавня людина спостерігала за іграми тварин, згодом переймала ігрові рухи та застосовувала їх у своїх іграх. Людина, як і тварина, грається тому, що у неї є

надлишок сил. Він стверджував, що гра – мистецтво застосування енергії, яка розтрачується на уявні дії, якщо її не використати [2, С. 7].

За офіційними даними потрібно сказати, що Г. Спенсер приділяв грі не дуже багато часу і спеціально не займався створенням теорії гри. Його інтерес до гри, як і у Шиллера, визначається інтересом до природи естетичної насолоди. Але, проблему надлишку сили, про яку говорив Шиллер, Спенсер ставить у більш широкий еволюційно-біологічний контекст. Свої погляди щодо гри Г. Спенсер викладає у наступних положеннях: «Дії, які називаються іграми, поєднуються з естетичними діями однією спільною ознакою, а саме тим, що не ті й інші не допомагають скільки-небудь прямим чином процесам, які потрібні для життя» [4, С. 310].

Г. Спенсер ставив питання про походження імпульсу до гри, розвивав свою теорію, яка, як відомо із фізіології, називається теорією надлишку сили: «Нижчі покоління тварин мають ту спільну їм всім ознаку, що всі їх сили витрачаються на виконання відправлень, які мають суттєве значення для життя... Гра є точно таке ж штучне випробування сил, яка у внаслідок недоліку для неї натурального випробування, стає досить готовою для розрядки, що шукає собі результат у вигаданій діяльності, на місце відсутньої справжньої діяльності».

Порівнюючи гру із естетичною діяльністю Г. Спенсер робить висновок, що різниця між грою і естетичною діяльністю заключається лише у тому, що у грі знаходять вираження нижчі здібності, у той час, як у естетичній діяльності – вищі [4, С. 311].

Відомий теоретик Г. Спенсер у своїй книзі «Воспитание умственное, нравственное и физическое» пише, що в Англії дітям загальних і приватних шкіл відводиться зручне місце для ігор. Чотири рази на день усі хлопчики граються (наприклад, їздять один на одному), що дуже добре впливає на їхнє здоров'я. Дівчатка навчаються у «Закладі для молодих леді», і їм не дозволяється грати у галасливі ігри (галаслива гра вважається кримінальним злочином) щоб не набути через них дурних манер [3, С. 202–203].

Таким чином можна зробити висновок, що Г. Спенсер визначаючи велике значення гри для людей і тварин порівнював її з естетичною діяльністю; доводив, що надлишок сил дає можливість вищим і нижчим Божим створінням витратити її у грі; дослідник був один із перших, хто порівняв ігри дівчаток і хлопчиків у Англійських школах.

Література:

1. Карпенчук, С. Г. Теорія і методика виховання: Нав. посібник. – К.: Вища шк., 1997. – 304 с.
2. Солопчук, М. С. Історія фізичної культури та спорту: Навч. посіб. – Кам'янець–Подільськ: Абетка-Нова, 2001. – 236 с.
3. Спенсер Герберт Воспитание умственное, нравственное и физическое. / Пер. с англ. Е. А. Сысоевой. 3-е изд. – СПб: Родник, 1889. – 228 с.
4. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды – Москва «Педагогика» 1989.

УДК: 796.2

Плахотна Світлана Іванівна,
викладач вищої кваліфікаційної категорії
викладач-методист, відмінник освіти України
КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т.Г.Шевченка»
(м. Умань, Україна)

СПОРТИВНІ ІГРИ ЯК ОПТИМАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

Професійна діяльність людини в умовах науково-технічного прогресу вимагає від нього нарівні з професійними знаннями і вміннями мати необхідну спеціальну фізичну підготовленість, працездатність і професійно важливі якості, в зв'язку з цим в сучасних вищих навчальних закладах велика увага приділяється фізичній підготовці студентів. Встановлено, що будь-яка професія має свої специфічні особливості, які включають умови праці, психофізіологічні характеристики і вимоги до рівня розвитку психофізичних якостей [2].

Аналіз наукової літератури показав, що вивчення ефективних методів розвитку професійно важливих якостей у процесі навчання присвячена велика кількість досліджень. Аналіз педагогічного досвіду дозволив виділити ефективні методи розвитку особистісних і професійних якостей, до яких відносяться імітаційна педагогічна гра, навчальні ігри та самостійна робота. Л.С. Виготський і А.С. Макаренко в своїх дослідженнях велике значення у вихованні та розвитку особистості надають грі. У роботах А.В. Цюся, Ж.О. Твердохліб і Л.І. Погребенник відзначається виключно важливе місце ігрової діяльності в навчанні.

Гра – своєрідна модель елементів у реальному житті, що відтворює практичну поведінку людини в межах заздалегідь визначених умов. Вона має велике значення у вихованні, навчанні та розвитку людини як засіб психологічної підготовки до майбутніх життєвих ситуацій. У грі людина отримує задоволення, знімає нервову напругу. За допомогою гри пізнається світ, виховується творча ініціатива, пробуджується допитливість, активізується мислення, формується активна пізнавальна діяльність. Гра навчає, розвиває, допомагає відновити сили, дає хороший емоційний заряд бадьорості. Мета гри – поєднати розвагу з розвитком основних якостей і здібностей людини. Гра виконує наступні функції: комунікативну, діяльнісну, компенсаторну, виховну, розвиваючу що прогнозує та моделює, розважальний, релаксаційний, психотехнічний, коригуючий прояв особистості в ігрових моделях життєвих ситуацій. В ігровій діяльності поєднуються два важливі чинники: з одного боку, включення в практичну діяльність, фізичний розвиток, формування вміння самостійно діяти, а з іншого - розвиток, отримання морального та естетичного задоволення від цієї діяльності, поглиблення освоєності навколишнього світу. Саме тому гра є одним з важливих комплексних засобів виховання[1].

На сучасному етапі у ЗВО розробляється і впроваджується система професійно-прикладної фізичної підготовки з елементами спортивних ігор, що допомагають професійній соціалізації майбутніх фахівців різних профілів. Необхідні для професійної підготовки фізичні якості й рухові навички

формується й удосконалюється в процесі вмілого, раціонального сполучення професійного навчання зі спеціальною фізичною підготовкою з елементами спортивних ігор [3].

У процесі фізичного виховання у ЗВО ігри використовуються як засіб фізичної культури і як форма організації занять. Спортивні ігри – система характерних фізичних вправ, які виконуються в різноманітних варіантах відповідно до мінливих ігрових ситуацій і оцінюються по ефективності впливу на організм в цілому і за кінцевим результатом рухових дій. Спортивні ігри мають низку характерних ознак, що відрізняють їх від інших засобів фізичного виховання: – наявність елементів суперництва і емоційності в ігрових діях, що дозволяють відтворювати складні взаємини між людьми; – мінливі умови виконання рухових дій, що вимагають високої пристосованості до них; – варіативність ігрових ситуацій, що викликає активну самостійність у виборі результативних дій; – комплексний прояв різноманітних психофізичних якостей. Доведено, що найкращий розвиток загальних і спеціальних фізичних якостей досягається завдяки тренувальним вправам, близьким до змагальних, в зв'язку з чим формування кондиційних якостей (сили, витривалості, швидкості) і координаційних здібностей розглядаються в єдності з технічною і тактичною підготовкою. Основним завданням тактичної підготовки є розвиток здібностей у гравця діяти самостійно, ініціативно в різних ігрових ситуаціях. Засоби тактичної підготовки спрямовані: на розвиток швидкості складної реакції і дій у відповідь, стійкості і швидкості перемикання уваги з однієї тактичної спрямованості на іншу; на аналіз і прогнозування діяльності, швидкість прийому і переробку інформації. Крім фізичної, технічної, тактичної та змагальної підготовки спортивні ігри пред'являють високі вимоги до психічних властивостей і якостей спортсмена: відчуттям, сприйняттям, увазі, поданням, уяві, пам'яті мислення, емоцій і вольових якостей. Гра виховує цілеспрямованість, рішучість, сміливість, наполегливість, ініціативність, самостійність, впевненість, холонокровність, витримку, самовладання. Залежно від ігрової ситуації відбувається постійна зміна емоційного стану гравця, в

зв'язку, з чим він повинен вміти управляти своїми емоціями, діями, психічним станом при різних збивають факторах. Спортивний успіх залежить не тільки від рівня фізичної та технікотактичної підготовленості, але і від таких особистісних якостей як комунікабельність, толерантність, відповідальність, організованість та ін. В результаті аналітичного зіставлення найбільш значущих якостей, що формуються в процесі спортивно-ігрової діяльності і якостей, затребуваних у професійній діяльності майбутнього педагога були виділені наступні якості: швидкість, витривалість, сила, спритність, швидкість реакції, увагу, пам'ять, мислення, уяву, емоційна стійкість, активність, цілеспрямованість, самостійність, відповідальність, організованість, рефлексивність, комунікабельність, колективізм. Зіставлення якостей особистості, затребуваних у професійній діяльності педагога та сформованих засобами фізичної культури, дозволяють зробити висновок, що включення спортивних ігор в освітній процес з фізичної культури може бути оптимальним засобом професійно-прикладної фізичної підготовки студентів, що сприятиме успішному вихованню їх особистісно-професійних якостей [2].

Використання ігор у підготовці студентів до професійної діяльності, як вказує В. П. Бедерханова, «дає значний позитивний ефект лише у тому випадку, якщо вони педагогічно і психологічно доцільно організовані, а саме: визначено їх місце у навчанні в поєднанні з іншими методами, відібрані продуктивні моделі діяльності під час занять, створені штучні ситуації, що максимально наближені до реальної дійсності».

Література:

1. Бедерханова В. П. Обучающие игры как «активный» метод подготовки студентов к воспитательной работе / В. П. Бедерханова // Активные методы обучения педагогическому общению и его оптимализации: сб. науч. тр. / под ред. А. А. Бодалева. – М. АПН СССР, 1983 – С. 35–39.

2. Котова Е.В. К вопросу о современном состоянии профессиональной подготовки учителя физической культуры /Е.В. Котова//Педагогіка, психологія

та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – № 6. – С. 160–164.

3. Непша О.В. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентської молоді до занять фізичною культурою/О.В. Непша, Г.П. Суханова// Фізичне та спортивне виховання у вищих навчальних закладах. Тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції, Запоріжжя, 13-15 жовтня 2017 року. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2017. – С.30-33.

УДК: 796.011.3

Пронь Людмила Григорівна,

інструктор з фізкультури ,

дошкільний навчальний заклад

ясла-садок комбінованого типу № 15 ,

(м. Умань, Україна)

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР В ПРАКТИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ЗДО З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У дошкільній педагогіці гра розглядається як історично сформоване соціальне явище, особливий вид діяльності дитини, де творчо, прямо або опосередковано відбиваються явища навколишньої дійсності. Ігри, в яких яскраво виявлена роль рухів, мають загальне умовне найменування "спортивних ігор".

За останні десять років у дошкільних навчальних закладах значно підвищився інтерес до спортивних ігор (баскетбол, волейбол, теніс, бадмінтон, городки та ін.). У цих іграх, які майже завжди проводяться на свіжому повітрі, застосовуються різноманітні рухи та рухові дії. Діти виконують велику кількість стрибків, метань, ударів по м'ячу, що позитивно впливає на ріст та розвиток організму.

Спортивні ігри різняться складною та точною технікою, в якій проявляються високі фізичні можливості спортсменів, чого немає в дітей дошкільного віку.

Дані досліджень (Е. Адашквичене, Е. Вільчковський, М. Голощокіна, Н. Денисенко, О. Курок, Т. Осокіна, Ю. Портних та ін.), а також практика свідчать про те, що інтерес до спортивних ігор у дітей виникає дуже рано. Діти старшого дошкільного віку вже опановують елементи ігор спортивного характеру: бадмінтон, городки, настільний теніс, баскетбол, хокей, футбол. Ю. Портних доводить, що таке раннє проявлення інтересу до спортивних ігор дозволяє розпочати систематичне навчання дітей раніше, ніж іншим видам фізичних вправ [1, С.62].

Ігри спортивного характеру М. Голощокіною розглядаються як найбільш високий ступінь рухливих ігор. Наявність сильних емоцій споріднює їх із рухливими іграми, але в той же час між ними існує велика різниця. Характерною рисою рухливих ігор є різноманітність і свобода застосування ігрових дій. Правила в рухливій грі визначаються в основному її структурою, а не точністю рухових дій.

Для гри з елементами спорту характерна певна обмеженість, навіть односторонність рухів, точність рухових дій і суворе дотримання форми.

Структура гри спортивного характеру, порівняно з рухливими іграми, відрізняється більшою визначеністю. Так, склад команд у цих іграх обмежується встановленою кількістю учасників, їхні обов'язки суворо розподіляються; тривалість гри обмежується певним часом; ігри спортивного характеру мають суворо встановлені правила, які визначають точність рухових дій.

Основними завданнями в роботі з дітьми щодо використання ігор спортивного характеру є розвиток особистості дитини, оздоровлення її організму, розвиток рухів, рухових здібностей і фізичних якостей, створення емоційного настрою, виховання інтересу до різних видів фізичних вправ.

Е. Вільчковський наголошує на тому, що ігри спортивного характеру сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової підготовки, комплексному розвитку фізичних якостей дошкільників. Застосування елементів спортивних ігор у дошкільному віці закладає в дитини основу для систематичних занять одним із видів спорту в такі шкільні роки [3, С. 37].

Німецькі вчені Г.Ербах, Г.Борман, Ж.Доблер та інші доводять, що спортивні ігри можуть викликати в багатьох людей інтерес до спорту, натхнення та спонукання до активної участі. Це пояснюється сутністю ігор спортивного характеру: вони створюють почуття радості та гарного настрою, приваблюють до себе завдяки ситуаціям, які постійно змінюються. Вони мають змагальний характер і спонукають до оптимальної рухової діяльності. Ці ігри надають дітям великих рухових можливостей та в межах їхніх правил вимагають особистої самостійної діяльності.

Спортивні ігри впливають на здоров'я дитини, сприяють зміцненню органів, формуванню тіла та покращенню самопочуття. Ігри на свіжому повітрі позитивно впливають на судинну систему та дихання. Завдяки постійній зміні напруження та розслаблення ігри мають також характер активного відпочинку.

У процесі спортивної гри діти вчаться спритності та винахідливості, реакції та координації, а також розвитку комбінаційної моторики (здатності до зв'язування рухів). Згини, розгинання, оберти, стрибки, метання тощо позитивно впливають на розвиток м'язів та поставу тіла [2, С.30].

З іншого боку, у всіх спортивних іграх можуть мати місце травми через перенапруження, а також через порушення правил гри. Тому важливе значення надається загальній фізичній підготовці. М. Голощокіна наголошує на тому, що ігри спортивного характеру спрямовані на розвиток фізичних якостей дітей шляхом виконання рухів, фізичних вправ.

При правильному педагогічному керівництві спортивні ігри впливають на розвиток особистості, стверджує Г. Ербах. В іграх виховуються такі моральні якості, як готовність прийти на допомогу, повага, здатність до

колективних дій, дисциплінованість тощо. Однак для цього необхідно створити в дошкільних навчальних закладах певні педагогічні умови.

Література:

1. Глазиріна Л.Д., Овсянкін В.О. Методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Посібник для педагогів дошкільних закладів. - Харків, 2003.
2. Дмитренко Т. І. Спортивні вправи і розваги для дітей дошкільного віку. – К., 1976.
3. Дмитренко Т. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку. – К., 1973.

УДК 796.011-053.4

Черненко Любов Петрівна,

*викладач-методист циклової комісії
фізичного виховання і методик*

Комунальний вищий навчальний заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т. Г. Шевченка»

(м. Умань, Україна)

ЗНАЧЕННЯ РУХЛИВИХ ІГОР ДЛЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ

Багато дослідників (Е. С. Вільчковський, А. С. Макаренко, С. Ф. Русова, В. О. Сухомлинський, К. Д. Ушинський та ін.) звертали увагу на ігри як невід'ємну частину життя дітей, через які вони пізнають світ.

Мета статті – теоретично дослідити педагогічну спадщину А. С. Макаренка стосовно підтвердження впливу рухливих ігор на гармонійний розвиток дитини.

Працюючи в колоніях для неповнолітніх правопорушників А. С. Макаренко (1888–1939) був одним з перших організаторів навчально-виховного процесу і намагався боротися з недоліками у ньому.

У вибраних творах Антон Семенович у розділі «Про сімейне виховання» звертає увагу на гру, як важливий чинник у житті дитини. Він пише: «Гра має важливе значення у житті дитини, має таке ж значення, як у дорослого має діяльність, робота, служба. Яка дитина у грі, такою багато у чому вона буде у роботі, коли виросте» [1, С. 378].

Між роботою і грою педагог проводить паралель і теоретично доводить, що між ними немає великої різниці, але результат очевидний: у роботі – матеріальні цінності, у грі – задоволення: «Хороша гра схожа на хорошу роботу, погана гра схожа на погану роботу. Ця схожість дуже велика, можна прямо сказати: погана робота більше схожа на погану гру, чим на хорошу роботу. Чим же все-таки відрізняється гра від роботи? Ця відмінність лежить тільки в одному: робота є участь людини у суспільному виробництві, або у керівництві цим виробництвом, у створенні матеріальних, культурних, інакше кажучи, соціальних цінностей. Гра не переслідує таких цілей, до суспільних цілей вона не має прямого відношення, але має до них відношення непряме: вона привчає людину до тих фізичних і психічних зусиль, які необхідні для роботи» [1, С.379].

Педагог описує дві вимоги, які потрібно ставити перед батьками під час управління ними дитячою грою і дає цінні рекомендації щодо їх ефективного досягнення під час керівництва нею: «Перше – це стежити, щоб гра не була єдиним прагненням дитини, щоб не відволікала її повністю від суспільних цілей. Друге – щоб у грі виховувалися ті психічні і фізичні навички, які необхідні для роботи. Перша мета досягається, як вже було сказано, поступовим залученням дитини до області праці, яка поволі, але неухильно приходить на зміну грі. Друга мета досягається правильним керівництвом самою грою: вибором гри, допомогою дитині у грі. Правильне керівництво грою вимагає від батьків вдумливішого і обережнішого відношення до гри дітей» [1, С. 379–380].

А. С. Макаренко зосереджує увагу на стадії розвитку дитячої гри і особливий метод управління нею з боку батьків: «... перша стадія – це час кімнатної гри, час іграшки. Вона починає переходити у другу стадію у віці 5-6 років. Друга стадія дитячої гри важче для керівництва, оскільки у цій стадії діти

вже не грають на очах у батьків, а виходять на ширшу суспільну арену. Друга стадія продовжується до 11-12 років, захоплюючи частину шкільного часу. ... На третій стадії дитина вже виступає як член колективу, при цьому колективу не тільки ігрового, але і ділового, навчального. Тому і гра у цьому віці приймає суворі колективні форми і поступово стає грою спортивною, тобто пов'язаною з певними фізкультурними цілями, правилами, а найголовніше – з поняттями колективного інтересу і колективної дисципліни. На всіх трьох стадіях розвитку гри вплив батьків має величезне значення...» [1, С. 381–382].

Таким чином можна зробити висновки: погляди Антона Семеновича актуальні і на даному етапі розвитку суспільства; А. С. Макаренко високо цинив ігри і надавав їм великого значення для розвитку дитини; паралель між грою і працею і між дітьми і батьками залишаються темами для диспутів науковців, дослідників і т.д.

Література:

Макаренко А. С. Избранные произведения: в 3 т. / Ред. кол. Н. Д. Ярмаченко и др. – К.: Рад. школа, 1983. – Т. 3: Общие проблемы педагогики. 1984. – 576 с.

УДК 373 2.016

Шарапанюк Аліна Йосипівна

Викладач-методист

Комунальний вищий навчальний заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т. Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗА М. М. ЄФИМЕНКО

Микола Миколайович Єфименко – автор оригінальної технології фізичного виховання дітей, яка ґрунтується на десяти професійних заповідях.

Свою технологію автор називає «тотальним ігровим методом», що означає всезагальний, повномасштабний, всеохоплюючий, в якому повною мірою

виражається його педагогічне кредо «грати щодня, грати постійно, грати завжди!»

Микола Миколайович радить за основу ігор брати історичні, географічні, етнографічні сюжети, характерні для тієї місцевості, де впроваджується технологія. Це пов'язано, на думку автора, з перспективним напрямом педагогіки, а саме професійною орієнтацією дітей дошкільного і молодшого шкільного віку в процесі фізичного виховання, де рухово-можна ознайомити дітей із найрізноманітнішими професіями, їхньою специфікою, професійними термінами, особливостями рухового режиму.

У "Театрі фізичного виховання дітей" дотримується принцип двох основ у педагогіці, який передбачає різні підходи до організації роботи з дівчатками та хлопчиками. Цьому питанню присвячена робота М.М. Єфименка «Еротична культура в педагогіці дошкільного дитинства (на прикладі фізичного виховання)».

Значний вплив на формування статевої ідентифікації в процесі фізичного виховання має відповідне забезпечення занять - атрибутами, музикою, кольоровим барвистим та емоційним забарвленням спілкування педагога з вихованцями, його тембром голосу, тональністю команд.

Розглядаючи структуру заняття-спектаклю, М.М. Єфименко характеризує підготовчу частину як таку, що «підготовляє» всі фізіологічні функції організму дитини до майбутньої роботи, допомагає вийти на режим максимальної працездатності, реалізуючи принцип наступності, поступовості й послідовності, від простого до складного. Автор «Театру фізичного виховання і оздоровлення дітей» переконаний, що мистецтво справжнього педагога полягає в умінні гармонійно поєднувати в одному занятті-спектаклі три його найголовніші характеристики.

Порівнюючи фізкультурний зал з театральною сценою, автор «Театру» доводить важливість його професійного обладнання. Говорячи про ігровий простір, Микола Єфименко вважає, що ігровим має бути і ставлення до кожного з фізкультурних тренажерів.

Ще одним цікавим методичним прийомом у технології одеського новатора є надання кожному обладнанню чи тренажеру різних образів у залежності від обраної педагогом ігрової теми чи ситуації. Скажімо, гімнастична лавка може виступати на заняттях у найрізноманітніших якостях: у комплексі гімнастики пробудження «Павучки й мушки» дві паралельні лавки виконують роль павутиння; в занятті "Космічні рятувальники" — зображують ракети; в «Забавних фізкультурниках» перетворюються і на велосипед, і на коня, і на скреслу кригу.

Як і в театрі, де для постановки сучасних спектаклів потрібне особливе сценічне обладнання, що забезпечує швидку зміну декорацій, так і у фізкультурній залі повинні бути такі тренажерні конструкції, які задовольняли б найрізноманітніші потреби педагогіки.

Велике значення на заняттях з фізичної культури надається звуко-музичному супроводу. Микола Єфименко переконаний, що необхідно відійти від традиційних варіантів музичного супроводу, базованого на гучній маршовій музиці з першої хвилини заняття та жорстких ритмічних композиціях при виконанні дітьми вправ для загального розвитку.

Микола Миколайович вважає, що від надмірного домінування музики на занятті слід поступово відходити. Він визнає за доцільне використовувати музику як тло заняття, його далекий план. А передній план заняття - це педагог-інструктор., його голос, ті рухові-ігрові дії, які він пропонує дітям.

Література:

1. Театр фізичного виховання та оздоровлення дошкільнят. Методичні рекомендації – Київ, 1995.
2. Руховий портрет дошкільника: методика ігрового тестування// Дошкільнє виховання - №8 – 1994 р.
3. Горизонтальний пластичний балет// Дошкільнє виховання - №7 – 1995р.
4. Золоті формули рухового режиму: авторська система фізичного виховання// Дошкільнє виховання - №4 – 1996р.

ОСВІТНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, ІНСТРУКТОРІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

УДК: 378.14

Бабич Оксана Олександрівна
*викладач першої кваліфікаційної категорії,
викладач психолого-педагогічних дисциплін
КВНЗ «Уманський гуманітарно -
педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)*

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ВЧИТЕЛІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Сучасні умови розвитку освіти висувають все нові вимоги до працівників освіти, зокрема дошкільної. У зв'язку із підвищенням вимог до професійної підготовки педагогічних кадрів з дошкільної освіти, які на високому рівні володітимуть новітніми методиками і технологіями навчання та виховання, здатних здійснювати фізкультурно-оздоровчу роботу з дітьми дошкільного віку, застосовувати новітні форми використання засобів фізичної культури у своїй роботі, стає обов'язковим поглиблення і розширення підготовки майбутніх вчителів з дошкільної освіти.

Умовами цілісного розвитку дитини є використання в закладах дошкільної освіти здоров'язбережувальних та здоров'яформувальних технологій, які реалізуються комплексно через створення безпечного розвивального середовища, екологічно сприятливого життєвого простору, повноцінного медичного обслуговування, харчування, оптимізації рухового режиму, системного підходу до формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я; позитивного ставлення до фізкультури і мотивації щодо здорового

способу життя, дотримання гармонійних, доброзичливих взаємин між педагогом та вихованцями, самими дітьми.

Фізкультурно-оздоровча компетентність вихователя є ядром його готовності до здійснення завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку. Дослідження останніх років присвячені проблемі підготовки вчителів дошкільної освіти до фізичного виховання дітей дошкільного віку належать О. Богініч, Н. Денисенко, Ю. Коваленко, Н. Левінець, С. Петренко, О. Шовкопляс та іншим

Зміст професійної діяльності вихователя у цілому складається з багатьох дій, що мають відносно завершені елементи діяльності. Але кожний з цих елементів спрямований на формування здорового способу життя, яке неможливо забезпечити без фізкультурно-оздоровчої роботи, рухового режиму дітей та розвитку їхньої рухової активності.

На думку Ю. Коваленко, діяльність вчителя з дошкільної освіти відрізняється від діяльності інструктора з фізичної культури закладу дошкільної освіти, оскільки останній передбачає важливу складову професійної діяльності – руховий компонент у фізкультурно-оздоровчій роботі [3, С. 48]. Руховим компонентом в обов'язковому порядку повинні володіти і вихователі закладів дошкільної освіти, оскільки майбутній спеціаліст із дошкільного виховання повинен бути не лише здоровим, але й фізично розвиненим, тобто мати гарну фізичну підготовку, вільно володіти як технікою показу фізичних вправ, так і різноманітними засобами і формами організації діяльності дітей у процесі фізичного виховання.

Готовність вихователів до фізичного виховання дітей дошкільного віку – це результат професійної підготовки, інтегроване утворення, що структурують, гуманістична спрямованість на якісну реалізацію завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку, знання, вміння й навички в галузі фізичного виховання, фізична культура особистості, прагнення до розвитку власного творчого потенціалу і постійного професійного вдосконалення в царині фізкультурно-оздоровчої роботи з вихованцями.

Говорячи про підготовку майбутніх фахівців дошкільної освіти, Е. Вільчковський та І. Курок виділяють такі завдання: виховання любові до своєї майбутньої професії; розвиток самостійного мислення; прагнення до підвищення знань, умінь і навиків; пошуку творчого рішення завдань фізичного розвитку дошкільників; виховання відповідального ставлення до життя і здоров'я дітей [1].

Найбільш вагомими умовами, що забезпечують успішність формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутнього вчителя дошкільної освіти як професіонала є:

1) урахування індивідуальних професійних інтересів, уподобань, потреб і можливостей студентів;

2) підвищення мотивації навчальної діяльності студентів, орієнтація на особистісно-орієнтовану модель навчання;

3) забезпечення активного і свідомого ставлення студентів до опанування знаннями в галузі фізичного виховання дітей дошкільного віку і їх трансформацію на рівень фахових умінь і навичок;

4) доцільний добір інтерактивних технологій навчання, диференціації завдань з урахуванням індивідуальних особливостей та інтересів студентів;

5) розробка спецкурсів, спецсеминарів, спеціальних вправ і завдань до нормативних дисциплін, що акцентують увагу на фізичному вихованні дітей дошкільного віку та впровадження їх у процес фахової підготовки вихователя;

6) організація наукових досліджень з проблем фізичного виховання дітей дошкільного віку в сучасних умовах на рівні курсових, дипломних робіт;

7) доцільне включення завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку до програми педагогічних практик;

8) проведення лабораторних занять на базі дошкільних закладів [2].

Кожен педагог до своєї праці повинен підходити творчо й відповідати тим високим вимогам, які ставить перед ним суспільство. Так, В. Любашина вважає, що творчі педагоги у своїй роботі з дітьми дошкільного віку повинні використовувати різні цікаві і ефективні форми нетрадиційного фізичного

виховання. До них науковець відносить: заняття дітей у спортивних клубах і секціях; плавання у басейні, ігри з водою й на воді; корегуюча гімнастика; лікувальна фізична культура; аеробіка і джоггінг для дітей 1-ї групи здоров'я; стретчинг (спеціальні вправи, що сприяють безболісному розтягуванню м'язів і формуванню гнучкості); елементи хореографії; вправи з використанням технічних засобів; точковий і щітковий масаж; заняття на стежці здоров'я; ходьба босоніж по морській солі, каштанам, гравію, гумовим килимкам, ребристим дошкам; фізкультурні свята і розваги на різну тематику; домашні завдання, які включають різні фізичні й гігієнічні вправи, загартовуючі процедури [4, с. 228 – 229].

Отже, важливим напрямком удосконалення професійної підготовки майбутніх вчителів дошкільної освіти до здійснення фізкультурно-оздоровчої роботи і закладі дошкільної освіти є оволодіння студентами професійними знаннями, вміннями і навичками організації оптимальної рухової активності дітей дошкільного віку, використання цікавих та нетрадиційних форм фізичного виховання.

Література:

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : [навч. посіб.] ; 2-ге вид., перероб. та доп. / Е.С. Вільчковський., І. О. Курок. – Суми : Університетська книга, 2008. – 428 с.

2. Загородня Л., Барсуковська Л. Формування Фізкультурно-оздоровчої компетентності у майбутніх вихователів дошкільного закладу як складової їх позитивного професійного іміджу / Психолого-педагогічні проблеми сільської школи. Випуск 47, 2013.

3. Коваленко Ю. О. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання дітей дошкільного віку у вищих навчальних закладах : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Коваленко Юлія Олексіївна. – Запоріжжя, 2008. – 248 с.

4. Любашина В. Осуществление подготовки будущих воспитателей к процессу физического воспитания и развития детей в условиях дошкольного

учреждения / В. Любашина // Педагогіка вищої та середньої школи. – 2013. – Вип. 38 – С. 226 – 230.

5. Юрчук О. І. Особливості професійної підготовки студентів дошкільників до здійснення рухового режиму дітей дошкільного віку / Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна», №11/2015

УДК: 379.8

Вожжов Ілля Анатолійович,

*викладач циклової комісії
фізичного виховання і методик
Комунальний Вищий Навчальний
Заклад «Уманський гуманітарно-
педагогічний коледж ім.
Т. Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)*

ГРА В ФУТБОЛ ВАЖЛИВИЙ АСПЕКТ РОЗВИТКУ ЗДОРОВОГО МАЛЮКА

В епоху панування комп'ютерів та під дією різних чинників у дошкільному віці діти відчувають нестачу рухової активності, у зв'язку з чим медичні обстеження виявляють у більшості дітей діагнози з порушеннями серцево-судинної, дихальної та опорно-рухової системи і ця небезпека особливо велика для дітей.

Тому, для уникнення цих проблем надзвичайно важливо знайти для дитини спортивне хобі ще в дошкільному віці – це гарантія того, що дитина буде отримувати фізичне навантаження з ранніх років життя.

За свідченням багатьох авторів, період дошкільного дитинства – відповідальний етап у забезпеченні належного фізичного та морального здоров'я людини й найкращі умови для цього створюються в процесі фізичного виховання особистості, що є важливим компонентом підготовки дитини до активного життя та освітньої діяльності. Дослідниками встановлено, що

найбільша результативність процесу дошкільної освіти досягається в тому випадку, якщо добовий обсяг організованої рухової активності дитини становить від 30 до 40 % загального часу. Однак відомо, що потреба дітей у руховій активності під час їх перебування в дошкільних навчальних закладах задовольняється лише на 45–50 % [3]. Тому особливої популярності набувають клубні об'єднання, де заняття організуються й проводяться з урахуванням інтересу дітей та батьків до конкретних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, забезпеченням можливості емоційного, творчого самовираження, нервово-психічної розрядки, отримання дітьми задоволення від занять, розумної організації дозвілля, розваги, комунікативної компетентності в рамках неформального спілкування [1].

«Гра – один із видів діяльності людини, вид діяльності дітей, який виник історично, полягає у відтворенні дій дорослих і відносин між ними. Один із засобів фізичного, розумового і морального виховання. На всіх етапах розвитку особистості гра сприймається як цікаве, яскраве, необхідне для її життєдіяльності заняття. І чим старша дитина, тим більше вона відчуває розвиваючи і виховуючи значення гри» [2, С. 215].

Вивчення науково-методичної літератури, профілактичні та корекційні заходи показали, що розвиток рухової функції дитини проходить у специфічній, властивій їй ігровій діяльності, активізуючи пізнавальну та рухову активність. Знайомство з навколишнім світом, розвиток уяви і фантазії, а також комунікаційних навичок – все це проявляється під час дитячих спортивних ігор. Для розвитку дитини гра є найважливішою, оскільки вона сприяє когнітивному, фізичному, соціальному та емоційному благополуччю дітей. Спортивні ігри не тільки зміцнюють імунітет і прищеплюють любов до спорту і здорового способу життя, вони також розвивають вміння володіти своїм тілом. Найбільш продуктивною на дошкільному етапі стане гра в футбол. Футбол є одним із популярних видів рухової активності у дітей.

Гра в футбол не тільки зміцнює здоров'я і розвиває організм дитини, але і є засобом виховання характеру, впливу на поведінку дітей, оскільки під час гри в

футбол дитина навчається підкоряти свої інтереси інтересам колективу, спільними зусиллями досягати поставленої мети, правильно формувати свідомість дитини. Діти стають товариськими, дисциплінованими, вчать правильно оцінювати свої сили, відчувати себе часткою колективу. Цей вид спорту є актуальним як для хлопчиків, так і для дівчаток, адже в структуру заняття входять не тільки безпосередньо тренування, але і розвиваючі заняття для дітей, спрямовані на розвиток самоконтролю, впевненості в собі і здібностей працювати в команді [4].

Під час гри в футбол малюк може навчитись:

- взаємодіяти з однолітками і навчитися спілкуватися з іншими дітьми;
- слідувати правилам, дисциплінованості, відповідальності;
- уважності, концентрації і аналізу, управлінню своїми емоціями, за допомогою їх контролю, вмінню прораховувати свій наступний крок, плануванню.

Футбол це командна гра і в процесі гри дитина вчиться робити висновки, передбачати взаємозв'язки явищ і процесів. Командні ігри розвивають необхідні соціальні навички, дитина вчиться співпрацювати, відстоювати свою точку зору, вирішувати конфліктні ситуації (нехай часом і за допомогою дорослих).

Гра в футбол – це дуже важливий аспект розвитку здорового фізично та емоційно малюка. Адже вона не тільки допомагає виявити деякі позитивні сторони дитини і розвинути їх, але й виявити емоційні проблеми: страх, замкнутість, агресію.

Таким чином можна сказати що футбол не тільки поліпшує стан здоров'я, це є – панацея від багатьох хвороб.

Література:

1. Андреева, О. Концептуальні та прикладні аспекти технологізації проектувальної діяльності в сфері фізичної рекреації / О. Андреева // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. 2013. № 1. С. 35–39.
2. Карпенчук, С. Г. Теорія і методика виховання: Навч. посібник. – К.: Вища шк., 1997. – 304 с.

3. Лахно, О. Г. Інноваційні технології розвитку психомоторних здібностей у фізичному вихованні дітей 2-го–5-го років життя : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту / О. Г. Лахно. Київ, 2013. – 301 с.
4. Чередніченко, П. П. Фізична реабілітація хлопчиків старшого дошкільного віку з плоскостопістю в умовах спортивно-ігрового центру : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту / П. П. Чередніченко, Київ, 2017, 279 с.

УДК 373. 2. 017 : 796.323] (06)

*Гарбар Світлана Володимирівна,
викладач кафедри дошкільної освіти
Уманського державного педагогічного
університету імені Павла Тичини
(м. Умань, Україна)*

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ЗАНЯТЬ ІЗ НАВЧАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ ГРИ В БАСКЕТБОЛ

Найбільш ефективною формою навчання дітей елементів гри в баскетбол у нашій дослідно-експериментальній роботі виявилися спеціально організовані заняття на спортивному майданчику закладу дошкільної освіти під час прогулянок. Навчання елементів гри в баскетбол ми включали до змісту основної частини занять із фізичної культури. Їхню структуру ми будували відповідно до загальних принципів фізкультурного заняття, а до змісту включали лише вправи з м'ячем. Такі заняття у сприятливу пору року ми проводили 1-2 рази на тиждень (у першу половину дня). При цьому групу дітей ми розподіляли на дві підгрупи. Із однією підгрупою заняття проводив фізінструктор, а з другою – вихователь.

Кожне таке заняття проводилося із врахуванням вікових особливостей, фізичних можливостей та наявних рухових умінь і навичок у дітей. Ми намагалися, щоб заняття були емоційно насиченими, цікавими та сприяли різнобічному розвитку особистості дитини. Заняття з навчання елементів баскетболу ми спрямовували на загальне зміцнення здоров'я дітей, поліпшення

їхньої загальної фізичної підготовленості, задоволення потреби у рухах. За формою ми намагалися наблизити такі заняття до фізкультурних розваг.

Заняття ми будували із врахуванням поступового зростання, а потім зниження фізичного навантаження, чим і був обумовлений зміст вправ та ігор із м'ячем, послідовність їх розподілу, а також педагогічні технології цілеспрямованого навчання. Всі дії з м'ячем, що виконувалися на місці, наприклад, передача м'яча, ведення на місці навколо себе, кидок у котик із місця, навіть при тривалому виконанні (7-8 хв.) збільшували навантаження в незначній мірі, приблизно в межах 20-40% від початкового рівня. Виконання цих дій у русі, у поєднанні з бігом за такої ж самої тривалості підвищували навантаження від 50 до 90%. Збільшували фізичне навантаження і рухливі ігри, де часто використовувався біг, підстрибування та ведення м'яча.

Добираючи зміст занять ми враховували те, щоб вони були різноваріантними і цікавими для дітей, сприяли забезпеченню нормального розподілу фізичного навантаження на організм дитини. Тривалість таких занять коливалася в межах 15-20 хв. Структура заняття була типовою. Тобто, заняття складалося із трьох частин: підготовчої, основної та заключної.

Основною метою підготовчої частини таких занять ми визначали підготовку дітей до виконання наступного навантаження, а також формування навичок дій з м'ячем. У зв'язку з цим у підготовчу частину (тривалість 7-8 хв.) ми добирали 1-2 вправи з м'ячем, найчастіше ігрового характеру. Зазвичай ці рухи були схожими за своєю структурою з основними рухами ігор, які включалися до основної частини. Це давало дітям можливість оволодіти навичками дій з м'ячем у більш стабільних умовах.

Основна частина занять із навчання елементів гри у баскетбол тривала від 12 до 15 хв. До її змісту ми включали рухливі ігри, вправи з елементами змагання. Це забезпечувало високу рухову активність дітей. У цій частині заняття ми намагалися формувати у дітей навички рухових дій з м'ячем, а також уміння застосовувати їх в ігрових ситуаціях.

У заключній частині (тривалість 5-7 хв.) ми проводили такі ігри та ігрові вправи, які сприяли приведенню організму дитини до відносно спокійного стану, зберігаючи при цьому бадьорий настрій. Із цією метою до змісту заключної частини ми вводили малорухливі ігри та ігрові вправи як з м'ячами, так і без них.

Заняття по навчанню дітей елементів гри в баскетбол ми проводили разом з усіма дітьми (по підгрупах) 1-2 рази на тиждень. Тривалість їх у першій групі була 20-25 хв., а з шестирічками – 30-35 хв. Такі заняття, звичайно, краще планувати в теплу пору року – весною, влітку та восени замість рухливої гри під час першої прогулянки та проводити у сприятливу погоду на відкритому майданчику (на повітрі). При цьому ми намагалися відповідно до сезонних погодних умов комплексно використати загартовувальні процедури: повітря і сонце. У жарку погоду заняття в баскетбол ми закінчували водними процедурами.

Література:

4. Адашкявичене Э. Й. Баскетбол для дошкольников / Э. Й. Адашкявичене. – М.: Просвещение, 1983. – 76с.
5. Дмитренко Т.І. Спортивні вправи і розваги для дітей дошкільного віку. / Т. І. Дмитренко. – К.: Рад. школа, 1983. – 112 с.
6. Поліщук О.В. Формування професійної компетентності майбутніх педагогів із фізичного виховання дошкільників: навчально-методичний посібник / Олена Поліщук. – Вид. 2-е, перер. та доп. – Умань : ВПЦ «Візаві», – 2018. – 142 с.

УДК: 796:373.2

Давидова Марина Олександрівна
*доцент кафедри теорії і технологій
дошкільної освіти та мистецьких
дисциплін
ХНПУ імені Г.С. Сковороди.
(м. Харків, Україна)*

**ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ
КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ
ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

Сьогодні в Україні на різних рівнях усе частіше обговорюється питання здоров'я дітей. Сучасні діти потребують індивідуального підходу у фізичному вихованні й оздоровчо-профілактичній роботі. Змінити цю ситуацію можуть дошкільні заклади, адже саме в них діти проводять більшу частину свого часу під керівництвом дипломованих фахівців. Отже, стає очевидним, що важливою складовою іміджу сучасної дошкільної установи є турбота про збереження й зміцнення здоров'я вихованців, створення умов для їх повноцінного фізичного, психічного, інтелектуального розвитку. Фізкультурно-оздоровча компетентність вихователя є ядром його готовності до здійснення завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку. Дослідження останніх років присвячені проблемі підготовки вихователів ЗДО до фізичного виховання дітей дошкільного віку належать О. Богініч, Н. Денисенко, Ю. Коваленко, Н. Левінець, С. Петренко, О. Шовкопляс та іншим. Процес формування фізкультурно-оздоровчої компетентності у майбутніх вихователів дошкільних закладів здійснюється в три етапи: 1-й – підготовчий, 2-й – нормативний, 3-й – проектувальний. На кожному етапі застосовуються різноманітні типи занять з відповідною метою і завданнями та адекватними їм методами.

Так, на *підготовчому етапі*, що припадає на перший курс навчання в університеті, визначається смислоутворювальний зміст навчальної діяльності майбутніх вихователів, що полягає у формуванні в них цілей як бажаних установок на оволодіння системою знань і практичних умінь у галузі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Змістом діяльності викладача на цьому етапі є подача інформації, трансляція власних знань, формування мотивації. Студенти на цьому етапі, у свою чергу, отримують цілісне уявлення про майбутню професію, виявляють позитивне зацікавлення до оволодіння знаннями і вміннями в організації і проведенні фізкультурно-оздоровчої роботи в закладі дошкільної освіти.

Метою *нормативного етапу* є забезпечення сприйняття й усвідомлення студентами загальної мети та завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку на сучасному етапі розвитку освіти, зокрема засвоєння теоретичних знань і

вироблення фахово-методичних умінь вирішувати завдання фізкультурно-оздоровчої роботи за готовими, демонстрованими викладачами зразками. На цьому етапі викладач допомагає у засвоєнні знань, указує на помилки, виправляє їх або ж створює ситуації, в яких майбутній вихователь міг би сам побачити неточності й слабкі місця у власній фаховій підготовці. Цей етап спрямований на оволодіння практичними вміннями, які необхідні вихователю для фізичного виховання дітей дошкільного віку: навички виконання основних рухів, методи і прийоми навчання дітей рухових дій, розвитку фізичних якостей, вміння доцільно обирати зміст рухової діяльності дітей у різних формах роботи; організація і керівництво фізкультурно-оздоровчою діяльністю дошкільників різних вікових груп.

На *проектувальному етапі* здійснюється своєрідне «занурення» студента в процес фахової підготовки до вирішення завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку, що характеризується високим рівнем вияву активності та самостійності у процесі практичного використання набутих знань і вмінь, розширенням сфери пошукової діяльності, глибоким розумінням студентами змісту фізкультурно-оздоровчої роботи в ЗДО, ролі родини у цьому процесі. На цьому етапі разом із оволодінням загальними навичками майбутньої професійної діяльності відбувається набуття творчих умінь, умінь здійснювати наукові дослідження в галузі фізичного виховання дошкільників.

Отже, готовність вихователів до фізичного виховання дітей дошкільного віку – це результат професійної підготовки, інтегроване утворення, що структурують гуманістичну спрямованість на якісну реалізацію завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку, знання, вміння й навички в галузі фізичного виховання, фізичну культуру особистості, прагнення до розвитку власного творчого потенціалу і постійного професійного вдосконалення фізкультурно-оздоровчої роботи з вихованцями. Аналіз вищевказаних праць дозволяє нам розглядати компетентність як цілісне багатofакторне утворення, яке містить у собі аспекти особистісного, гносеологічного, діяльнісно-творчого, комунікативного, прогностичного характеру. З огляду на це формування

фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутнього вихователя має бути спрямоване на оволодіння ним базовими і міжгалузевими знаннями, психолого-педагогічними, фахово-методичними, спеціальними і творчими вміннями, виховання ціннісних орієнтацій фахівця, мотивів педагогічної діяльності, загальної особистісної культури, здатності до розвитку власного творчого потенціалу фізичного виховання дошкільнят.

Література:

1. Коваленко Ю.О. Проблема підвищення ефективності фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільних навчальних закладах / Ю. О. Коваленко // Неперервна професійна освіта: теорія і практика: зб. наук. праць. – К. : ІППО АПН України, 2008. – Вип. 1–2. – С. 108–114.

2. Ковальова О.О. Психологічні особливості формування основ професійного іміджу у майбутніх педагогів : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Ковальова О. О. – Одеса, 2007. – 340 с.

3. Левінець Н.В. Формування професійної готовності майбутніх вихователів до здійснення фізичного виховання дошкільників на засадах народних традицій : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Н.В. Левінець. – К., 2007. – 20 с.

УДК: 796:373.2

Галкіна Світлана Володимирівна
студентка 3 курсу 32 групи
факультету дошкільної освіти
Харківського національного
педагогічного університету імені
Г.С. Сковороди
Науковий керівник: **Давидова М.О.**
доцент кафедри теорії і технологій
дошкільної освіти та мистецьких
дисциплін
ХНПУ імені Г.С. Сковороди.
(м. Харків, Україна)

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У ПРАКТИЦІ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Одне із основних завдань закладів дошкільної освіти – фізичне виховання та розвиток дітей дошкільного віку. З урахуванням ігрової діяльності, як провідної у дошкільному віці, в практиці фізичного виховання дітей необхідно активно використовувати ігрову діяльність, а саме спортивні ігри. Використання спортивних ігор повинне бути розвивальним, раціонально організованим, домірно насиченим і не лише служити фоном для епізодичних рухових дій, а й бути стимулом, спонуканням для розгортання та активізації дитячої рухової діяльності (організованої педагогом та самостійної), оздоровлення та загального фізичного розвитку дітей дошкільного віку. У дошкільній педагогіці гра розглядається як історично сформоване соціальне явище, особливий вид діяльності дитини, де творчо, прямо або опосередковано відбиваються явища навколишньої дійсності. Ігри, в яких яскраво виявлена роль рухів, мають загальне умовне найменування "спортивних ігор". Спортивні ігри різняться складною та точною технікою, в якій проявляються високі фізичні можливості спортсменів, чого немає в дітей дошкільного віку. Дані досліджень Е. Адашкявичене, Е. Вільчковський, М. Голощокіна, Н. Денисенко, О. Курок, Т. Осокіна, Ю. Портних, а також практика свідчать про те, що інтерес до спортивних ігор у дітей виникає дуже рано. Діти старшого дошкільного віку вже опановують елементи ігор спортивного характеру: бадмінтон, настільний теніс, баскетбол, хокей, футбол. Таке раннє проявлення інтересу до спортивних ігор дозволяє розпочати систематичне навчання дітей раніше, ніж іншим видам фізичних вправ. Ігри спортивного характеру розглядаються як найбільш високий ступінь рухливих ігор. Наявність сильних емоцій споріднює їх із рухливими іграми, але в той же час між ними існує велика різниця. Характерною рисою рухливих ігор є різноманітність і свобода застосування ігрових дій. Правила в рухливій грі визначаються в основному її структурою, а не точністю рухових

дій. Ігри є одним із важливих засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку. Вони сприяють формуванню та вдосконаленню життєво необхідних рухів, всебічному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я дитини, вихованню позитивних моральних і волевих якостей. Правильно підібрані спортивні ігри активно впливають на розвиток організму дошкільників. Різноманітні рухи та ігрові дії дітей під час гри, при вмілому керівництві ними, позитивно впливають на серцево-судинну, дихальну та інші системи організму, збуджують апетит і сприяють міцному сну. Спортивні ігри задовольняють потребу ростучого організму дитини в русі, сприяють збагаченню її рухового досвіду. За допомогою ігор у дошкільнят закріплюються та вдосконалюються різноманітні вміння і навички з основних рухів (ходьби, бігу, стрибків, рівноваги та ін.). Швидка зміна обставин під час гри привчає дитину користуватися своїми рухами відповідно до тієї або іншої ситуації. Все це позитивно впливає на вдосконалення рухових навичок. Цінність рухливих ігор полягає також у тому, що вони сприяють розвитку у дітей таких важливих фізичних якостей, як швидкість, спритність, витривалість тощо. У процесі навчання техніки рухів важливим є використання ігрових форм. За допомогою ігрових форм у дітей добре розвивається здатність до технічно правильного виконання рухів при тактично доцільному їхньому використанні.

Таким чином, при організації фізкультурних занять перевага надається ігровій формі організації та використанню спортивних ігор. Така робота проводиться в процесі всієї життєдіяльності дітей у закладі дошкільної освіти. Перш за все до умов використання спортивних ігор як засобу фізичного виховання дошкільників, відносять створення предметно-спортивного середовища – це обладнання спортивних майданчиків та оснащення кожної спортивної гри інвентарем: кеглі, городки, ракетки, м'ячі тощо. Наступною умовою є підготовка організму дитини до участі в грі спортивного характеру. Тому в закладі дошкільної освіти необхідно частіше проводити такі ігри, які дадуть дітям можливість швидше оволодіти спортивною технікою.

Отже, до найбільш актуальних завдань щодо навчання дітей спортивних ігор відносять: виховання фізичних та морально-вольових якостей: гнучкості, витривалості, спритності, активності, сміливості, рішучості, дисциплінованості; зміцнення здоров'я та досягнення фізичної підготовленості; виховання ціннісного ставлення до систематичних занять фізичною культурою; формування знань про рухи та їхню роль у розвитку дитини, рухових умінь і навичок в іграх спортивного характеру.

Література:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри: [навч.-метод. посіб.] / Ольга Богініч. – Київ: Шк. світ, 2007. – 120 с.
2. Ведмеденко Б.Ф. Виховне значення фізкультури і спорту. Київ «Знання», 1986.- С. 50.
3. Дидактичні ігри з м'ячами: навч. посіб. / авт. кол.: Приступа Є.Н., Петришин Ю.В., Виноградський Б.А., Петрина Р.Л., Пасічник В. М. – Львів: ЛДУФК, 2014. – 206 с. – ISBN 978–966–2328–61–5.
4. Шиян Б.М.. Теорія і методика фізичного виховання дошкільників. Частина 2, Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006.-С 248.

УДК: 796.011.3

Зброй Валентина Володимирівна,
викладач вищої кваліфікаційної категорії,
викладач-методист
Комунальний вищий навчальний заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т.Г.Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ВПРОВАДЖЕННЯ ІНТЕГРОВАНО-РОЗВИВАЛЬНИХ М'ЯЧІВ У ПРОЦЕС ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

На сьогодні дошкільна освіта регулюється відповідними законодавчими документами – Законом України «Про дошкільну освіту», Базовим компонентом

дошкільної освіти в Україні, державною програмою виховання і навчання дітей від 2 до 7 років «ДИТИНА» і програмою розвитку «Впевнений старт», які спрямовані на вирішення завдання гармонійного розвитку дитини. У обох програмах наголошується про творчий підхід до вибору методів і прийомів освітньої діяльності, у тому числі і фізкультурно-оздоровчої, для адаптації старших дошкільнят до навчальної діяльності в школі [1, С. 3]. У зв'язку з цим, інтегрований підхід є умовою наукової організації навчально-виховного процесу як цілеспрямованої системи, яка виступає як засіб комплексного підходу до навчання й посилення його єдності з вихованням, для одержання якісно нового результату освіти.

Дошкільний вік – це період, коли відбуваються найінтенсивніші процеси росту і розвитку організму, формування особистості дитини. Саме в цьому віці закладаються основи майбутнього стану здоров'я, фізичної підготовленості, розумової діяльності, які дуже необхідні для всебічного гармонійного розвитку дитини [1]. Структура, зміст і методика проведення занять, що традиційно склалися в системі фізичного виховання, орієнтовані переважно на розвиток рухових навичок дітей і не враховують повною мірою можливостей рухової діяльності в процесі формування пізнавальних процесів, творчих здібностей, що є не використаним резервом підвищення індивідуальності дитини [3].

Відомо, що в усіх дошкільних навчальних закладах процес фізичного виховання є обов'язковою складовою навчально-виховного процесу дітей. Одне з головних завдань дошкільного закладу – створити найсприятливіші умови для гармонійного розвитку дітей. Завданням сучасної педагогіки є пошук і створення методик, що гармонійно впливають на всі сфери розвитку дитини, не поділяючи складний і єдиний, цілісний процес на окремі, практично не зв'язані між собою компоненти [4].

Як показує практика, у дошкільних закладах освіти України недостатньо використовуються інноваційні методики, альтернативні програми з нетрадиційними підходами, щодо удосконалення процесу фізичного виховання, спрямованого на поєднаний розвиток рухової і розумової сфери дітей, що

істотно збагатить навчально-виховний процес. Саме інтегровані фізкультурні заняття створюють єдине педагогічне середовище, яке має синергетичний ефект, – ефективність комплексного впливу значно перевищує сумарну ефективність тих самих засобів у випадку їх окремого застосування.

Для поєднаного розвитку доцільним є застосування спеціального приладдя та інвентарю, оскільки в дошкільному віці спостерігається інтенсивний розвиток освоєння навколишнього світу, прагнення взаємодіяти з різними предметами. Але технічні розробки, які пропонуються дітям, направлені на розвиток фізичних якостей або розумових здібностей без їх інтеграції, крім того, практично не застосовують елементи різних видів спорту[3]. Повноцінному вирішенню оздоровчих, освітніх і виховних завдань сприятиме використання інтегровано-розвивальних м'ячів в процесі занять. Питання використання інтегровано-розвивальних м'ячів у фізичному вихованні не було предметом наукових досліджень. У методичній літературі зустрічаються лише дані використання «освітніх» м'ячів у практиці фізичного виховання загальноосвітніх шкіл Польщі [4].

Широке їх використання у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку буде сильним заохоченням до навчання. Пізнаючи ігри, забави, різноманітні вправи і естафети з інтегровано-розвивальними м'ячами, діти охоче і з радістю будуть свідомо ініціювати і свідомо брати в них участь. Вправи з м'ячем – це в першу чергу предметні дії. Роль предметних дій в розвитку здібності управління рухами досить суттєва. На думку С. Л. Рубінштейна, для таких дій, які націлені на певний предмет, потребується оволодіння рухом, точність і координація різноманітних його компонентів, які необхідні для такої дії, в процесі якої вони і виробляються. Основна мета інтегрованих фізкультурних занять з використанням інтегровано-розвивальних м'ячів – це сприяння всебічному гармонійному розвитку дитини. Відповідно до мети інтегровані фізкультурні заняття спрямовані на вирішення пріоритетних завдань: збереження та зміцнення здоров'я; розширення рухового досвіду, удосконалення навичок з основних рухів; розвиток фізичних якостей; розвиток розумових

здібностей; розвиток творчих здібностей, моральних цінностей, вольових якостей, естетичної культури [6].

Що це за набір інтегрально-розвивальних м'ячів? Вони представлені в широкій кольоровій гамі (7 кольорів), що відповідає кольорам веселки (червоні, жовті, зелені, сині, голубі, рожеві, оранжеві), кількістю 100 м'ячів. На м'ячах з обох боків зображено літери українського алфавіту; цифри від 1 до 10; знаки – крапка, кома, знак питання, знак оклику, мінус, плюс, більше, менше, дорівнює, зірочка, стрілка; геометричні фігури – коло, квадрат, трикутник, прямокутник, овал, ромб, п'ятикутник, багатогранник; літери англійської абетки; веселі зображення (смайлики). Інтегрально-розвивальні м'ячі відповідають таким вимогам: відповідність віку дітей (діаметр – 20 см, вага – 100–130 г, допустимий тиск, відскок м'яча); доступність для сприйняття дитини; кількість м'ячів розрахована з умовою активної участі всіх дітей у процесі занять; варіативність застосування; стимулювання дитини до активної дії; можливість вирішення розвивальних завдань виховного процесу.

Відомо, що «предмет формує поняття», тому практичні дії з інтегрально-розвивальними м'ячами мають велике розвивальне значення.

За рахунок використання інтегрально-розвивальних м'ячів у процесі фізичного виховання можна вирішувати завдання з різних розділів навчальної програми, а саме: формування і вдосконалення знань з математики, читання, мови, природознавства, основ здоров'я, історії, географії, англійської мови та ін.

Для ефективного використання дій з інтегрально-розвивальними м'ячами як складової частини рухової діяльності дітей старшого дошкільного і молодшого шкільного віку необхідне знання змісту і структури доступних дітям прийомів, способів володіння м'ячем і особливостей їх формування. Ігрові форми рухової активності з інтегрально-розвивальними м'ячами мають особливе значення – діти вдосконалюють знання й

уміння не тільки рухів, але і знань, оскільки є шанс на поєднання з гуманітарними, математичними знаннями, тобто заміну абстракції

Рухові дії з інтегрально-розвивальними м'ячами потребують відповідних розумових дій дитини – аналізу ситуації, прийняття рішення, концентрації уваги. Ігри з м'ячами створюють умови для кращого пізнання дітьми себе і людей, розвивають їхнє уміння співпраці і взаємодії з друзями. Організовані логічні рухливі ігри, вправи й естафети для розвитку уваги, пам'яті, уваги, сприйняття й мислення сприяють всебічному, гармонійному розвитку дітей, допомагають виробити необхідні в житті й навчанні корисні навички та якості. Ось декілька прикладів ігор з інтегрально-розвивальними м'ячами в поєднанні з логіко-математичним розвитком.

«Виклик номерів»

Усіх гравців об'єднують у дві команди, які стають у колону по одному за загальною лінією старту. У кожній команді дитина тримає інтегрально-розвивальний м'яч із цифрою. Потім учитель називає будь-яку цифру в довільному порядку. Гравці, в яких є м'яч із названою цифрою, біжать до прапорця й підкидають м'яч угору, оббігають його, назад повертаються способом – біг із високо піднятими колінами. Команда гравця, що першою виконає рухову дію, отримує очко. Перемагає та команда, яка набере більшу кількість очок. Розвиток швидкості, спритності, уваги. Удосконалення рухових умінь і навичок.

«Розпізнання цифр»

Діти стоять у колі, кожен тримає інтегрально-розвивальний м'яч із цифрою. За сигналом учителя діти розбігаються і бавляться з м'ячем у довільній формі. За сигналом діти збираються в коло і вчитель виголошує цифру (наприклад, 4). Дитина, в якої м'яч з цією цифрою, виконує чотири удари м'ячем в землю. Після цього називає наступну довільну цифру (наприклад, 7).

Діти виконують стільки ударів у землю м'ячем, скільки вказує цифра, зображена на м'ячі. Перемагають ті діти, які не допустили помилок.

«Естафета «Баскетбольна»

Сформовано дві команди дітей. Одна команда розташована на одній половині майданчика, інша – на другій. У всіх гравців інтегрально-розвивальні м'ячі з цифрами. За сигналом перші гравці, затиснувши м'яч між колінами, рухаються до баскетбольного щита. Коли дитина добіжить до щита, то має зробити таку кількість кидків у кошик, яка відповідає цифрі на м'ячі. Кількість влучних кидків підраховує суддя. Назад до своєї команди гравець повертається бігом із веденням м'яча і передає естафету наступному гравцеві .

Комплект м'ячів із цифрами в обох команд однаковий. Перемагає команда, яка швидше закінчить естафету і зробить більшу кількість влучних кидків.

Таким чином, у світлі вимог до сучасної освіти одним із найголовніших завдань є формування системи навчання, яка передбачає інтегрований освітній, оздоровчий, загально-виховний ефект, що є запорукою оптимального фізичного й розумового розвитку. Застосування нових, адаптованих для занять з дітьми старшого дошкільного віку спортивних ігор має значний позитивний вплив на показники їхньої фізичної підготовленості (фізичних здібностей).

Узагальнюючи викладене, можна констатувати, що розвиток рухової активності й пізнавальної діяльності необхідно вирішувати як одне завдання.

Такий підхід дозволить надати заняттю з фізичного виховання ознак найпрогресивнішої форми – інтерактивної, що особливо важливо саме для дітей старшого дошкільного віку. Причому інтелектуальна складова процесу тут виступає не як фактор, що пригнічує рухову активність, а як дієвий активатор, що стимулює і заохочує дітей до руху.

Література:

1. Дидактичні ігри з м'ячами: навч. посіб. / Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Пасічник В. М. — Л. : ЛДУФК, 2014. — 206 с. — [ISBN 978-966-2328-61-5](#).

2. Інтеграція пізнавальної та рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. О. Фролова, М. І. Горбенко. – К. : Оріяни, 2001. – 152 с.
3. Макущенко І. В. Оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри як ефективний метод інтеграції інтелектуальних і рухових процесів // Ігровий метод у фізичному вихованні оздоровчої і реабілітаційної спрямованості : практич. посіб. / І. В. Макущенко, Т. М. Пристинська; за заг. ред. В. М. Пристинського. – Донецьк : ДОНІЗТ, 2006. – С. 50-53
4. Методика використання інтегрально-розвивальних м'ячів у інтелектуальному і фізичному розвитку дітей : / Приступа Є. Н., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Петришин Ю. В., Окопний А. М., Пасічник В. М. –12.04.2011.

УДК: 372.21

Вітвіцька Оксана,

студентка 304 – П групи

Науковий керівник – **Карасевич М. П.**

викладач циклової комісії

фізичного виховання і методик

Комунальний Вищий Навчальний Заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т. Г. Шевченка»

(м. Умань, Україна)

ФОРМИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ У НАРОДНІЙ ПЕДАГОГІЦІ

Одним із головних завдань фізичного виховання є забезпечення розвитку фізичних якостей людини та її основних рухових здібностей; удосконалення тілобудови, зміцнення здоров'я, досягнення високого рівня працездатності, сприяння вихованню особистості. Умовно такі завдання можна поділити на освітні, оздоровчі та виховні; всі вони зводяться до свідомого розвитку рухових якостей від формування теоретичних знань, рухових вмінь і навичок до виховання морально-вольових якостей людини.

Звернемось до історії минулого нашого народу, який упродовж багатьох століть творив своє духовне середовище із власними своєрідними обрядами, ритуалами, іграми [2]. Наш народ своїм багатовіковим досвідом відібрав найефективніші засоби гармонійного виховання підрастаючого покоління, чільне місце серед яких посідають народні рухливі ігри. Діапазон їх дуже великий як в осінньо-зимовий, так і в весняно-літній період: стрільба з луку, гра в сніжки, катання з гірок, плавання. Саме у грі вправи активізували рухливість, розвивали процеси мислення, викликали позитивні емоції. За багато століть нічого не змінилось: діти залишаються дітьми, а гра є основним видом діяльності в дитячі роки. За її допомогою малеча пізнає світ. Без гри дітям жити нецікаво. В грі перевіряється сила й спритність, виникає бажання фантазувати, відкривати таємниці і прагнути чогось прекрасного.

Час вносить зміни у зміст ігор, створює багато різних варіантів, лише їхня рухлива основа залишається незмінною. Гра включає всі види природних рухів: ходьбу, біг, стрибки, метання, лазіння, вправи із предметами, а тому є незамінним засобом фізичного виховання дітей.

Світ народних ігор дуже різноманітний: рухливі, сюжетні, народні, рольові, спортивні, ігри-естафети, ігри – змагання. «Як дитина бігає і грається, так її здоров'я усміхається», – стверджує народне прислів'я, чим більше дитина рухається, тим краще росте і розвивається.

Великий оздоровчий ефект має проведення ігор на свіжому повітрі незалежно від пори року. Це зміцнює мускулатуру, покращує діяльність дихальної, серцево-судинної системи, збільшує рухливість суглобів і міцність зв'язок, стимулює обмінні процеси, позитивно і впливає на нервову систему, підвищує опірність організму до простудних захворювань [3, С. 58].

Максимальний вплив українських рухових ігор як засобу гармонійного розвитку особистості в початковій ланці залежить від оптимально створених педагогічних умов, їх організації:

- впровадження і застосування українських національних рухливих ігор у системі фізичного виховання молодших школярів;

- забезпечення взаємодії навчальної та позанавчальної діяльності з фізичного виховання.

Українська народна рухлива гра – це своєрідна школа рухів, етики та естетики, уміння приймати раптове й найдоцільніше рішення, це школа фізичного гарту, сили, витривалості, спритності, товариських, людських стосунків.

Граючи в ігри «Влуч у мішень», «Влуч у ціль», «Снайпери», «Мисливці і качки», учні вдосконалюють вміння і навички у метанні малого м'яча; «Вудочка», «Горобці–стрибунці» - у стрибках; в іграх естафетах поряд із розвитком фізичних якостей реалізуються міжпредметні зв'язки. Природний інтерес дітей до всього живого сприяв популярності серед них ігор, персонажами яких є птахи та звірі. Ці ігри, де дії, рух поєднуються з добре розвинутим діалогом, часто відтворюють гострі моменти боротьби сильнішого і слабшого. Серед народних ігрових моментів багато суто рухливих ігор, у яких драматизація поєднується із змагальними елементами - бігання навздогін, наввипередки, пошуком, прориванням кола [5, с. 508]. Українські народні рухливі ігри моделюють багато видів спортивної діяльності, дають простір для розвитку основних природних рухів. Тому є ефективним засобом засвоєння таких розділів програми, як легка атлетика, спортивні ігри, лижі, плавання та інші [4, С. 3].

Існують різні види ігор:

- з елементами ЗРВ: «Мак», «Дрова», «Кіт потягується»;
- з ходьбою: «Гарбуз», «Огірочки», «Дуб чи береза»;
- з бігом: «Гуси», «Жмурки», «Кіт і миша»;
- зі стрибками: «Вовк і кози», «Струмочок», «У річку гоп»;
- з метанням: «Влучний стрілець», «Мисливець і качки», «Перепелиця»;
- з елементами прикладних вправ (лазіння, перелазіння, переповзання: «Дістати сало», «Скелелаз», «Підвісний міст»;
- з рівноваги: «Гайдамаки», «Журавель», «Рак-неборак» [1].

Процес становлення освіти й виховання в Україні створюють умови збереження і розвитку національної культури, зокрема впровадження і застосування українських національних рухливих ігор у системі фізичного виховання молодших школярів. Будучи важливим засобом надбання і передачі соціального досвіду, народні ігри повинні увійти сьогодні у всі сфери виховної роботи, емоційно збагачуючи особистість, викликаючи потребу до творчої діяльності та підвищення фізичної працездатності.

Література:

1. Качула А. В. Українські народні ігри для дітей молодшого шкільного віку. Фізична культура. 2018,
2. Ковтун І. Українські народні ігри у фізичному вихованні».
3. Лугова О. П., Лугова, Т. П. *Наша школа* № 6, 2003. 76 с.
4. Павлушкіна О. Українські народні рухливі ігри. *Палітра педагога*. 2008. № 3. 98 с.
5. Троценко Т. Ю. Вплив народних рухливих ігор на виховання патріотичних почуттів у молодших школярів. *Молодий вчений*. № 2. 2017, 620 с.

УДК

Куцерда Володимир Володимирович,
викладач, кваліфікаційна категорія «Спеціаліст»
КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т.Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У ПРАКТИЦІ РОБОТИ ЗДО

Умовами цілісного розвитку дитини є використання в закладах дошкільної освіти здоров'язбережувальних та здоров'яформуючих технологій, які реалізуються комплексно через створення безпечного розвивального середовища, екологічно сприятливого життєвого простору, повноцінного медичного обслуговування, харчування, оптимізації рухового режиму, системного підходу до формування у дітей ціннісного ставлення до власного

здоров'я; позитивного ставлення до фізкультури і мотивації щодо здорового способу життя, дотримання гармонійних, доброзичливих взаємин між педагогом та вихованцями, самими дітьми.

Фізичне виховання є головним напрямом впровадження фізичної культури і становить органічну частину загального виховання, покликану забезпечувати розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей та професійно-прикладних навичок людини.

Правильна фізична освіта повинна підготувати кожну людину так, щоб вона не боялась жодної роботи, напруження сил, що сприятимуть набуттю фізичної самостійності. Вона повинна сприяти засвоєнню кожною окремою особою тих навичок, які виявляться для неї найкориснішими.

Виховати людину успішно можна тільки відповідними методами, що за привабливістю приховують саме виховання і навчання. Одним з таких методів є ігровий. Ігри виступають як засіб фізичного виховання і як метод організації дитячого колективу.

Через ігрову діяльність дошкільник входить у світ знань, на позитивному емоційному тлі починає вивчати ази науки, оволодіває духовними цінностями. У грі моделюється свого роду мікросуспільство, в рамках якого діти одержують початкову підготовку в галузі суспільної поведінки. Граючись, діти відчують радість від реалізації своїх фізичних і розумових сил, що є невід'ємною умовою розвитку.

Елементи спортивних ігор, за відповідної організації їх проведення, сприятливо впливають на фізичний розвиток і працездатність дитини. Вправи з м'ячами, воланами, ракетками, битками, ключками сприяють розвитку в дітей окоміру, координації, ритмічності, узгодженості рухів. Заняття з використанням елементів спортивних ігор розвивають у дітей такі фізичні якості, як спритність, швидкість, сила, оскільки дитині часто доводиться в ігровій ситуації передавати м'яч партнеру або кидати його в ціль, що розташована на певній відстані. Дитина має й високо стрибати, дістаючи м'яч, або кидати його у високо розташовану ціль, швидко перебігати на інше місце майданчика, щоб встигнути

впіймати м'яч, або протидіяти оволодінню м'ячем суперником тощо. Ігри з елементами спорту сприяють розвитку вміння ловити, тримати, відбивати й кидати предмети, а також розраховувати напрямок кидка, узгоджувати з ним силу, розвивати виразність рухів, орієнтуватися в просторі [3].

Ігрове навчання рухових дій стимулює інтерес дітей до їх виконання; образність розучуваних рухів сприяє усвідомленому засвоєнню техніки виконання, що активізує рухову діяльність та фізичний розвиток дошкільнят. Тобто, застосування елементів спортивних ігор у дошкільному віці закладає у дитини основу для систематичних занять одним з видів спорту у наступні шкільні роки.

Навчання елементів більшості спортивних ігор і вправ спортивного характеру здійснюється на заняттях з фізичної культури, а закріплення – на прогулянках. Тобто, ігрові вправи доцільно використовувати і на етапі розучування рухових дій, і на етапі закріплення та вдосконалення рухових навичок, а рухливу гру - лише на етапі закріплення та вдосконалення рухових навичок. Це пояснюють тим, що в рухливій грі як колективній діяльності, де дії учасників взаємопов'язані, дітей більше цікавлять результати самої гри, а не якість виконання рухової дії. А в ігровій вправі дитина, імітуючи певний ігровий образ, зорієнтована на якість виконання руху (правильність, чіткість, виразність).

Вправи спортивного характеру та ігри з елементами спорту можуть проводитись одночасно з усією групою або кількома дітьми. Визначаючи їх місце в режимі дня, педагог враховує всі фізкультурні заходи та інші види діяльності дітей протягом дня, їх вік, фізичну та рухову підготовленість, стан здоров'я, умови, в яких відбувається навчання даного виду вправ. Усе це потрібно для правильної організації комплексного використання всіх засобів всебічного фізичного розвитку дітей. Доцільно протягом тижня чергувати різні види вправ та ігор спортивного характеру.

У дні занять фізичною культурою вправи спортивного характеру доцільно проводити через 20—30 хвилин після початку прогулянки, після проведення

спостережень за природою, творчих ігор, праці на ділянці. За 10—15 хвилин до закінчення прогулянки бажано припинити виконання спортивних вправ, щоб діти заспокоїлися.

Практика показує, що діти дошкільного віку виявляють інтерес до дій із спортивним інвентарем (серед яких скакалка), катання на санках, ходьби на лижах, їзди на велосипеді, самокаті, спортивних ігор з м'ячами різної величини – баскетбол, футбол, настільний теніс. Вони урізноманітнюють діяльність дітей, збагачують їхній руховий досвід, є формою активного відпочинку та засобом боротьби з малорухливістю. Сприяють вихованню морально-вольових якостей, позитивних рис характеру, злагоджених та дружніх відносин у колективі, формуванню вміння підкорювати власні інтереси інтересам команди, прагнення допомагати товаришу, діяти свідомо, чесно, справедливо.

Література:

1. Вільчковский Е.С. Фізична культура дітей дошкільного віку. - К.: Здоров'я, 2002.
2. Глазиріна Л.Д., Овсянкін В.О. Методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Посібник для педагогів дошкільних закладів. - Харків, 2003.
3. Дмитренко Т. І. Спортивні вправи і розваги для дітей дошкільного віку. - К., 1976.

УДК: 796.011.3

Малахова Олена Григорівна

*Викладач вищої кваліфікаційної
категорії, викладач методики фізичного виховання
КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т. Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)*

КОМПЛЕКСНЕ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Протягом багатьох десятиліть актуальним залишається питання підвищення рухової активності дітей дошкільного віку. У результаті наукових пошуків

дослідники одностайні у твердженні, що ігри з елементами спорту є важливим засобом підвищення рухової активності дітей старшого дошкільного віку. Ігрова форма організації рухової діяльності дітей як стимулятор емоційного насичення формує мотивацію активної участі, забезпечує достатній рівень активності та якість виконання рухових дій. Той факт, що ігри з елементами спорту в основному проводяться на свіжому повітрі, подвоює, а то і потроює оздоровчий вплив на організм дитини. Усе це підкреслює вагомість та доцільність використання ігор з елементами спорту в процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Ураховуючи фундаментальні зміни в системі освіти та системі дошкільної освіти зокрема, процес навчання дітей дошкільного віку ігор з елементами спорту потребує наукового обґрунтування доцільності та оптимальності вибору технологій навчання дошкільників зазначених ігор

Аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми, виокремлення невирішених її частин. Дидактичні основи навчання елементів спортивних ігор у процесі фізичного виховання дошкільників систематизовані в дослідженнях багатьох учених (Е.Й. Адашкявічене, 1992; Е.С. Вільчковського, 2004; Л.М. Волошиної, 2001; Т.І. Дмитренко, 1983; Ю.М. Єрмакової (2010); О.К. Ковалевського, 2005; О.Є. Конох, 2014; О. І. Курка, 2004; Т.І. Осокіної, 1986; В.І. Усакова, 2000; С.Ф. Цвека, 1990 та інших).

Аналіз психолого-педагогічної та спеціальної літератури дозволяє стверджувати, що вибір технології навчання ігор з елементами спорту дітей старшого дошкільного віку насамперед має базуватися на:

- 1) цільових завданнях, які дітям необхідно реалізувати у процесі навчання;
- 2) закономірностях формування рухових уявлень про техніку вправи, яку вивчають;
- 3) оптимальності фізичної підготовленості дітей;
- 4) вікових особливостях дошкільників;
- 5) рухових можливостях дітей;
- 6) руховому досвіді дітей;
- 7) наявності спеціального обладнання та інвентарю.

У спортивній і педагогічній літературі описаний зміст спортивних ігор, проте більшість педагогів зазнають труднощів у вибудовуванні системи навчання дітей тій або іншій грі, спортивній вправі і найчастіше обмежуються тим, що виносять на прогулянку спортивне устаткування і надають дітям повну самостійність в його використанні. Але, не знаючи і не вміючи грати в спортивні ігри, діти грають тільки в ті ігри, яких їх навчили. Щоб бігати, треба бігати, а щоб діти грали в спортивні ігри, треба не тільки розповідати їм про ігри, а й спеціально вчити. Тільки цілеспрямоване, планомірне, не рідше 1-2 раз на тиждень, проведення занять, дасть можливість навчити дітей грати за спрощеними правилами і по-справжньому відчувати азарт спортивної гри та її користь.

Головними чинниками, які перешкоджають ефективній організації фізичного виховання в дошкільному навчальному закладі є: недостатня мотивація до занять фізичною культурою; недостатня кількість годин, відведених на фізичну культуру; кількість і якість методичного забезпечення; неготовність фізкультурних і педагогічних фахівців до впровадження новітніх технологій; недосконала матеріальна база дошкільних закладів. До цього додається обмеженість вільного часу, адже з дітьми старшого дошкільного віку ведеться напружена навчальна діяльність; зайнятість батьків; відсутність необхідних умов, обладнання; перестраховка як працівників ЗДО, так і батьків у зав'язку з можливістю отримання травми під час занять спортивними іграми.

Більшість впроваджених у практику дошкільних навчальних закладів програм фізичного виховання спеціалізовані і побудовані на використанні окремих видів та напрямів підготовки. Як правило, це нетрадиційні оздоровчі системи («ігровий стретчинг», «фідбол», «йога», «ушу» тощо), а також спортивні ігри – хокей, футбол, баскетбол, городки, настільний теніс, бадмінтон. Їх спрощеним варіантом є міні-баскетбол, міні-гандбол і міні-футзал, що найбільш оптимальні саме для дітей старшого дошкільного віку. Ефективне практичне застосування саме цих спрощених варіантів спортивних ігор у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку передбачає вирішення таких завдань:

1. Виокремити найбільш доступні віковим особливостям дітей старшого дошкільного віку елементи спортивних ігор, що будуть вивчатись.

2. На основі аналізу техніки виконання відібраних прийомів розробити комплекси підготовчих, підвідних і спеціальних вправ, спрямованих на оволодіння елементами гри, що буде вивчатися.

3. Визначити фізіологічне навантаження, щодо супроводжує опанування дітьми старшого дошкільного віку основних елементів спортивних ігор. Програма припускає, що для ефективного навчання дітей старшого дошкільного віку спортивним іграм, необхідно провести ґрунтовну як фізичну, так і технічну підготовку.

Фізкультурні заняття з використанням спортивних ігор класифікуються на: повчальні, для ознайомлення з новим матеріалом; змішаного типу, спрямовані на закріплення; варіативні, з використанням складніших варіантів вже освоєних рухових дій; тренувальні, що включають велику кількість змагальних вправ і ігор з м'ячем, спрямованих на розвиток функціональних і рухових якостей. Залежно від завдань, до змісту різних частин заняття включаються вправи на освоєння, закріплення і вдосконалення рухових дій, що вивчаються. Основним засобом, формою і методом є гра.

Особливістю занять є те, що виконання вправ здійснюються в спеціально створених для дітей умовах, які забезпечують інтеграцію рухової та пізнавальної діяльності. Це досягається за рахунок використання спортивного інвентарю й устаткування з дидактичною символікою.

З метою передбачення негативної дії «факторів ризику» на дітей в процесі і після участі у спортивних іграх залучати практичних психологів, соціальних педагогів та медиків, які відстежували чинники ризику.

Отже, навчання дітей старшого дошкільного віку основам спортивних ігор, розвитку їх фізичного стану не є самометою. Спортивні ігри є засобом гармонійного розвитку дитини, школою управління своєю поведінкою, формування позитивного відношення до фізичної культури, спорту.

Література:

1. Вільчковський Е.С, Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах. Навчально-методичний посібник. – Тернопіль: Мандрівець, 2008. – 128 с.
2. Кононко О.Л. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку "Я у Світі". Світич, 2011, 430 с.
3. Круцевич Т.Ю., Пангелова Н. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми 3-6 років у дошкільних закладах за кордоном. – К.: Олімпійська література, 2000. – 14 с.

УДК: 373.091:796.2

Самусенко Олена Миколаївна,
викладач II кваліфікаційної категорії,
практичний психолог
Комунальний вищий навчальний заклад
«Уманський гуманітарно – педагогічний
коледж ім. Т.Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР

Гра – один з найважливіших видів діяльності дитини, провідна діяльність дошкільника, засіб всебічного розвитку, важливий метод виховання та формування моральних рис.

Дитяча гра – це діяльність, спрямована на орієнтування в предметній і соціальній дійсності, в якій дитина відображає враження від пізнання довкілля. Мати дитинство – це передусім мати право на розвиток власної ігрової діяльності, яка є важливою складовою дитячої субкультури [1, с.143].

З давніх – давніх в Україні будь – які зібрання дорослих і дітей супроводжувались ігровою діяльністю, найбільш поширеними різновидами якої були біг, стрибки, стрільба з лука, кулачні бої, метання списа, а жінки і дівчата водили хороводи. Участь у грі дозволяла людині відійти від проблем повсякдення, запобігала виникненню сумнівів й недовіри до своїх сил.

Педагоги всіх часів відзначали, що рухлива гра добродійно впливає на формування дитячої душі, розвиток фізичних сил і духовних здібностей.

К.Д. Ушинський, В.О. Сухомлинський вказували на важливу роль гри у всебічному розвитку дитини, розглядали її як основний вид фізичної та розумової діяльності [2, С.4].

Серед учених поширена думка, що гра – це структурна модель поведінки дитини. За допомогою гри вона пізнає довкілля і готується до активного його перетворення. Отже, за допомогою рухливих ігор діти готуються до життя [2, С. 4].

Педагоги, психологи та вчені інших галузей стверджують, що бажання рухатись – природне бажання дитини. Діти часто, граючись за власним задумом, придумують різні за сюжетом рухливі ігри та захопливо граються впродовж тривалого часу. Найсильніше бажання у дитини – це бажання руху. В гру вона вкладає всю свою енергію, бо це зміст її життя. Якщо залишити дитину на самоті, вона буде бавитися доти, доки не засне, втомлена грою.

Отже гра – це вид діяльності, що впливає на всі сфери життя дитини і є безумовною потребою особистості.

Гра активізує всі складові особистості дитини – волю, інтелект, почуття, емоції, потреби. Важливою її особливістю є позитивний емоційний тонус, радість, що ведуть до зростання пізнавальної активності, самовиразу та саморозкриття особистості.

Граючись, дитина зосереджує увагу, а це вже є початком виховання сильної волі. Ігри виховують дружні, товариські взаємини між їх учасниками, між дітьми і вихователями. Під час гри виникає потреба співробітництва та необхідності виконання певних правил, діти привчаються володіти власними почуттями, вчать шанувати права іншого. У доступній формі гра допомагає перебороти труднощі, створити емоційне тло навчання, опосередковано впливає на хід і результати діяльності. Гра виступає засобом пізнання навколишнього світу і себе в ньому, усвідомлення мети діяльності, опредметнення абстрактних понять і розвитку творчої уяви, встановлення гуманних відносин.

Завдяки грі дитина набуває соціального досвіду, пізнає дійсність і взаємовідносини в ній, опановує соціальні ролі та функції дорослих, оволодіває загальнолюдськими цінностями, культурою, системою соціально вироблених знаків (Н. Захарова).

Література:

1. Поніманська Т. Дошкільна педагогіка: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.]. Київ: Академвидав, 2004. - 455 с.
2. Рухливі ігри та естафети в школі. Посібник для вчителя – Тернопіль: Підручники і посібники, 2007. – 80 с.

УДК: 796.2

Трофаїла Наталія Дмитрівна,
кандидат педагогічних наук,
старший викладач
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
(м. Умань, Україна)

ВПЛИВ СПОРТИВНИХ ІГОР НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Входження України в європейський простір, увага зосереджується на здоров'ї, фізичному розвитку та руховій активності молодого покоління. Важливим напрямом фізичного виховання дітей дошкільного віку є використання різноманітних форм та засобів фізичного удосконалення, серед яких важливе місце відводиться іграм з елементами спорту.

Проблема використання ігор з елементами спорту в процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку була предметом дослідження багатьох вчених (О. Богініч, Ю. Бабачук, Е. Вільчковський, О. Курок, Л. Волошина, О. Конох, В. Усаков та інших). За твердженням науковців, ігри з елементами спорту є одним з ефективних засобів формування у дітей дошкільного віку рухових умінь та навичок, їх фізичного удосконалення.

Результати аналізу наукових досліджень свідчать, що спортивні ігри постають у двох іпостасях: це і засіб фізичного виховання, і його ефективний

емоційно насичений метод. На відміну від інших методів фізичного виховання, спортивні ігри мають певні особливості: наявність елементів змагання, сюжетність і образність, різноманітність і свобода вибору засобу досягнення мети, відносна самостійність дій. Ці особливості спортивних ігор підкреслюють доцільність та необхідність їх використання у системі фізичного виховання старших дошкільників з метою забезпечення комплексного удосконалення рухів в ускладнених варіативних умовах.

На думку О. Богініч, Ю. Бабачук, елементи спортивних ігор, за відповідної організації їх проведення, сприятливо впливають на фізичний розвиток і працездатність дитини. Вправи з м'ячами, воланами, ракетками, битками, ключками сприяють розвитку в дітей окоміру, координації, ритмічності, узгодженості рухів. Ігри з елементами спорту сприяють розвитку вміння ловити, тримати, відбивати й кидати предмети, а також розраховувати напрямок кидка, узгоджувати з ним силу, розвивати виразність рухів, орієнтуватися в просторі [1].

Як зазначає О. Степаненкова, спортивні ігри (хокей, баскетбол, футбол, бадмінтон, настільний теніс, городки) є по суті лише вищою формою звичайних рухливих ігор. У рухливих іграх і вправах, що підготовляють до навчання обраної спортивної гри, вихователь ставить найрізноманітніші освітні та виховні завдання. Особливо сприятливі умови часто створюються для розвитку точності, спритності рухів, окоміру, орієнтації в просторі. Дітям доводиться приймати швидкі, але розумні рішення, що сприяє розвитку мислення, швидкості рухової реакції на зорові та слухові сигнали [2].

Спортивні ігри являють собою дуже важливий розділ в ряду засобів фізичного виховання дошкільників. Вони повинні сприяти закріпленню і вдосконаленню вивчених вправ або вирішувати самостійні завдання з розвитку фізичних якостей.

Рухливі та спортивні ігри зміцнюють здоров'я дитини, розвивають рухові якості, навички, вдосконалюють ритмічність і точність рухів, сприяють вдосконаленню діяльності основних фізіологічних систем організму – нервової,

серцево-судинної, дихальної, поліпшенню фізичного розвитку дітей, вихованню морально-вольових якостей. Заняття спортивними іграми і вправами сприяють вихованню у дошкільнят позитивних рис характеру, створюють сприятливі умови для виховання дружніх стосунків у колективі. Вони проводяться влітку і взимку на відкритому повітрі, що є ефективним засобом для загартовування дитини.

Рухливі ігри з елементами спорту включені в діючу програму фізичного виховання всіх навчально-виховних закладів, у тому числі і в заклади дошкільної освіти.

Особливо виняткові умови для розвитку фізичних якостей, в спортивних іграх розкривається справжній характер дитини. Саме тут купуються колективізм, завзятість, наполегливість, сміливість і чесність, відбувається становлення духовних і фізичних якостей особистості.

Література:

1.Богініч О. Л. Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей старшого дошкільного віку : методичний посібник / О. Л. Богініч, Ю. М. Бабачук. – Тернопіль : Мандрівець, 2014. – 224 с

2.Степаненкова Е. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М. : Издательский центр «Академия», 2001. – С. 231-232.

УДК: 376-056.34:796.11](06)

Пічкуренко Олександра Володимирівна,

студентка IV курсу

факультету дошкільної та спеціальної освіти

Уманський державний педагогічний

університет імені Павла Тичини

Хрипун Дар'я Миколаївна

кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри

спеціальної та інклюзивної освіти

Уманський державний педагогічний

університет імені Павла Тичини

ВИХОВАННЯ У ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ СПЕКТРУ АУТИЗМУ ІНТЕРЕСУ ДО ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

«Діти дощу» – так називають осіб, які живуть у своєму, закритому від суспільства, світі. Вони незвичайні діти, адже із більшістю предметів вони грають не так, як інші і радість у них викликають зовсім інші речі. Але їм як і звичайним хлопчикам і дівчаткам потрібна підтримка, розуміння та повага до їхньої особистості.

Термін «аутизм» належить Ейгену Блейлеру (1911), який перший застосував його для позначення особливого виду мислення, що регулюється емоційними потребами людини і не залежать від реальної дійсності, а вже у 1943 році вперше був описаний психіатром Лео Каннером [3, С. 244]. В Україні до трактування даного терміну підходять по різному, зокрема у більшості дослідженнях аутизм розглядають як синдром, що поєднується з атиповою поведінкою та складністю організації спілкування та взаємодії з оточуючим світом. Діти з розладами спектру аутизм характеризуються специфічним видом порушень мовлення та комунікації, мотивації та здатності до співпраці, особливостями емоційно-вольової сфери та ігрової діяльності.

Як правило, гра у дітей з аутизмом позбавлена сюжету та символічних рис, монотонна, стереотипна, не соціальна та складається з багаторазово повторюваних маніпуляцій іграшками (що використовуються не за призначенням) або з неігровими неструктурованими матеріалами (гілочки, пісок, шматочки тканини або паперу тощо). Використовується незвичний іграшковий матеріал, у тому числі предмети побуту [2, С. 23]. Гра у таких дітей некомунікативна, вони граються на самоті у відлюдному місці, тому навчання ігровій діяльності таких дітей має починатися із спостереження за предметно-ігровими діями з подальшим їх відтворенням відтворення. У дітей потрібно виховувати інтерес до рухливих ігор та заохочувати їх до програвання сюжетів знайомих казок.

Основну увагу під час виховання аутистів слід звертати на підбір ігор, адже розвиток сюжетно-рольової гри дитини з розладами спектру аутизму відрізняється рядом особливостей. По-перше, зазвичай без спеціальної організації така гра не виникає спонтанно, а потребує навчання і створення спеціальних умов. По-друге розвивається сюжетно-рольова гра дуже поступово і вимагає достатнього часу та терпіння.

Як варіант для розвитку координації рухів можна використати гру «Хлоп-хлоп! Туп-туп!». Педагог декламує слова віршика, пропонуючи плескати в долоні зі словами «Хлоп-хлоп-хлоп!» і тупотіти ніжками зі словами «Туп-туп-туп!», показуючи приклад.

(Ім'я дитини) хлопати уміє,

Своїх ручок не жаліє.

(Ім'я дитини) тупати уміє,

Своїх ніжок не жаліє.

Ручки захлопали: «Хлоп-хлоп-хлоп!»

Ніжки затупали: «Туп-туп-туп!» [1, С. 82-83].

Також можна використати гру «Зайчики». За умовами гри педагог пропонує: «Уявімо, що ми перетворилися на веселих зайчиків. Я буду розповідати віршик і показувати рухи, а ти повторюй за мною!»

По лісовій галявині розбіглися зайчики. *(легкий біг)*

Ось які зайчики, зайчики-побігайчики! *(піднімаємо долоньки до голови – показуємо «вушка»)*

Сіли зайчики тихенько, *(присіли)*

Риють лапками гарненько. *(рухи руками)*

Ось які зайчики, зайчики-побігайчики! *(піднімаємо долоньки до голови – показуємо «вушка»)* [1, С. 84]

В подальшому коли дитина добре запам'ятає рухи та їх послідовність, можна запропонувати ігри без показу з боку дорослого, а тільки за словесним супроводом. У подальшому дитині пропонується керувати діями дорослого і якщо дитина володіє мовленням, розповідати віршики самостійно.

Отже, під час використання цих та подібних ігор у дітей не лише розвивається координація рухів, а й відбувається спонукання до спонтанних висловлювань, мовленнєвого розвитку та вдосконалення діалого-монологічного мовленнєвих умінь, що є не менш важливим при корекційно-розвитковій роботі з дітьми з розладами спектру аутизму.

Література:

1. Базима Н. В. Розвиток мовлення дітей з аутизмом / Н. В. Базима – Харків: Вид-во «Ранок», ВГ «Кенгуру», 2018. – 144 с.
2. Івашура Н. С., Ангелова А. В. Методичні рекомендації для педагогів загальноосвітніх навчальних закладів. / Н. С. Івашура, А. В. Ангелова – Харків: Вид-во «Ранок», ВГ «Кенгуру», 2018. – 48 с.
3. Пахомова Н. Г, Кононова М. М. Спеціальна психологія [Текст]: навчальний посібник для студентів спеціальності 6.010105 – «Корекційна освіта» / Н. Г. Пархомова, М. М. Кононова; ПНПУ ім. В. Г. Короленка. – Полтава: ТОВ «АКМІ», 2015. – 357 с.

УДК 372.363

Цимбалюк Жанна Олексіївна
канд. фіз. вих. і с., доцент,
Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди;
Мусієнко Антон Володимирович
гравець БК «Харківські соколи»
(м. Харків, Україна)

ЕЛЕМЕНТИ БАСКЕТБОЛУ ЯК ЗАСІБ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Баскетбол – командна спортивна гра, характерними рисами якої є велика емоційність, прояв різнобічних фізичних якостей, рухових дій, інтелектуальних здібностей, моральних і вольових якостей. Ці особливості роблять її одним з найбільш дієвих оздоровчих і виховних засобів. Тому вона широко використовується в системі фізичного виховання.

Дошкільний вік – це сензитивний період розвитку багатьох рухливих якостей. Враховуючи зв'язок між розвитком рухової сфери та психічним розвитком дитини [3], втрачати цей період, не забезпечити умови для рухового розвитку дитини, рівнозначно позбавленню його можливостей максимально реалізувати задатки, які характеризують анатомічний і фізіологічний потенціал організму у формуванні та розвитку безлічі психофізіологічних і сенсоромоторних функціональних систем [4].

Повноцінний фізичний розвиток дітей можливий лише при комплексному використанні засобів фізичного виховання: природних факторів, гігієнічних заходів і фізичних вправ, серед яких важливе місце займають елементи спортивних ігор (баскетбол, футбол, настільний теніс, бадмінтон та ін.).

Враховуючи сучасну загальну тенденцію до зменшення обсягів рухової активності дітей, в програмі виховання та навчання в дошкільних закладах питання, які пов'язані зі здоров'ям, стоять на першому місці. Рухливі ігри та елементи спортивних ігор, які пов'язані з м'ячем, застосовуються в роботі з дошкільнятами як засоби рухового розвитку дитини та джерелом здатностей, які мають прикладну спрямованість [2].

Так, дії дітей з м'ячем включені до програм з фізичного виховання в дошкільних закладах починаючи з другого року життя. Вони займають значне місце серед інших засобів фізичного виховання і ускладнюються від групи до групи за рахунок введення додаткових завдань, а також більш складних способів виконання.

Вправи в киданні, катанні м'ячів сприяють розвитку окоміру, координації, спритності, ритмічності, узгодженості рухів. Вони формують вміння схопити, утримати, кинути предмет, привчають розраховувати напрямок кидка, погоджувати зусилля з відстанню, розвивають виразність рухів, просторове орієнтування. В іграх з м'ячем розвиваються фізичні якості дитини: швидкість, стрибучість, сила.

Вправи та ігри з м'ячем при відповідній організації їх проведення сприятливо впливають на фізичний розвиток і працездатність дитини. Вправи з

м'ячами різної ваги і обсягу розвивають не тільки великі, а й дрібні м'язи обох рук, збільшують рухливість суглобів пальців і кистей, що особливо важливо для шестирічної дитини, що готується до навчання в школі. При ловлі та киданні м'яча дитина діє обома руками. Це сприяє гармонійному розвитку центральної нервової системи і всього організму.

В іграх з м'ячем колективного характеру створюються сприятливі умови для виховання позитивних морально-вольових рис дітей. Такі ігри привчають долати егоїстичні спонукання, виховують витримку. Знайомлячись з умовами гри, дитина засвоює, що не вона одна хоче діяти з м'ячем, потрапляти їм в кошик, що її дії повинні сприяти успіху всієї команди. Заради інтересів команди дитині часто доводиться передавати м'яч партнеру, коли той має сприятливіші умови для ведення успішної гри. Необхідність приймати швидкі, розумні рішення, правильно їх реалізовувати в грі сприяють вихованню впевненості, рішучості. У грі дитина завжди має можливість випробувати свої сили і переконатися в успішності дії.

Методика використання елементів баскетболу в якості одного із засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку розроблена і відображена в роботах А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаєва, Т.І. Осокіна, Е.А. Тимофєєва та Е.Й. Адашкявичене [1]. Вони рекомендують застосовувати гру в баскетбол або включати елементи баскетболу в інші рухливі ігри при чіткому врахуванні вікових особливостей розвитку дитини.

Так, дітям від 1,5 до 2 років рекомендовані елементи: передача м'яча з рук в руки, кидки малого м'яча однією рукою в горизонтальну ціль на висоті грудей з відстані від 50 см. Дітям від 2 до 3 років рекомендується перекочування м'яча один одному по підлозі, кидки м'яча обома руками від грудей та через голову, кидки малого м'яча однією рукою в вертикальну ціль на висоті очей з відстані від 60 см, ловля м'яча від дорослого, притискаючи його до грудей. На заняттях використовуються ігри «Потрап в ворота», «Прокати м'яч», «Лови м'яч». Діти від 3 до 4 років можуть використовувати кидки м'яча вихователю, ловля м'яча від дорослого, не притискаючи його до грудей, кидки м'яча в підлогу та вгору з

спробою його ловлі. На заняттях використовуються ігри «Потрап в коло», «Хто кине далі?». Діти від 4 до 5 років виконують кидки м'яча в підлогу та вгору з його ловлею, передачі м'яча товаришу на відстані 1-1,5 м, кидки м'яча правою та лівою руками на дальність, в вертикальну та горизонтальну цілі з відстані 2 м. На заняттях використовуються ігри «Підкинь - злови», «Школа м'яча», «Збий кеглю». Діти від 5 до 6 років виконують ведення м'яча на місці, передачі м'яча на відстані 2-3 м, кидки м'яча в кошик на висоті 1,5-2 м різними способами: однією рукою, двома руками знизу, двома руками через голову, кидки великого м'яча двома руками через голову на дальність. На заняттях використовуються ігри «Мисливці і зайці», «Потрап в обруч», «Збий м'яч» та гра в міні-баскетбол за спрощеними правилами на спеціально-обладнаному майданчику.

Отже, рухливі ігри з м'ячем, з елементами баскетболу є засобом гармонійного розвитку дітей дошкільного віку з умовою їх використання з урахуванням вікових особливостей дітей, їх фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

Література:

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М.: Просвещение, 1983. 79с.
2. Вільчковский Е.С. Фізична культура дітей дошкільного віку. К.: Здоров'я, 2002. С. 47.
3. Запорожец А.В. Избранные психологические труды. Т. 1. Психология развития ребенка. М.: Педагогика, 1986. 320 с.
4. Малахов С.В. К вопросу о развитии двигательных умений и способностей в дошкольном возрасте. Теоретическая и экспериментальная психология. 2011. Т. 4. № 3. С. 43-54.

УДК:796.1/.3:373.2-053.4

Лаврухіна Вікторія Вячеславівна,

*Студентка факультету дошкільної освіти
Харківського національного педагогічного університету
імені Г. С. Сковороди
Науковий керівник: Шевченко Надія Олександрівна*

СПОРТИВНІ ІГРИ ЯК ГОЛОВНИЙ ЧИННИК У РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У дошкільному віці формується чимало життєво важливих рухових навичок, закладаються основи здоров'я, створюються передумови всебічного розвитку особистості. А особливо сприятливий вплив на організм надає рухова активність, яка перебуває в межах оптимальних величин. Фахівці в сфері фізичного виховання широко обговорюють питання, пов'язані з формуванням рухових якостей у дошкільників. Великий вплив на всебічне фізичне виховання дітей дошкільного віку надають спортивні ігри, елементи спортивних ігор та спортивні вправи.

Учені Е. Вільчковський, Л. Волков, Н. Денисенко, О. Курок, Т. Осокіна, Є. Тимофєєва, Є. Прахін, Ж. Рапопорт та інші свідчать про те, що розвиток рухових якостей у дошкільників відбувається під впливом таких чинників, як природно-вікові зміни організму (морфофізіологічна та функціональна перебудова) та режиму рухової активності, до якого входить весь комплекс організаційних форм фізичного виховання і самостійна рухова діяльність дитини. Загальні фізіологічні закономірності розвитку фізичних якостей людини під впливом занять фізичними вправами розглянуто у працях Л.Волкова, О. Вікулова, Е. Вільчковського, М. Бутій, Л. Глазиріної, О. Козленко та ін. Їх дослідження запевняють, що фізіологічною основою розвитку рухових якостей є морфологічні та функціональні зміни м'язової системи, а також нервової регуляції рухових і вегетативних функцій організму.

Ігри з елементами спорту, будучи вищою формою звичайних рухливих ігор, вимагають від дітей великий самостійності, швидкості, спритності рухів, орієнтування в просторі. Діти за малий проміжок часу повинні побачити умови становища, оцінити і вибрати найбільш правильні дії, застосувати їх. Все це потребує від дітей певних рухових умінь і навичок, різних фізичних якостей,

якими багато дітей не володіють при вступі до школи. Розвинути їх - одне з ключових завдань фізичного виховання. Майже кожна спортивна гра включає в себе біг, стрибки, метання, вправи на рівновагу. Це впливає на зміцнення великих груп м'язів, розвиток рухових якостей. Важливо мати на увазі факт того, що рухові якості розвиваються не ізольовано один від одного, а в комплексі. За допомогою спортивних ігор можливо створювати необхідний рівень фізичного навантаження і варіювати його в ході заняття. При підборі фізичного навантаження на заняття та ігри необхідно обов'язково враховувати індивідуальні особливості дітей, рівень фізичної підготовленості.

Рухові якості дитини включають в себе такі поняття: швидкість, сила, витривалість, спритність, гнучкість. Під швидкістю розуміють здатність здійснювати рухові дії в найкоротший для даних умов час. Швидкість формується в процесі навчання дитини основним видам руху. При виконанні вправ в різному темпі у дітей розвивається вміння докладати різні м'язові зусилля відповідно до заданого темпу. На заняттях при проведенні спортивних ігор можна використовувати біг з більш складених стартових положень. Процесу розвитку швидкості сприяють спортивні ігри, в яких подача певного сигналу або певна ігрова ситуація змушує дитину змінювати швидкість руху. Розвиток швидкості впливає на рухливість нервових процесів, розвиток просторових, тимчасових оцінок, надає дитині можливість орієнтуватися в умовах, що змінюються.

Сила - це здатність долати зовнішній опір або протидіяти йому шляхом м'язових зусиль. Значною мірою від розвитку сили залежить розвиток інших рухових якостей. У процесі виховання дошкільника обов'язково потрібно враховувати вікові особливості організму. Саме з цієї причини загально-розвиваючі вправи, які зміцнюють основні групи м'язів і хребет, націлені на поступовий розвиток сили. Для того що б розвинути силу варто розвинути швидкість рухів і вміння проявляти швидку силу, тобто швидкісно-силові якості, тому при відборі спортивних ігор потрібно надавати особливу увагу саме тим, які здатні викликати короточасні швидкісно-силові напруги.

Ще однією руховою якістю є витривалість. Холодов Ж.К. під витривалістю розуміє здатність організму протистояти знесиленню під час м'язової діяльності та відновлюватися після неї. Витривалість необхідно починати розвивати з дошкільного віку тому, що вона сприяє зміцненню серцево-судинної, дихальної систем, опорно-рухового апарату, робить позитивний вплив на фізичне і психічне здоров'я дитини і всебічний гармонійний розвиток. Робота, що спрямована на виховання витривалості у дошкільнят, дозволяє підвищити працездатність організму. Це є особливо важливим при підготовці дітей до школи.

Розвиток витривалості впливає на формування вольових якостей і рис характеру: цілеспрямованість, наполегливість, завзятість, сміливість і рішучість, упевненість в своїх силах. Але у дошкільнят вони ще остаточно не сформувалися, з цієї причини їм важко справлятися з втомою. У процесі фізичного виховання при розвитку гнучкості потрібно стежити за оптимальним поєднанням даних вправ з силовими та іншими вправами, які сприяють гармонійному розвитку рухових якостей. Рекомендації щодо методичних прийомів для розвитку гнучкості:

- систематичність використання, тобто вправи на розтяжку потрібно виконувати щодня;
- оптимальне поєднання вправ на силу і гнучкість, тобто вправи на силу і гнучкість потрібно чергувати і не допускати переважання одного виду вправ над іншим. Для розвитку і вдосконалення гнучкості необхідно підбирати спортивні ігри в яких часто відбувається зміна напрямку рухів.

Розвиток спритності сприяє підвищенню пластичності нервової системи, поліпшенню координації рухів і розвитку здатності швидко опановувати новими більш складними вправами. Саме в спортивних іграх дітям необхідно безперервно змінювати одні рухи на інші, заздалегідь не відомі. Дітям необхідно надавати широкі можливості для активного застосування здібностей, які є у них.

Широке застосування спортивних ігор, елементів спортивних ігор,

спортивних вправ здатне вплинути на рівень оволодіння руховими вміннями, і підвищити ступінь розвитку рухових якостей.

Література:

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : підручник / Едуард Вільчковський. – Львів : ВНТЛ, 1998. – 336 с.
2. Корниенко И. А. Возрастные изменения энергетического обмена и терморегуляции. М., 1979.
3. Мащенко М. В., Шишкина В. А. Физическая культура дошкольника. Мн. : Ураджай, 2008. 156 с.
4. Терехова И. Т. Работоспособность и утомляемость детей дошкольного возраста на занятиях в детском саду // Умственная и физическая работоспособность детей дошкольного возраста. М, 1977. С. 3

УДК: 796:373.2

Синячок Вікторія Сергіївна
студентка 3 курсу 31 групи
факультету дошкільної освіти
Харківського національного педагогічного
університету імені Г.С.Сковороди
(м. Харків, Україна)
Науковий керівник - **Шевченко Н.О.**,
доцент кафедри
теорії і технологій дошкільної освіти
та мистецьких дисциплін
ХНПУ імені Г.С. Сковороди.

ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ СПОРТУ У ФІЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВЧІЙ РОБОТІ У ЗДО

Елементи спортивних ігор, за відповідної організації їх проведення, сприятливо впливають на фізичний розвиток і працездатність дитини. Вправи з м'ячами, воланами, ракетками, битками, ключками сприяють розвитку в дітей окоміру, координації, ритмічності, узгодженості рухів. Заняття з використанням елементів спортивних ігор розвивають у дітей такі фізичні якості, як спритність,

швидкість, сила, оскільки дитині часто доводиться в ігровій ситуації передавати м'яч партнеру або кидати його в ціль, що розташована на певній відстані.

Під час дій з м'ячем, ракетками, воланами створюються умови для включення в роботу також і лівої руки, що важливо для повноцінного розвитку дитини. А їх різний об'єм та вага розвивають не лише великі, а й дрібні м'язи, збільшують рухливість суглобів пальців та кисті. Вони укріплюють м'язи, що утримують хребет і сприяють формуванню правильної постави. Навчання дій із м'ячем сприяють удосконаленню рухової реакції дітей, точності відтворення рухів в часі та просторі [4].

На основі використання елементів спортивних ігор, спрямованих на послідовне засвоєння технічних ігрових прийомів дітьми старшого дошкільного віку, науковцями були визначені рівні складності ігрових завдань: адаптивно-розвивальний, підготовчо-технічний та активно-ігровий [1].

Адаптивно-розвивальний рівень характеризують розподілом ігрових вправ та рухливих ігор, які містять рухові дії з основних рухів, що є основою технічних прийомів гри з елементами спорту, та спрямовані на ознайомлення й зацікавлення дітей іграми і вправами зі спортивним інвентарем, на формування вміння відчувати властивості цього інвентарю (у тому числі й м'ячів, ракеток тощо).

Підготовчо-технічний рівень передбачає використання рухливих ігор (у тому числі й народних) та ігрових вправ з елементами спортивних ігор, що належать до технічних ігрових прийомів певних ігор спортивного характеру.

Активно-ігровий рівень охоплює ігри для їх активного застосування в умовах дошкільного навчального закладу на етапах закріплення та вдосконалення рухових навичок, у тому числі основних та доступних технічних прийомів ігор з елементами спорту.

Навчання елементів більшості спортивних ігор і вправ спортивного характеру здійснюється на заняттях з фізичної культури, а закріплення – на прогулянках. Тобто, ігрові вправи доцільно використовувати і на етапі розучування рухових дій, і на етапі закріплення та вдосконалення рухових

навичок, а рухливу гру - лише на етапі закріплення та вдосконалення рухових навичок.

Визначаючи вправи спортивного характеру та ігри з елементами спорту педагог враховує всі фізкультурні заходи та інші види діяльності дітей протягом дня, їх вік, фізичну та рухову підготовленість, стан здоров'я, умови, в яких відбувається навчання даного виду вправ. Усе це потрібно для правильної організації комплексного використання всіх засобів всебічного фізичного розвитку дітей. Доцільно протягом тижня чергувати різні види вправ та ігор спортивного характеру. Наприклад, влітку діти двічі на тиждень катаються на велосипедах, в інші дні - плавання. Якщо є можливість проводити тільки одну з спортивних вправ (велосипед), то можна дозволити дітям займатися нею щоденно.

У дні занять фізичною культурою вправи спортивного характеру доцільно проводити через 20—30 хвилин після початку прогулянки, після проведення спостережень за природою, творчих ігор, праці на ділянці. За 10—15 хвилин до закінчення прогулянки бажано припинити виконання спортивних вправ, щоб діти заспокоїлися.

Під час прогулянки проводяться такі вправи спортивного характеру, які викликають у дітей найбільше фізіологічне навантаження, а саме: катання на велосипеді, ковзанах, лижах.

Під час вечірньої прогулянки вправи спортивного характеру проводяться у першій її половині, коли працездатність дошкільнят після денного сну поступово підвищується (до 16—17 години). У другій половині прогулянки дітям пропонують ігри середньої рухливості або з різноманітними посібниками (м'ячі, скакалки тощо) [2, с.50].

Коли діти оволодіють технікою виконання спортивних вправ, бажано застосовувати їх у комплексі. При комплексному застосуванні вправ легше враховувати індивідуальні можливості дітей та їхні інтереси. Для проведення того чи іншого виду вправ спортивного характеру треба підготувати відповідний інвентар і спеціальне місце на майданчику чи у фізкультурному залі.

Практика показує, що діти дошкільного віку виявляють інтерес до дій із спортивним інвентарем (серед яких скакалка), катання на санках, ходьби на лижах, їзди на велосипеді, самокаті, спортивних ігор з м'ячами різної величини – баскетбол, футбол, настільний теніс. Вони урізноманітнюють діяльність дітей, збагачують їхній руховий досвід, є формою активного відпочинку та засобом боротьби з малорухливістю. Сприяють вихованню морально-вольових якостей, позитивних рис характеру, злагоджених та дружніх відносин у колективі, формуванню вміння підкорювати власні інтереси інтересам команди, прагнення допомагати товаришу, діяти свідомо, чесно, справедливо [3, с. 248].

Література:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : [навч.-метод. посіб.] / Ольга Богініч. – Київ : Шк. світ, 2007. – 120 с.
2. Ведмеденко Б.Ф. Виховне значення фізкультури і спорту. Київ «Знання», 1986.- С. 50.
3. Дидактичні ігри з м'ячами : навч. посіб. / авт. кол.: Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Пасічник В. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 206 с. – ISBN 978–966–2328–61–5.
4. Шиян Б.М.. Теорія і методика фізичного виховання дошкільників. Частина 2, Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006.-С 248.

СУЧАСНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ ЗДОРОВОЇ НАЦІЇ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР

УДК 376-075.254:024.9

Бегас Людмила Дмитрівна
*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти
Уманського державного педагогічного університету
імені Павла Тичини
(м. Умань, Україна)*

ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ З ДІТЬМИ-ІНВАЛІДАМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Фізична культура, складається з ряду послідовних етапів, на яких не обов'язково буде здійснена в кожному конкретному випадку. Це залежить від фізичних й психологічних задатків і ступеня виразності реабілітаційного потенціалу. Хочеться зазначити, що в нашій країні, фізкультура й спорт інвалідів обумовлена рядом причин: не розробленістю, що до концептуального підходу навчання дитини, відсутність спеціалізованих спортивних споруд і устаткування. Інколи самі тренери професійно не підготовлені для дітей-інвалідів, низька мотивація інвалідів до самовдосконалення.

Слід зазначити, що фізичне виховання як спеціальний метод удосконалення фізичного і морального потенціалу інваліда саме по собі ще не являє собою середовище з погляду соціально-середовищної реабілітації. Оздоровлення інваліда проходить із використанням ранкової зарядки, виробничої зарядки, лікувальної фізкультури й інших індивідуальних методів. Для цього необхідно введення, "включення", безліч інших факторів змагального, ігрового характеру, що крім розвитку й удосконалення моторики повинно створити саме середовище. Оздоровчий вплив буде позначатися і на психологічний стан інвалідів. В ході змагань, виявиться можливість самореалізації, самоствердження інвалідів, що створює передумови їхньої соціальної інтеграції [3, С.107-108.].

В процесі фізичного виховання здійснюється формування й удосконалювання моторних функцій і особливо тих, які порушені внаслідок патологічного процесу. При фізичному вихованні відбувається компенсація основного дефекту та задіюються вторинні порушення, що виникли в зв'язку з основним захворюванням.

У дітей дошкільного віку рухові вправи розвивають м'язово-суглобне почуття, орієнтують в просторі, тренують пам'ять на послідовність рухів. Тим самим удосконалюють вміння виконувати рухи по вербальній інструкції, сприяють зміцненню серцево-судинної системи, активізують обмін речовин, стимулюють інтелектуальні здібності інвалідів, поліпшують загальний тонус

організму. Метою фізичного виховання є те, що інваліду дається можливість самому коректувати і компенсувати свої недоліки [2, С. 17-26].

Можна використати методи різнобічного впливу на організм. Зокрема, ходьба проста та ускладнена (із зупинками, зміною напрямку руху). В роботі із дошкільниками, використовуються вправи, які сприяють підвищенню обмінних процесів (біг зі зміною темпу), вправи без предметів, та з предметами, танцювальні вправи, найпростіші вправи на рівновагу, та на координацію рухів, вправи на формування правильної постави, просторових уявлень, на використання й розвиток збережених аналізаторів [1, С. 46].

Основна частина заняття, включає в себе величезне фізіологічне навантаження на організм дитини.

Тому, під час навчання й вирішуються наступні основні завдання:

- 1) впровадження основних рухових умінь та навичок у дітей, які передбачені програмою;
- 2) використання коригувальних вправ за допомогою фізичного розвитку та врахування індивідуального й диференційованого підходу до дитини;
- 3) коригувальння правильної постави стопи під час ходьби;
- 4) контролювання окремих частин тіла в положенні(стоячи,сидячи,лежачи;
- 5) поетапне удосконалення координаційних здібностей;
- 6) зміцнення м'язового корсету;
- 7) нормалізація роботи дихальної та серцево-судинно систем;
- 8) тренування м'язів мовного апарату;
- 9) розвиток ритмічних здібностей в дітей;
- 10) навчання самоконтролю та контролю за іншими дітьми [4, С. 167].

В основі фізичного виховання лежать 95 корекційної-компенсаторні прийоми. Виховне значення для дітей полягає у виробленні визначених характерологічних рис(волі, наполегливості, активності, сміливості, почутті колективізму й т.д.) та забезпеченні стимуляції психічного розвитку. Тому в дитини і розвивають й виховують основні фізичні якості такі, як: (сила, спритність, швидкість, витривалість).

Отож з літми дошкільного віку передбачається здійснення теоретико-методичних знань, які зможуть засвоюватися на практичному рівні.

Література:

1. Волков Л.В. Физическое воспитание учащихся: Пособие для учителей. – М., 1988. – 360 с.
2. Довгань В.И., Темкин И.Б. Механотерапия. – М.: Медицина, 1981. – 127 с.
3. Єрьоміна О.Л., Климко Л.В., Джупій Н.Е., Бадь Н.Е. Здоров'я, творчість і освіта – основа гармонійного розвитку особистості дитини // Здоров'я і освіта: Мат-ли I Всеукраїнської н.-пр. конф. Львів: ЛОНМІО, 1993. – с. 107-108.
4. Мухін В.М. Фізична реабілітація.– К.: Олімпійська література, 2000. – 423 с.

УДК: 379.8

Берегова Каріна,

студентка 203 – Д групи
Науковий керівник – **Карасевич М. П.**
викладач циклової комісії
фізичного виховання і методик
Комунальний Вищий Навчальний Заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т. Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ВПЛИВ РУХЛИВИХ ІГОР НА РОЗВИТОК ДИТИНИ

Українському народові властиве духовне середовище, яке наповнене своєрідними обрядами, ритуалами, іграми. Відомий знавець традиційно-культурної спадщини українського народу Олекса Воропай описав народні звичаї, наділивши їх неповторною народознавчою силою: «Звичаї народу – це ті прикмети, по яких розпізнають народ не тільки в сучасному, а і в історичному минулому... Найефективніші засоби гармонійного виховання підрастаючого покоління український народ відібрав рухливі ігри. У навчально-виховному процесі ЗДО вони використовуються як засіб фізичного виховання. Це основний вид діяльності дітей дошкільного віку [2].

Мета статті – описати вплив ігор на розвиток кожної особистості.

Будь-які зібрання дітей супроводжуються ігровою діяльністю: стрільба з луку, метання сніжок, катання на санчатах, лижах, ковзанах. Народна мудрість через ігри вводила маленьку людину у реальне повсякденне життя, запобігаючи складанню стереотипів сумніву та недовіри до своїх сил. Через гру дитина намагалася заявити оточенню про свій позитивний потенціал. Саме через це активізувалася рухливість, розвивалися процеси мислення, пам'ять, уява, позитивні емоції і т.д.

З переходом від гри до навчальної діяльності настає у житті дитини переломний момент. Нове для дитини визначається тим, що вона йде не у дитячий садок, а до школи, щоб навчатися. Це стає обов'язковим.

За результати свого навчання дитина несе відповідальність перед вчителем, школою й своїми батьками. Це нове, бо результати гри не цікавили у такій мірі, як результати навчання всіх. І тут на допомогу учням і вчителям знову приходить гра. На сучасному етапі це не спонтанні ігри, не стихійно засвоєний від старших поколінь розваги за правилами.

Сьогодні гра – контрольоване суспільне виховання. У грі існує суб'єктивна свобода для дитини. Діти мають змогу самостійно розподіляти ролі, контролювати один одного, стежити за точністю виконання того чи іншого завдання. Гра стає сьогодні школою соціальних відносин, ознайомлюється з великим діапазоном людських почуттів й взаємостосунків, вчиться розрізняти добро і зло. Завдяки грі у дитини формується здатність виявляти свої особливості, визначати, як вони сприймаються іншими, й з'являється потреба будувати свою поведінку з урахуванням можливої реакції.

Плануючи заняття, вихователь має враховувати всіх дітей, добирати ігри, які були б цікаві й зрозумілі. А. С. Макаренко писав: «Гра має важливе значення в житті дитини. Якою буде дитина в грі, такою вона буде і в праці, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається перш за все в грі». Отже, гра, її організація – ключ в організації виховання [1].

За допомогою гри діти пізнають світ. Без неї жити нудно, нецікаво. У грі діти випробовують свою силу, спритність, звичку зосереджуватися, самостійно думати, розвивається увага. У них виникають бажання фантазувати. Гра дарує щохвилинну радість, задовольняє дитячі потреби. І скрізь, де є гра, панує здоров'я, радість дитячого життя. Гра – це своєрідна школа підготовки до життя. Гра – це школа спілкування дитини.

Отже, можна зробити висновок, що український народ з давніх-давен грав в ігри, знаючи їх значення для виховання та гармонійного розвитку людини; саме в іграх розпочинається невимушене спілкування дитини з іншими; у процесі гри у дітей виробляється звичка зосереджуватися, працювати вдумливо, самостійно, розвивається увага, пам'ять, жадоба до знань; через ігри діти поглиблюють раніше набутий досвід; ігри дозволяють порівнювати запас знань, уявлень, понять та використовувати їх.

Література:

1. Макаренко, А. С. Гра і фанти. Вибрані твори. В 3-х т. / Ред. кол.: Н. Д. Ярмаченко та ін. – К.: Рад. школа, 1984. Т. 1, – С. 133.
2. Резнік, Н. Колективна творча діяльність молодших школярів як вид суспільної діяльності // Початкова школа. №3. 2007. С. 4.

УДК: 379.8

Карасевич Сергій Анатолійович,

*кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри
спортивних дисциплін*

*Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
(м. Умань, Україна)*

ГРА ЯК ЗАСІБ ДЛЯ ГАРНОГО ЕМОЦІЙНОГО НАСТРОЮ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНЯТ

Гра – то найчистіша й найдухотвореніша діяльність дітей.

В ній заховано джерело добра;
вона, коли її не попсовано зовнішніми впливами,
найкраще полірує душу дитини і зміцнює її тіло.

Фрідріх Фребель

У психологічній, педагогічній та методичній літературі звернено увагу педагогами, психологами, дослідниками (Н. В. Андрощук, П. П. Блонський, Е. С. Вільчковський, Є. П. Ільїн, С. Д. Максименко, В. О. Сухомлинський та ін.) на виховання через гру і контролювання емоцій у дошкільників.

Мета статті – довести, що гра це один із засобів для гарного емоційного настрою у дітей дошкільного віку.

У психологічному словнику В. Б. Шапар трактує гру як форму діяльності в умовних ситуаціях, спрямована на відтворення і засвоєння суспільного досвіду, зафіксовано в соціально закріплених способах здійснення предметних дій, у предметах науки і культури. У грі як особливому виді суспільної практики відтворюються норми людського життя і діяльності, підпорядкування яким забезпечує пізнання і засвоєння предметної і соціальної дійсності, а також інтелектуальний, емоційний і моральний розвиток особистості... [2, с. 79].

В іншій психологічній енциклопедії О. М. Степанов пише, що «емоції» це психічні стани і процеси, в яких відображається безпосереднє, ситуативне переживання життєвих явищ, зумовлене їх відношенням до потреб суб'єкта. Емоції виникають як узагальнена чуттєва реакція у відповідь на різні за характером екзогенні та ендогенні сигнали, які зумовлюють певні зміни у фізіологічному стані організму – породжують у свідомості людини не образи предметів і явищ, а переживання.

Емоції диференціюють на два полярні класи:

1) позитивні, зумовлені сприятливими для організму розвитком подій або позитивними впливами, а тому спонукають суб'єкта до їх збереження;

2) негативні, які стимулюють активність організму, спрямовану на уникнення або усунення шкідливих впливів [1, С. 120–121].

Для перевірки теорії, що гра є один із засобів для гарного емоційного настрою у дітей, використати можна тлумачення кольорів Т. Титаренка та Д. Парфенова. Діти, вибираючи один або декілька кольорів, які кожному подобаються, перед грою та після неї, цим показують свій настрій: *чорний колір* – знак депресії, невпевненості, постійного переживання нещастя; коли до чорного приєднати ще один-два кольори, це свідчить, що такий стан тримається не постійно; *сірий* – сум, погане самопочуття, емоцій страху, гніву; *коричневий* – колір землі, знак фізичного самопочуття: захворювання, біль, втома, що заважають сприймати реальність; *зелений* – колір природи, стан вибору, переживання; відсутність цього кольору: панічна боязнь труднощів, нових справ; *синій* – колір неба й моря; темний відтінок: депресія, висока чутливість, потреба ніжності, душевної теплоти; світлий тон: висока чутливість й делікатність, якщо синій колір відсутній: легковажність почуттів, невпевненість у своїх діях; *жовтий* – спокій, благополуччя, інтелекту; відсутність цього кольору: небажання спілкуватися який час, песимізм; *рожевий* – знак цвітіння, безтурботного життя; відсутність кольору: напруженість; *вишневий* – нереалізовані сили, думки, заздрощі до успіхів інших людей; *червоний* – пристрасть, альтруїзм, афект, авторитарності, комунікабельності; відсутність цього кольору: передчуття неприємностей, страх перед ними; *пурпуровий* – духовність, вірність ідеалам, довірливості, захоплення магічними науками; *фіолетовий* – делікатність, колір гармонійних людей; відсутність: переживання своїх помилок у стосунках з іншими людьми [3, С. 23–24].

Отже, можна зробити висновок, що гра є одним із ефективних засобів для гарного емоційного настрою у дітей дошкільного віку. Це положення легко можна перевірити через тлумачення кольорів Т. Титаренком та Д. Парфеновим.

Література:

1. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О. П. Степанов – К.: «Академвидав», 2006. – 424 с.

2. Шапар, В. Б. Психологічний тлумачний словник. – Х.: Прапор, 2004. – 640 с.
3. Якимчук, Г. Проективні методи як засіб саморегуляції // Психолог, № 46, 2007. – С. 22–26.

УДК 376-075.373.2

Ковалик Ніна Іванівна
Осадча Лариса Валеріївна
вихователі

Дошкільний навчальний заклад
ясла-садок комбінованого типу №31
(м. Умань, Україна)

ФІЗКУЛЬТУРА І СПОРТ – НЕВІД’ЄМНА ЧАСТИНА ФІЗИЧНОГО І ДУХОВНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ В ЗДО

Фізичне виховання, фізична культура і спорт – це найбільш економічно вигідний і ефективний шлях профілактики захворювань, зміцнення генофону, підвищення потенціалу трудових ресурсів, психофізичного здоров’я, зростання добробуту населення і вирішення інших соціальних проблем. Затребуваність та популярність спорту цілком виправдана. Адже спорт – це не тільки самоорганізація і дисципліна, здоров’я і молодість, елемент культури і стиль життя – це саме життя, рух вперед! [3]

Наука про фізичне виховання на сучасному етапі розвивається швидкими темпами і постійно поповнюється новими даними наукових досліджень, якими займаються філософи, соціологи, педагоги, психологи, біологи, медики та представники інших наук. Спеціалісти з теорії і методики фізичного виховання узагальнюють і творчо синтезують наукову інформацію, яку отримують суміжні науки. Все це дало змогу підготувати цікаві праці та монографії з питань теорії і методики фізичного виховання, а також спортивного тренування (Б.А.Ашмарін, В.М.Заціорський, В.О.Запорожанов, В.М.Дячков, Л.П.Матвєєв, В.М.Платонов, В.П.Філін та ін..) [1]

Фізична культура – частина загальної культури, сукупність матеріальних та духовних цінностей суспільства, які створюються та використовуються ним

для фізичної досконалості людини. Вона історично зумовлена і змінюється на кожному новому етапі розвитку суспільства. До матеріальних цінностей належать: спортивні споруди (стадіони, спортивні зали, басейни, фізкультурні майданчики та ін.), фізкультурне обладнання та інвентар, а також рівень фізичної досконалості дитячого та дорослого населення, включаючи їх спортивні досягнення та ін. До духовних цінностей належать соціальні, політичні та практичні досягнення в галузі фізичного виховання.

Фізична культура має багато функцій: нормативну, яка полягає у закріпленні раціональних норм рухової діяльності; інформаційну, яка відображує властивості накопичувати культурну інформацію, бути засобом її розповсюдження та передачі їх від одного покоління до іншого; комунікативну, яка характеризується властивістю сприяти спілкуванню, встановленню міжособистісних контактів; естетичну – задоволення естетичних потреб особистості у красивих рухах, своєму гармонійному фізичному розвитку та ін.; біологічну, яка пов'язана з задоволенням природної потреби людини (особливо дітей) у русі, покращення її фізичного стану та забезпечення високої працездатності організму. Ці функції покладено в основу класифікації видів фізичної культури, яка може бути представлена як базова (загальнорозвиваюча), прикладна та оздоровча фізкультура, спорт[2].

Фізичне виховання – це організований педагогічний процес, спрямований на морфологічне і функціональне удосконалення організму людини, формування і поліпшення її основних життєво важливих рухових вмінь, навичок і пов'язаних з ними знань. Фізичне виховання в дитячому садку як цілеспрямований педагогічний процес здійснюється всією системою організованих форм, які передбачено програмою (щоденні заняття фізкультурою, ранкова гімнастика, рухливі ігри та ін..)

Фізичний розвиток – це процес становлення та змін біологічних форм та функцій організму людини під час її індивідуального життя. Він оцінюється рівнем антропометричних та біометричних показників (маса та довжина тіла, окружність грудної клітки та ін.), фізичних якостей (швидкості, спритності, сили,

витривалості, гнучкості), показників формування постави (вигинів хребта, відстані між кутами лопаток та ін.)

Фізична підготовка – цим терміном визначають прикладну спрямованість фізичного виховання щодо трудової або іншої діяльності людини (наприклад фізична підготовка моряка, спортсмена, космонавта та ін.) «Загальна фізична підготовка» - це процес фізичного виховання, що створює загальні передумови для високопродуктивної праці людини. «Спеціальна загальна підготовка» спрямована на підготовку людини до професійної та спортивної діяльності).

Рухова підготовленість – зумовлює рівень розвитку рухових умінь та навичок, фізичних якостей, що задовольняють вимоги спортивної класифікації (для спортсменів), шкільної програми з фізичної культури (для учнів шкіл) Для дітей дошкільного віку розроблені нормативні показники з усіх основних видів фізичних вправ та вимог щодо якості їх виконання, які визначені програмою виховання для дитячих садків.

Фізкультурна освіта – цим терміном визначають рівень знань з фізичного виховання, рухових і гігієнічних вмінь та навичок. Цей термін запровадив П.Ф.Лєсгафт, вважаючи, що фізичне виховання має на меті не лише зміцнення фізичних сил людини, а й накопичення нею спеціальних знань, вмінь та навичок.

Фізична досконалість – передбачає міцне здоров'я, гармонійний фізичний розвиток та всебічну фізичну підготовленість людини до життя, праці та захисту Батьківщини. У людей різних професій, статі, віку фізична досконалість має свої специфічні особливості. Кожна історична епоха створює свій ідеал фізичної досконалості людини. Тому що в цьому відображаються умови економічного та соціального життя людей, їхнього світогляду.

Фізичні вправи – це рухи, рухові дії, а також складні види рухової діяльності (рухові та спортивні ігри), які відібрані засобами для вирішення завдань фізичного виховання. Термін «вправа» застосовується також для визначення процесу багаторазового повторення рухових дій.

Спорт – це спеціальна діяльність, спрямована на досягнення у якому –

небудь виді фізичних вправ найвищих результатів, які виявляються у процесі змагань. Спорт не може існувати без інтенсивної підготовки. У дитячому спорті ця властивість реалізується з акцентом на більш широку та тривалу підготовку[1].

Література:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посібник. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2008р.

Вільчковський Е.С, Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: Навчально-методичний посібник. – Тернопіль: Мандрівець, 2011. – 128с.

2. [www.medycyna.sm.gov.ua > index.php](http://www.medycyna.sm.gov.ua/index.php)

УДК: 371.311.3

Кіяшко Олександра Олегівна

студентка факультету мистецтв, 2-А група

Науковий керівник Козєєв І.В.

старший викладач кафедри фізичного виховання

Харківський національний педагогічний

університет ім. Г.С.Сковороди

(м. Харків, Україна)

РУХЛИВІ ІГРИ В РОЗВИВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ЗДО: ДОСВІД, ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

Порушення постави у дітей дошкільного віку; запобіжні заходи щодо збереження здоров'я дитини

Тема дослідження: «Рухливі ігри в розвивальному процесі ЗДО: досвід, проблеми та перспективи розвитку. Порушення постави у дітей дошкільного віку; запобіжні заходи щодо збереження здоров'я дитини.»

Актуальність: Питання порушень постави дитини, що тільки формується на шляху становлення дорослою людиною тісно пов'язано з фізичним вихованням.

Розвиток технологій, насичений графік завдань, які передбачають довготривале знаходження дитини у положенні сидячи. Також, вдома, не маючи змоги проводити більше часу зі своєю дитиною, батьки замінюють себе і свою опіку гаджетами, за якими діти проводять більшу частину свого дитинства. Порушення постави та недостатня увага педагогів до спортивних(рухливих) ігор є не тільки дуже великою проблемою сучасності, але і майбутнього, адже діти виростають, а проблеми постави залишаються і прогресують.

Мета дослідження: Провести інформування майбутніх педагогів, щодо запобіжних заходів для збереження здоров'я дошкільників через впровадження рухливих ігор у навчальний простір закладів дошкільної освіти. Витоки та небезпечне середовище, у якому виникають ці проблеми. Систематизація та визначення рухливих ігор, через які виправлення постави та заохочення до виконання фізичних вправ будуть доречними.

Об'єкт дослідження: фізичний стан здоров'я дитини дошкільного віку. Рухові ігри в розвивальному просторі ЗДО.

Предмет дослідження: формування у студентів поняття про фізичне виховання дошкільників.

Завдання дослідження:

1) Методи дослідження:

1. Спостереження за дітьми, виявлення груп ризику, виявлення вихованців що мають проблеми постави, відхилення від вікової норми. Спостереження може проводитися у вигляді проведення фізичних вправ у контрольних групах, що виявлять труднощі, у дітей з порушеннями постави. Спостереження є безпосереднім та супроводжується обговоренням.

2. Визначення коефіцієнту доцільності та корисності вправ введених у навчальну програму. Спостереження за ефективністю впливу рухомих ігор на увагу, точність, витривалість та психо-соматичне здоров'я дитини.

2)Емпірична перевірка результатів: узагальнення та опис отриманих результатів дослідження з їх подальшим вивченням. Впровадження у практичну діяльність покращень умов життя та розвитку зростаючого покоління, а саме

вихованців ЗДО, систематизація заходів з запобігання виникнення передумов розладів правильної, здорової постави з урахуванням вікових особливостей та норм.

Впровадження рухливих ігор, перестановка більш доцільних для даної вікової групи відносно запропонованих навчальною програмою. Виявлення переваг такого виду діяльності щодо заняттям фізичною культурою.

Мета рухливих ігор: розвивати у дітей: вміння розміщуватися в просторі та рухатися в колективі, діяти за сигналом, зорову пам'ять, увагу, моторику.

Види: “Цапки”-розвивається координація, моторика та увага. Завдання гри- обраній дитині необхідно швидко спіймати інших учасників гри, “цапаючи” їх, тобто класична гра у лова. “П’ять камінців”- розвиток уваги, спритності та швидкості реакції.

З шести камінчиків дитина підкидає один і повинна зібрати останні п’ять до того часу, як впаде підкинутий їм угору камінець. Інвентар можна змінювати за бажанням та наявністю альтернативних варіантів. Особливу увагу варто приділити грі “Потяг” яка не тільки розвиває фізичні здібності дошкільника, але і соціальні навички. Діти шикуються в колону з одного боку майданчика. Перший – паровоз, інші вагони. Вихователь дає гудок, діти починають рухатися вперед (без зчеплення). Спочатку повільно, потім швидше, поступово переходячи на біг, вимовляють «Чу – чу – чу!». «Поїзд під’їжджає до станції» - каже вихователь. Діти поступово сповільнюють темп і зупиняються. Вихователь знову дає гудок, рух поїзда поновлюється.

Важливою частиною виховання дітей дошкільного віку є безпосередня участь вихователя в ігровому процесі - гра “Горобчики та кіт” яскравий приклад цієї практики - діти займають місця у відведеному для “гнізда” місці, Вихователь-кіт, дає команди “-Кіт спить” та “мяу-мяу”, при першій команді діти бігають по території майданчику, зображуючи горобців, на другу команду “кіт” прокидається і ловить горобців, що не встигли добігти до “гнізда” і вони вибувають з гри. Таким чином, задіяні всі учасники виховного процесу.

Література:

1. Кроковяк Г.М. Виховання постави: гігієнічні основи : посібник для вчителів і батьків / Г.М.Кроковяк. – Л.: Фенікс, 1963. – 64 с.
2. Мілюкова І.В., Едемська Т.А. Лікувальна гімнастика і порушення постави у дітей / І.В.Мілюкова, Т.А. Едемська. – СПб.: Сова; М.: ЕКСМО, 2003. – 127 с.
3. Чорна Н.Л. Порушення опорно-рухового апарату у дітей : навчальний посібник / Н.Л. Чорна та ін. – Ростов н / Д: Фенікс, 2007. – 160 с.

УДК 796.011.3

Кравчук Неля Павлівна,
к.пед.н., старший викладач
кафедри психології та педагогіки
розвитку дитини,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
(м.Умань, Україна)

ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР У РОБОТІ З ДОШКІЛЬНИКАМИ, ЯК ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП ДО ОВОЛОДІННЯ НАВИЧКАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР

Серед усіх засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку головне місце належить грі, тому що для них немає нічого більш захопливого, ніж гра: саме в грі діти задовольняють потребу в рухах. Саме гра дає дітям необхідні знання, уміння, навички, виробляє психомоторні якості, пізнання навколишнього світу, розвитку психічних функцій.

Інтерес до ігор викликає бажання повторювати улюблену гру багаторазово. В результаті повторення умовні рефлекси, які утворились в процесі гри, пов'язані з якістю виконання того чи іншого руху, або зі звичкою чітко дотримуватись правил гри, закріплюються, набувають характеру стійкої навички. Важливими особливостями рухливих ігор є : вільний вибір дій; менша регламентація дій, ніж при виконанні гімнастичних вправ; зміна темпу рухів; можливість зробити перерву за потребою; спонукання дітей до ігрових дій та

спілкування з гравцями та дорослими та підготовка до оволодіння навичками спортивних ігор.

Діти, граючись, вчаться спільно діяти в колективі, підпорядковуючи свої дії діям інших дітей та досягненню єдиної ігрової мети.

Якщо у вихователів відсутнє творче ставлення до ігор, які проводяться, педагогічна майстерність, вільне володіння новим матеріалом, то у результаті цього не вичерпуються величезні виховні та оздоровчі можливості рухливих ігор. Недоліками в процесі організації та проведення рухливих ігор є:

1. Недостатньо продумане забезпечення іграшками на прогулянці для проведення рухливих ігор та самостійної рухової діяльності дітей. Для ігор на ділянці іграшки підбираються без врахування інтересів дітей та пори року.

2. Не всі види ігор передбачених програмою використовуються в навчально-виховній роботі з дітьми.

3. Не повністю використовується час, відведений на ігри дітей.

4. Допускається велике число учасників гри в групі ослаблених дітей, що лишає їх можливості бути активними, а дорослих – здійснювати контроль за станом кожної дитини під час гри.

5. Допускаються помилки в використанні методів керівництва дитячою грою: вихователі регламентують дитячу діяльність, не надають свободи вибору виду гри, змісту і партнерів, або займають позицію невтручання. Без правильного і своєчасного керівництва ігрова діяльність втрачає своє виховне значення.

6. Відсутність достатнього контакту вихователя і медичного працівника.

7. Не завжди враховується вік дітей та рівень розумового та фізичного розвитку, що не тільки знижує ефективність рухливих ігор, а й шкодить здоров'ю дітей.

8. При визначенні величини навантаження рухливих ігор береться до уваги тільки чисто фізична сторона навантаження, ступінь же емоційності насичення гри не враховується. Між тим, якщо у фізично підготовлених дітей велика емоційна активність мобілізує їхні резервні можливості, то для ще не зміцнених

дітей, які знаходяться на ранній стадії ремісії захворювання, велике емоційне навантаження може виявитися завеликим і перебільшити їхні фізіологічні можливості.

9. Недооцінюється правильне розташування дітей у грі. Більш слабшим дітям чи втомленим не можна давати в грі активні ролі, а слід використовувати їх у ролі своїх помічників («суддів»).

10. Не заохочується дотримання правильної постави у дітей, красиве положення голови, тулуба під час ходьби і виконання вправ, чіткість виконання правил гри.

11. При проведенні гри, у завдання якої входить покращення функції дихання, не звертається увага на правильне положення грудної клітки і рук.

12. При розподілі ролей в грі, подачі команд не завжди береться до уваги ступінь збудженості дітей. Із збудженими дітьми тон розмови вихователя повинен бути неголосним, строгим; з сором'язливими, тихими дітьми – заохочуючий, м'який. Кожне навіть невелике досягнення таких дітей треба відмічати, щоб додавати їм впевненості в своїх силах.

13. Недооцінюються індивідуальні особливості дитини. Наприклад, при розподілі ролей інколи заохочується непотрібне честолюбство у дитини занадто збудженої, яка завжди хоче бути першою. Неправильно поступатись її проханням і давати перші ролі в грі, треба звертати увагу на малоактивних дітей.

14. Пропонуються підряд ігри, які вимагають довготривалої зосередженості уваги дітей, або навантаження на одні й ті ж м'язові групи, або тренування однієї і тієї ж навички, що призводить до швидкої втоми дитини.

Для усунення цих недоліків необхідно забезпечити наступне:

– створити необхідні умови для організації ігор в приміщенні і на майданчику, облаштувати педагогічний процес іграшками та ігровим матеріалом відповідно до віку, розвитку, та інтересів дітей;

– розвивати зміст дитячих ігор, розширити уявлення дітей про оточуюче життя (життя сім'ї, праці, відпочинку, дошкільного закладу тощо);

- дотримуватись часу, відведеного для ігор в режимі дня, сприяти тому, щоб їх організація забезпечила дітей бадьорим і радісним настроєм, тобто щоб кожна дитина відчула у грі себе щасливою;

- систематично формувати у дітей рухові вміння і навички, сприяти перетворенню гри на самостійну рухову діяльність;

- під час ігор розвивати пізнавальні та креативні здібності у дітей, активізувати їх рухову діяльність;

- заохочувати прояви уяви, ініціативи у виборі гри, розвитку її задумів і підбору матеріалу;

- в молодшому дошкільному віці потрібно використовувати ігри вихователя з усією групою, з невеликими підгрупами і окремими дітьми;

- важливо щоб відношення в процесі гри між дорослим та дитиною були рівними, створювалась особлива, довірлива форма, гра не наслідувала характер навчального заняття;

- навчання способом ігрової діяльності повинно носити яскраво виражений емоційний характер;

- зі старшими дошкільниками потрібно створювати проблемні ігрові завдання у формі запитань, рекомендацій, порад та обговорення з ними плану гри.

Плануючи роботу з фізичного виховання, необхідно враховувати, що рухова активність хлопчиків молодшого дошкільного віку, як правило вища за дівчаток, вони надають перевагу швидко-силовим вправам. Проте значних відмінностей у силових показниках хлопчиків і дівчаток у цьому віці не спостерігається. А ось у старшому дошкільному віці рухова активність стає більш цілеспрямованою, відповідає індивідуальним можливостям дітей, їх досвіду, інтересам, особистісним домаганням. Спостерігається статева диференціація у виборі рухів: хлопчики надають перевагу швидко-силовим вправам (ігри зі стрибками, метанням, бігом), а дівчатка – вправам, що вимагають координації рухів, чіткості виконання (іграм з елементами рівноваги, стрибками на скакалці, «класики»). Проте силові показники дітей обох статей

можуть бути рівними. Дорослим слід враховувати вибір дітей, їх схильності до певних видів рухових дій.

На статеву диференціацію під час вибору рухливих ігор вказував М. М. Єфименко [6], відмічаючи, що проведення однакових ігор для всіх дітей призводить до неочікуваних результатів: у хлопчиків помічається м'якість окремих рис характеру, а у дівчаток грубість, необережність. Тому для хлопчиків слід підбирати тематичні ігри такі як: «Пожежники на навчанні», «Прикордонники», «Сміливіше вперед!», «Трактористи», «Визволяй!», «Бій півнів» та ін., які формують такі риси характеру як наполегливість, рішучість, сміливість, ініціативності, витримку, активність та фізичні якості: силу, витривалість, швидкість, спритність тощо. А для дівчаток: «Метелики», «Подоряночка», «Білочки», «Класи», «Зайчики і кульбаби», «Зозуля», «Калина», «Танок лисичок», які формують витонченість, координацію рухів, пластичність, та фізичні якості: гнучкість, спритність, окомір тощо.

Це не означає що всі ігри слід проводити окремо для хлопчиків та для дівчаток, але вищевказані ігри формують специфічні чоловічі та жіночі риси, тому їх слід проводити з поділом на групи за статтю.

Отже, в процесі ігрової діяльності у всіх вікових групах слід здійснювати індивідуальний та диференційований підхід до дітей, враховуючи їх інтереси та здібності, вікові та статеві особливості, рівень сформованості рухових вмінь та навичок, що впливатиме на швидке оволодіння навичками рухливих та спортивних ігор та забезпечить розвиток творчої особистості дошкільника.

Література:

1. Руководство играми детей в дошкольных учреждениях: (Из опыта работы) / Сост. Е.Н. Тверитина, Л.С. Барсукова; Под. ред. М.А. Васильевой. – М.: Просвещение, 1986. – 112 с.
2. Синягина Н.Ю., Кузнецова И.В. Как сохранить и укрепить здоровье детей. Психологические установки и упражнения. – М.: Владос, 2004. -150с.
3. Загальні методичні вказівки до проведення рухливих ігор // Бібліотечка вихователя дитячого садка. – 2007, №4.

4. Єфименко М.М. Хлопці – козаки, а дівчата – квіточки. // Дошкільне виховання. – 2000, №4.

УДК: 373.2-053.4

Кумановська Лілія Олексіївна,
інструктор з фізкультури,
«спеціаліст I категорії»,
Дошкільний навчальний заклад
ясла-садок комбінованого типу №12
(м. Умань, Україна)

ОРГАНІЗАЦІЯ РУХЛИВИХ ІГОР З ЕЛЕМЕНТАМИ ФУТБОЛУ В ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Ігри є одним із важливих засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку. Вони сприяють формуванню та вдосконаленню життєво необхідних рухів, всебічному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я дитини, вихованню позитивних моральних і вольових якостей.

Спортивні ігри - це найвищий ступінь розвитку рухливих ігор. Вони відрізняються від рухливих єдиними правилами, що визначають склад учасників, розміри і розмітку майданчика, тривалість гри, обладнання та інвентар, що дозволяє проводити змагання різного масштабу. Змагання зі спортивних ігор носять характер спортивної боротьби і вимагають від учасників великого фізичного напруження і вольових зусиль.

Швидка зміна обставин під час гри привчає дитину користуватися своїми рухами відповідно до тієї або іншої ситуації. Все це позитивно впливає на вдосконалення рухових навичок. Цінність рухливих ігор полягає також у тому, що вони сприяють розвитку у дітей таких важливих фізичних якостей, як швидкість, спритність, витривалість.

Основним завданням в роботі з дітьми щодо використання ігор спортивного характеру є розвиток особистості дитини, оздоровлення її організму, розвиток рухів, рухових здібностей і фізичних якостей, створення емоційного настрою, виховання інтересу до різних видів фізичних вправ.

У закладі дошкільної освіти діти старшого дошкільного віку опановують елементи ігор спортивного характеру: бадмінтон, настільний теніс, баскетбол, футбол. Ці ігри сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової підготовки, комплексному розвитку фізичних якостей дошкільнят.

Гра у футбол - одна з найпопулярніших серед дітей старшого дошкільного віку. Грати можна на майданчику залежно від кількості гравців у командах. Перед тим як проводити гру, діти мають оволодіти найпростішими прийомами: передавати м'яч один одному в парах правою і лівою ногою, обводити м'яч навколо предметів (кеглів, кубиків) змійкою, вести м'яч і забивати його у ворота правою і лівою ногою, зупиняти м'яч, який котиться по землі внутрішньою стороною ступні.

Грати у футбол, застосовуючи найпростіші правила, можна на будь – якому рівному майданчику, розміри якого не повинні перевищувати завдовжки 25-40 м і завширшки 18-25 м.

На коротких сторонах майданчика стійками позначають ворота завширшки до 3м. Кожна команда складається з 5-8 гравців, включно із воротарем.

Педагог повинен стежити за дотриманням правил гри й розв'язувати суперечливі ситуації.

Гра триває 2 тайми по 15хв із 5-хвилиною перервою.

М'яч вважається забитим у ворота, якщо він повністю перетнув лінію воріт між стійками. Перемагає команда, яка забила більшу кількість м'ячів.

Гравці можуть вести м'яч ногою, передавати його ногами партнерові та бити його у ворота. Торкання м'яча головою або тулубом не є помилкою, руками торкатися м'яча дозволяється тільки воротареві. Гравцям не дозволяється ставити підніжки, ударяти суперника ногами, штовхатися, тягти за одяг, за руки. Порушенням гри є також біг із м'ячем у руках і спроба його ловити. Якщо гравець порушує правила, вихователь зупиняє гру й передає м'яч протилежній команді.

Удару по м'ячу ногою виконується серединою підйому, внутрішньою та зовнішньою частиною підйому, внутрішньою стороною стопи, носком.

Футболіст, готуючись до удару, відводить ногу назад, згинаючи її, а потім починає розгинати її вперед. Опорна нога дещо згинається в коліні, вага тіла переноситься на всю ступню, а потім у момент відриву м'яча від стопи відбувається піднімання на носок. Дальність польоту та траєкторія руху м'яча залежить від сили, з якою завдається удар.

Ведення м'яча здійснюється послідовними поштовхами різними частинами підйому або носком однією ногою або почерговим торканням. Залежно від ігрової ситуації дитина повинна не відпускати м'яч від себе (якщо суперник близько) або посилати його далі вперед (якщо необхідно швидко рухатися).

Для зупинки м'яча, що котиться, підшвою гравець зустрічає його ногою, що дещо зігнута в коліні й винесена вперед (носок підтягнутий до себе, п'ятка опущена). Потім м'яч накривають підшвою, носок опускають і м'яч притискають до землі. Зупинка м'яча, що котиться назустріч, внутрішньою стороною стопи починається з повороту ноги носком назовні, вагу тіла переносять на опорну ногу й у момент зіткнення з м'ячем відводять дещо назад.

Під час таких ігор діти вчаться перейматися не тільки своїми особистими результатами, але й результатами всієї команди, проявляти взаємодопомогу й доброзичливе ставлення один до одного. Щоб досягти більшої зацікавленості та бажання дітей брати в них участь, потрібно створювати радісну й невимушену обстановку.

Література:

1. Рунова М.О. Рухова активність дитини у дитячому садку. – ТОВ Видавництво «Ранок», 2007. – 192с.
2. Дмитренко Т.І. Спортивні вправи і розваги для дітей дошкільного віку. – Видавництво «Радянська школа», Київ, 1976. – 120с.
3. Андрощук Надія «Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні школярів. Методичний посібник», 2001. – 144с.

ЩОДО ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У світлі входження України в європейський простір, увага зосереджується на здоров'ї, фізичному розвитку та руховій активності підростаючого покоління. У Національній доктрині розвитку освіти наголошується, що пріоритетним завданням системи освіти є виховання дитини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності.

В останні роки спостерігається значне погіршення стану здоров'я дітей. Кількість абсолютно здорових дітей знизилась за останнє десятиріччя з 23 % до 15 %, збільшилась кількість дітей з хронічними захворюваннями. Біля 20–27 % дітей вважаються часто хворючими. Основними причинами такого стану є погіршення екологічної ситуації, економічні проблеми в країні, падіння рівня життя населення, зниження рівня медичного обслуговування, прискорення темпу життя, збільшення навантаження на дітей тощо.

У дослідженнях Е.С. Вільчковського, Н.Ф. Денисенко, Т.Ю. Круцевич, Н.В. Пангелової та ін., питанню реформування освіти й удосконаленню фізичного виховання дітей в контексті оптимізації рухової активності для підвищення рівня здоров'я і фізичної підготовленості дошкільників приділено значну увагу.

Умовами цілісного розвитку дитини є використання в закладах дошкільної освіти здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій, які реалізуються комплексно через створення безпечного розвивального середовища, екологічно сприятливого життєвого простору, повноцінного медичного обслуговування,

харчування, оптимізації рухового режиму, системного підходу до формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я і мотивації щодо здорового способу життя, дотримання гармонійних, доброзичливих взаємин між педагогом та вихованцями, самими дітьми. Реалізація напрямку здійснюється через вирішення наступних завдань:

- * Охорона та зміцнення здоров'я дітей;
- * Формування життєво необхідних рухових умінь і навичок дитини у відповідності до її індивідуальних особливостей;
- * Розвиток фізичних якостей;
- * Створення умов для реалізації потреби дітей у руховій активності;
- * Виховання потреби у здоровому способі життя;
- * Забезпечення фізичного і психічного благополуччя [4].

Фізичне виховання є основою для розвитку особистості в цілому. Його значення в формуванні особистості дошкільника полягає в наступному:

- а) фізичне виховання створює передумови для повноцінної розумової роботи;
- б) фізичне виховання забезпечує активність людини в продуктивній праці, так як фізично здорова людина здатна переносити великі навантаження;
- в) правильне фізичне виховання, участь у спортивно-масових заходах сприяють формуванню товариства, колективізму, вимогливості до себе, а також зміцненню волі [1, С. 60].

Важливим напрямом фізичного виховання дітей дошкільного віку є використання різноманітних форм та засобів фізичного удосконалення, серед яких важливе місце відводиться іграм з елементами спорту. Більшість впроваджених у практику закладів дошкільної освіти програм з фізичного виховання, спеціалізовані і побудовані на використанні окремих видів та напрямів підготовки. Як правило, це нетрадиційні оздоровчі системи («ігровий стретчинг», «йога», «ушу», «циган» тощо), а також спортивні ігри – хокей, футбол, баскетбол, городки, настільний теніс, бадмінтон. У спортивній і педагогічній літературі описаний зміст спортивних ігор, проте більшість

педагогів зазнають труднощів у вибудовуванні системи навчання дітей тій або іншій грі, спортивній вправі і найчастіше обмежуються тим, що виносять на прогулянку спортивне устаткування і надають дітям повну самостійність в його використанні.

У процесі життєдіяльності дітей у закладах дошкільної освіти використовується комплекс різних засобів: фізичні вправи (гімнастика, ігри, елементи спорту і туризму), природне середовище (повітря, сонце, вода), гігієнічні чинники (режим харчування, сну, занять і відпочинку, гігієна одягу, взуття, обладнання тощо). Поряд з традиційними засобами фізичного виховання, оздоровлення дошкільників у практиці роботи дошкільних закладів знаходять місце інші, наприклад: фітбол-гімнастика – вправи з використанням м'яча, що має певні властивості (розмір, колір, запах, пружність), які застосовуються з оздоровчою метою; стретчинг – система вправ, заснована на статичних розтягненнях м'язів тіла і хребта, яка дає змогу запобігати порушенню постави, має оздоровчий вплив на весь організм, допомагає активізувати його захисні сили, точковий масаж, комплекси вправ із профілактики порушень зору під час занять, гімнастику з елементами хатха-йога, кольоротерапію, дихальну гімнастику, пісочну терапію, казкотерапію, імунну гімнастику, аерофітотерапію, «Етюди для душі», валеокорекцію, бестінг, мудри.

У кожному груповому приміщенні бажано створити осередок фізкультурно-оздоровлювальної активності (гімнастична стінка, драбинка, гімнастична лава, куби, м'ячі, обручі, сухий басейн, «стежка здоров'я», фітоподушки, різні іграшки - автомобілі, візки тощо). Розміщення обладнання має забезпечити вільний без перешкод доступ до нього та сприяти руховій активності дітей, закріпленню у них набутих умінь та навичок [4, С. 6].

Ефективна реалізація ідей формування здорового способу життя можлива за умови раціонального використання фінансових, технологічних, матеріальних, інтелектуальних та інших ресурсів держави, які спрямовуються на формування фізично, психічно, соціально, морально здорової особистості з високим рівнем громадянської відповідальності, готової до самостійного вибору власного місця

в житті, високо ерудованої і культурної, яка має гуманістичний світогляд та гуманістичні якості, поважає батьків, інших людей, які її оточують, із сформованою культурою спілкування, веде здоровий спосіб життя, прагне до самовдосконалення, толерантна, добродісна, милосердна, доброзичлива.

Література:

1. Бондарев, Д.В., Гальчинский, В.А. (2008). «Особенности психофизических возможностей студентов, занимающихся спортивными играми». Физическое воспитание студентов творческих специальностей, № 1, 59-64.
2. Вільчковський Є.С. Теорія і практика фізичного виховання дітей дошкільного віку / Є.С. Вільчковський. - Львів: ВНТЛ, 1998. - 336 с.
3. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. - Киев, 2005. - 296 с.
4. Копілова Л.В. Здоровий дух у здоровому тілі / Л.В. Копілова. – К.: КНЕУ, 2010. – 9 с.

УДК: 796.035(0758)

Любченко Олександр Іванович,

Студент 106-С групи

КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім.Т.Г. Шевченка»,

Науковий керівник: **Любченко Інна Іванівна,**
*к. пед. н., викладач вищої кваліфікаційної категорії,
голова циклової комісії педагогіки і психології
та методик дошкільної освіти,
КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т.Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)*

НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ОЗДОРОВЛЕННЯ

Фізичне виховання дошкільнят - організований процес, спрямований на їхній фізичний розвиток, рухову, фізичну підготовку до творчої життєдіяльності, набуття знань, умінь та навичок з фізичної культури. Його пріоритетні завдання - формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я дітей через комплекс фізкультурно-оздоровчих заходів. Заняття з фізичної культури, ранкова, гігієнічна, коригувальна гімнастики, фізкультурні хвилинки, динамічні паузи, рухливі ігри, спортивні вправи та ігри, піші переходи, спортивні вечори

розваг та свята, дні здоров'я тощо, - усе це становить структуру фізичного виховання.

Дуже важливо надавати процесу фізичного виховання оздоровчої спрямованості. Наповнення занять з фізичної культури, ранкової гімнастики та інших форм роботи різноманітними рухами в комплексі з традиційними та нетрадиційними оздоровчими технологіями збагатять дітей знаннями про особисте здоров'я, сформуєть у них уміння та навички оздоровлення та відновлення власного організму. У дошкільнят з'явиться потреба та бажання бути здоровими, не хворіти, вести здоровий спосіб життя, сформується емоційно-ціннісне ставлення до себе, свого організму.

Серед інноваційних оздоровчих технологій для дітей дошкільного віку в ЗДО слід виокремити: футбол-гімнастику, художню гімнастику, пальчикову (вправи, ігри, картинки), дихальну та звукову гімнастику, імунну гімнастику, гідро-аеробіку, психо-гімнастику (вправи, ігри, етюди, пантоміми). Для зміцнення фізичного здоров'я дітей і формування в них упевненої красивої постави, створення позитивних емоцій і оптимістичного світовідчуття, як нетрадиційні методи оздоровлення використовують також елементи хатха-йоги, релаксації, масажу і самомасажу. Ці методики мають ряд переваг серед інших видів фізичної активності: вони не вимагають великих приміщень і дорогого обладнання для занять, можуть проводитися з дітьми як молодшого, так і старшого віку. Крім цього, східна гімнастика є чудовим засобом естетичного і морального виховання: завдяки таким вправам не лише покращується здоров'я, а й формуються красива фігура, правильна постава й енергійна хода, поліпшується координація рухів, виробляється сила волі, витримка і впевненість у собі. Ці заняття вчать малюків долати труднощі, підвищують життєвий тонус і працездатність, створюють гарний настрій.

Вихователі всіх вікових груп вміло впроваджують на своїх заняттях нетрадиційні підходи до системи фізкультурно-оздоровчої роботи. В структурі заняття є обов'язковими дихальні вправи, корегувальна гімнастика, використання нетрадиційного обладнання, музико-, кольоро-, дзвонотерапія,

арт-терапія, футбол – гімнастика та ін. Зупинимось на основних формах та методах оздоровлення дошкільників, що використовують педагоги закладів дошкільної освіти:

- Корегуючі доріжки: використовуються з метою запобігання плоскостопості та корекції порушень постави.
- Масаж — активний лікувальний метод, тактильний подразник, заспокійливий засіб для зняття втоми. Він підвищує опірність організму і корисний у будь-якому віці. Для зміцнення імунної системи дітей застосовуються різні види лікувально-профілактичного масажу, а саме: масаж стопи (у положенні стоячи або сидячи катати ступнею маленькі м'ячі з нерівною поверхнею, кульки); крапковий, «пляшковий», щіточковий масаж, масаж за допомогою махрової рукавички, «горіховий масаж» (2-3 секунди).
- Точковий масаж дає позитивний результат у дітей, які хворіють на гострі респіраторні захворювання, а також діє профілактично. Зокрема, суть точкового масажу - масажування біологічно активних точок, більшість яких розміщена на обличчі та шиї. За допомогою «горіхового масажу» активізуються енергетичні точки. Усі види масажу можна проводити як в дитячому садку так і вдома.
- Фітбол-гімнастика. Досить цікавими є поєднання казкотерапії з нетрадиційними методами зміцнення фізичного здоров'я дітей, зокрема, футболами. Ці заняття сприяють корекції психомоторного, мовного, емоційного, загального психічного розвитку дітей дошкільного віку. Фітбол-гімнастика включає виконання гімнастичних вправ на великих надувних м'ячах різного розміру і конфігурації. Вправи на м'ячах можна використовувати у навчально-виховному процесі під час різних організаційних форм роботи з дітьми як на заняттях з фізичної культури, фізкультпаузах, валеохвилинках, святах, розвагах тощо так і на прогулянках.

- Міо – гімнастика розроблена та описана Роджерсом у 1917 році та складається з спеціальних комплексів вправ на певні м'язи обличчя для профілактики та лікування різних порушень прикусу.
- Дихальна гімнастика це своєрідний ключ до прихованого життя тіла, що безпосередньо пов'язане з розумовою працездатністю людини та її емоційним станом. Так, ритмічне дихання з паузою на вдиху або видиху зумовлює періодичну зміну утримання кисню в крові, що викликає відповідну реакцію — стрімке розширення судин мозку.
- Особливу радість дітям приносять заняття гуртка «Пілатес» — комплекс вправ для всього тіла, який розвиває гнучкість і рухливість. Це один з найбільш безпечних видів тренувань. Жодні інші вправи не впливають на тіло настільки м'яко, як вправи Пілатесу, одночасно зміцнюючи його. Фізіотерапевти та спортивні лікарі всього світу радять використовувати Пілатес для відновлювальної терапії навіть після травм хребта.
- Ароматерапія — це метод оздоровлення, який вводиться в організм через дихальні шляхи, тобто, ми використовуємо саме збори трав для дихання через мішечки з хлопку. Використовується з метою профілактики гострих респіраторних захворювань.
- Вправи – релаксації . Звуки природи. Використовується для розслаблення, зняття емоційної та фізичної напруги, для приємного занурення у денний сон [4].

Повноцінний фізичний розвиток і здоров'я дитини є основою формування особистості!

Література:

1. Зайцева В.М. Теорія спортивного тренування з основами методик: підручник для студентів ВНЗ / В.М. Зайцева. - Київ, 2003. - 173 с.
2. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: Підручник / Клапчук В.В., Дзяк Г.В., Мурахов І.В. та ін.; за ред.В. В. Клапчука, Г.В. Дзяка. - К.: Здоров'я, 1995. - 312 с.

3. Теория и методика физического воспитания/ Под ред.Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімп. літ-ра, 2003. - Т.1. - 423 с.; Т.2 - 392 с.

4. Сучасні фізкультурно - оздоровчі технології у фізичному вихованні / С. Дудіцька, О. Зендик // Теорія та методика фіз. Виховання і спорту. - 2002. - N 2-3. - С.81-82. - Бібліогр.: 3 назв. - укр.

УДК 373.2-053.4

Майданюк Алла Володимирівна
вихователь II кваліфікаційної категорії
ДНЗ №2 комбінованого типу
«ясла-садок»
(м. Умань, Україна)

ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ЕЛЕМЕНТАМ БАСКЕТБОЛУ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Проблеми фізичного розвитку дошкільнят, зміцнення та збереження їхнього здоров'я ніколи не втрачають своєї актуальності. Особливо це стосується умов сьогодення, оскільки в умовах активного впровадження комп'ютерних технологій різко знизилась рухова активність дітей, як наслідок підвищився відсоток дітей з ослабленим здоров'ям. Саме тому, відповідно до Законів України «Про дошкільну освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Базового компоненту дошкільної освіти, фізичне виховання дошкільнят є обов'язковою складовою повноцінного розвитку дітей.

Спортивні ігри є одним із важливих засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку. Правильно підібрані, вони сприяють формуванню та вдосконаленню життєво необхідних рухів, усебічному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я дитини, вихованню позитивних моральних і вольових якостей. Однією з таких спортивних ігор є баскетбол [1, С. 47]. У ході цієї гри діти не лише навчаються кидати та ловити м'яч, закидати його в корзину, метати на дальність і ціль, а й вправляються у ходьбі, бігові, стрибках. У них формуються швидкість рухів, стрибучість, м'язова сила. Це сприяє гармонійному розвитку центральної нервової системи й усього організму, а

також удосконаленню дрібної моторики. Водночас гра в баскетбол потребує відповідної розумової роботи: аналізу ситуації, прийняття рішення, передбачення можливих дій суперника. Колективний характер гри створює сприятливі передумови для виховання морально-вольових якостей [2, С. 336]. Дані досліджень, а також практика роботи дитячих садків свідчать про те, що діти старшої групи із задоволенням опановують елементи ігор спортивного характеру, зокрема баскетболу [3, С. 92]. Хоча за останні роки значно підвищився інтерес до спортивних ігор, однією з актуальних проблем залишається сучасний підхід до методики навчання елементам баскетболу у дошкільних навчальних закладах. Результати підготовки старших дошкільників до гри в баскетбол більшою мірою залежать від того, наскільки вдало зможе педагог організувати навчання, зробити цікавим та доступним цей процес для розуміння дітьми даної вікової групи. Тому саме з цією метою застосування ігрового методу можливе вже від самого початку навчання дошкільників елементам баскетболу. Використовуючи ігри та ігрові вправи, які можуть становити 60-70%, ми задовольняємо бажання дітей грати, робимо навчання цікавим. [4, С. 12].

Експериментальні роботи провідних спеціалістів показали, що ігрові дії та елементи техніки баскетболу вдосконалюються дітьми під час рухливих ігор : «Гонка м'ячів по рядах», «М'яч об стінку», «Естафета з веденням м'яча», «Лови, кидай, падати не давай», «Мисливці та звірі», «Мисливці та зайці», «М'яч ведучому», «Будь уважний», «Хто найвлучніший» та ін. [5, С. 75]. Також доцільно застосовувати рухливі ігри, в яких результат команди залежить від участі кожної дитини, незалежно від своїх партнерів. Такі ігри підвищують відповідальність дитини перед командою, спонукають її діяти найбільш ефективним способом, мобілізуючи максимальні зусилля задля досягнення найкращого результату.

Рухливі ігри з елементами баскетболу для дітей старшого дошкільного віку:

«Грай, грай м'яч не втрачай».

Завдання. Вчити дітей слухати сигнал; формувати вміння управляти м'ячем і грати з ним не заважаючи товаришу, знаходити вільне місце на майданчику; розвивати уважність, швидкість; виховувати товаристкість.

Опис гри. Всі діти розташовуються на майданчику і кожен грає з м'ячем на свій розсуд. Після сигналу вихователя всі повинні якомога швидше підняти м'яч вгору. Хто не встигає отримує штрафні бали. Гра повторюється.

Варіанти. Після сигналу вихователя всі гравці повинні правильно тримати м'яч або прийняти стійку баскетболіста.

Методичні вказівки. Перед грою вихователь називає рух з м'ячем, який діти можуть виконати.

2. Ігри з передачею, ловінням м'яча.

«10 передач»

Завдання. Вчити дітей передавати-ловити м'яч; розвивати вміння узгоджувати дії з товаришами; виховувати прагнення допомогти товаришеві, правильно виконувати рухи.

Опис гри. Діти стають парами на відстані 1,5-2 метри один від одного. У кожній парі м'яч. За сигналом діти починають передавати м'яч один одному заданим способом, намагаючись не впустити його на землю. Перемагає пара, що швидше зробила 10 передач без падіння м'яча.

Методичні вказівки. Звертати увагу дітей на те, що м'яч необхідно ловити, не торкаючись ним грудей і кидати його партнеру на рівні грудей.

3. Ігри для навчання ведення м'яча.

«Ловець з м'ячем».

Завдання. Вчити дітей вести м'яч в правильній стійці правою і лівою рукою бігом, змінюючи напрямок і швидкість пересування; розвивати швидкість, спритність; виховувати чесність і справедливість.

Опис гри. Діти з м'ячами вільно пересуваються по майданчику, один з них ведучий. Його мета, ведучи м'яч, доторкнутись рукою до кого-небудь з гравців. Якщо йому це вдається, то той до кого доторкнулися стає ведучим, а ведучий гравцем.

Методичні вказівки. Спочатку роль ведучого виконує вихователь, а в подальшому – дитина.

4. Ігри з кидками м'яча в кошик.

«П'ять кидків».

Завдання. Вчити дітей кидати м'яч у кошик; розвивати влучність, точність рухів; виховувати чесність і справедливість.

Опис гри. Діти розташовуються на відстані 1,5-2 метри від кошика. За сигналом вихователя всі діти кидають м'ячі в корзину. Перемагає той, хто швидше потрапить 5 раз в кошик, зазначеним способом.

5. Ігри з ловом, передачею та веденням м'яча.

«М'яч капітану».

Завдання. Вчити застосовувати в грі різноманітні рухи з м'ячем, узгоджувати свої дії з діями партнера; розвивати швидкість, уважність.

Опис гри. Діти діляться на дві команди. У кожній команді вибирається капітан, який стає в коло, намальоване в кінці чужого майданчика. Діти кидають м'яч своєму капітанові, а противники намагаються перехопити м'яч і передати його своєму капітанові.

Методичні вказівки. М'яч можна вести, передавати товаришеві по грі, не можна бігти з ним.

Зазначені ігри сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової підготовки, комплексному розвитку фізичних якостей дошкільнят. Застосування елементів спортивних ігор у дошкільному віці закладає у дитини основу для систематичних занять одним з видів спорту у наступні шкільні роки.

Література:

1. Вільчковский Е.С. Фізична культура дітей дошкільного віку / Е.С. Вільчковский. – К.: Здоров'я, 2002. – С.47
2. Портных Ю.И. Спортивные игры : учебник для физ. ин-тов / Ю.И. Портных. – М. : Физкультура и спорт, 1975. – С.336
3. Вільчковський Е. С. Форми виховання дітей у дошкільному закладі / Е.С. Вільчковский. – К., 2001. – С.92

4. Осокіна Т.І. Фізична культура в дитячому садку / Т.І Осокіна. – Донецьк, 2006. – С.12.

5. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7лет / Л.И. Пензулаева. – М., 2001. – С.75

УДК 373.2.016:79]:796

Марченко Римма Юрїївна,

вихователь, II категорія,

Краснокутський дошкільний начальний заклад

№ 1(ясла-садок)

(смт. Краснокутськ, Харківська область, Україна)

РУХЛИВІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ СПРИТНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

На сучасному етапі реформування системи дошкільної освіти в Україні особливої значущості набуває робота вихователя закладів дошкільної освіти, який першим здійснює цілеспрямовану системну роботу з фізичного розвитку і формування рухових навичок, звички до повсякденних занять фізичним вихованням. В національних програмах «Освіта (Україна ХХІ століття)», «Діти України», Національній доктрині розвитку освіти та програми «Здоров'я нації» серед стратегічних завдань визначено пошук шляхів удосконалення процесу збереження та зміцнення здоров'я молодого покоління, починаючи з дошкільного віку.

Дошкільний вік є важливим етапом у формуванні основ рухової функції дитини, про що доводять у своїх працях дослідники Г. Бикова, Л. Бондаренко, В. Верховинець, Е. Вільчковський, Н. Денисенко, О. Курок, Д. Хухлаєва та інші.

Розвиток рухових якостей (швидкості, спритності, гнучкості, витривалості, сили) у старших дошкільників відбувається під впливом двох факторів: природно-вікових змін організму та режиму рухової активності. Доцільно розкрити поняття «спритність», яке розуміємо як «здатність людини чітко виконувати рухи у складних координаційних умовах» [1, С. 151].

Розвиток спритності дітей дошкільного віку може здійснюватись за допомогою різних засобів, проте, найдоступнішими і найефективнішими «ліками» для дітей старшого дошкільного віку від рухового «голоду» є рухливі ігри.

Рухливі ігри – ігри, в яких яскраво виявлена роль рухів; це усвідомлена, емоційна діяльність дітей, спрямована на досягнення ігрової мети [1, с. 217; 3, С. 6]. Рухлива гра – це активна рухлива діяльність дітей, для якої характерні творчі рухливі дії, мотивовані її сюжетом. Ці дії частково обмежуються правилами, спрямованими на подолання різних труднощів.

При правильному керівництві кожна дитина із задоволенням бере активну участь у рухливих іграх. З дітьми дошкільного віку проводять три види рухливих ігор: сюжетні ігри, ігрові вправи (несюжетні ігри) та ігри з елементами спорту (городки, настільний теніс, бадмінтон, баскетбол, футбол, хокей). Здійснюючи керівництво рухливими іграми, вихователь повинен доцільно обирати ігри великої, середньої або малої рухливості у відповідності із фізичним навантаженням, враховуючи індивідуальні і фізіологічні можливості дитини.

Застосування рухливих ігор на заняттях фізичної культури, під час прогулянок надає дітям старшого дошкільного віку можливість для творчого вирішення рухових завдань і в деякій мірі сприяє прояву самостійності, ініціативи, винахідливості; впливає на формування позитивних рис характеру і моральних якостей.

Враховуючи вищесказане було проведено спостереження за естафетою, до якої входили ходьба, біг по колу, стрибки просуваючись вперед, стрибки на місці, тримання рівновага на дробині, метання предметів. Учасниками спостереження були дітьми старшого дошкільного віку, які відвідують Краснокутський дитячий навчальний заклад (ясла-садок) № 1 Харківської області у кількості 18 осіб.

У ході естафети встановлено розвиненість спритності, що характеризується координацією рухових дій та точністю виконання рухів. Було встановлено, що

на середньому рівні сформовані рухові якості у 67 % дітей; на низькому рівні – 22% дітей; і лише на високому рівні – 11%.

З метою покращення розвитку спритності дітей старшого дошкільного віку, було розроблено серію рухливих ігор, які проводились як на занятті з фізичної культури, музичному занятті, так і під час прогулянки. Деякі елементи рухів удосконалювали під час виконання вправ ранкової гімнастики тощо. Багато цікавих рухливих ігор проводили з м'ячем, скакалкою та іншими предметами («Підкинь і злови», «Не давай м'яча» тощо). Для розвитку спритності проводили ігри, які вимагали негайних рухових відповідей в обставинах, що швидко змінюються, ускладнюються додатковими завданнями, ігри з подоланням певної відстані за найкоротший час («Біжіть до прапорця», «Хто перший», «Квач», «Птахи», «Літаки», «Дзвоник» тощо). Доцільно залучати діти до ігор, де виконують більш складні за координацією рухи («Прокоти м'яч у ворота», «Не зачепи брязкальце», «Серсо» тощо). Розвитку сили окремих м'язів рук, ніг, тулуба доцільно в іграх, які потребують короткочасного силового напруження («Хто далі кине», «Ведмідь і бджоли» тощо).

З великою захопленістю діти грали в ігри, і яких передбачалось об'єднання у команди («Садіння картоплі», «Чия ланка швидше збереться»), що привчало допомагати перемагати гравцям своєї команди, виявляти рішучість, витримку, спритність.

Рухливі ігри під музичний супровід мають вагомий вплив на розвиток спритності. Музичний супровід рухливої гри вчить дітей діяти самостійно: визначати зміну темпу, регістру, динаміки звучання, передавати в рухах метричну пульсацію та ритмічний малюнок; шукати виразні рухи, які передають звучання музики; у вільних танцях вільно використовувати знайомі елементи [2, С. 156, 189].

В ході проведення рухливої гри вихователь повинен слідкувати за дозуванням рухів, особливо це стосується ігор з бігом, лазінням, стрибками. Тривалість бігу – 30-35 с за одне повторення. Кількість повторень залежить від її змісту, але не повинна перевищувати 4-6 разів. Короткі паузи для відпочинку

сприяють попередженню перевантаження дітей. Загальна тривалість рухливої гри – 10-12 хвилин.

Упродовж такої роботи діти не тільки розвиваються спритність та рухові якості, а й навчаються діяти злагоджено у команді, дотримуватись певних правил, витримки, приймати рішення і виконувати їх, розподіляти свої сили і виявляти власну волю тощо. Гармонійний розвиток дитини значною мірою залежить від рухової активності, що є джерелом психічного, емоційного, інтелектуального і фізичного розвитку дитини у подальшому.

Література:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: підручник. Суми: «Університетська книга», 2019. 467 с.
2. Дитина: Освітня програма для дітей від двох до семи років. К.: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2016. 304 с.
3. Шутько В. В. Методика застосування рухливих ігор в початковій школі: [методичні рекомендації]. Кривий Ріг : ДВНЗ «КНУ» КП, 2014. 46 с.

УДК 373. 2. 017 : 797.2] (06)

Поліщук Олена Василівна,
*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри дошкільної освіти
Уманського державного педагогічного
університету імені Павла Тичини
(м. Умань, Україна)*

ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Програмами розвитку, навчання і виховання дітей дошкільного віку, інструктивно-методичними листами та рекомендаціями Міністерства освіти і науки України передбачено навчання дітей плавання в умовах закладів дошкільної освіти. На жаль, не в усіх дошкільних закладах створено відповідні для нього умови. В останні роки цьому питанню приділяється все більша увага.

У дошкільних закладах практикується обладнання плавальних басейнів для дітей (частіше відкритих для використання в літній період), а тому виникла необхідність озброїти педагогів відповідними знаннями, уміннями та навичками в цій галузі дошкільної освіти.

Починаючи заняття з плавання із старшими дошкільниками, педагог має пам'ятати, що в групі можуть бути діти різної підготовленості щодо плавання. Не в усіх дошкільних закладах є можливість навчати дітей молодшого і середнього дошкільного віку плавати. Більшість з них потрапляють до басейну лише в старшому віці, не отримавши попередньої підготовки. Природно, що ті, хто почав займатися раніше, мають значні переваги. Вода для них – середовище відоме, звичне. Вони знайомі з порядком проведення занять, знають правила поведінки на воді, почувають себе в ній впевнено, володіють необхідними вміннями і навичками, плавальними рухами, самостійні при переодяганні, виконанні гігієнічних процедур. Новачки ж починають із освоєння води, подолання відчуття страху перед незнайомим середовищем, оволодіння всіма підготовчими до плавання вправами. Тому завдання, організація і прийоми педагогічного супроводу занять плаванням у подібних групах на перших порах мають суттєві відміни. Із підготовленими дітьми ми із самого початку приступали до розучування рухів ногами, дихання і координації рухів при плаванні кролем. Оволодіння новими вміннями і навичками відбувалися паралельно із вдосконаленням ковзання по воді, дихання та інших рухів, засвоєних раніше. Разом з тим, ми враховували і її відмінності у змісті навчання дітей старшого дошкільного віку, які передбачені програмою «Дитина» зокрема для дітей шостого і для дітей сьомого років життя. Із тими дітьми, які тільки приступали до регулярних занять, ми починали навчання із освоєння ними водного середовища, з виконання підготовчих до плавання вправ. Лише після того, як більшість новачків почували себе у воді добре, впевнено могли пересуватися в ній, набували навичок ковзання по воді, на грудях, навчали правильно дихати (вдих над водою, занурення голови і видих під водою), ми переходили до розучування більш складних завдань.

Педагогу, що організує роботу з дітьми різної підготовленості, треба пам'ятати, що старші дошкільники набагато швидше освоюються з водою, ніж молодші. Вони свідомо підходять до виконання підготовчих вправ, виявляють наполегливість та інші вольові якості, аби досягти бажаного результату. Здатні правильно оцінити свою поведінку і досягнення. Тому період освоєння старших дошкільників з водою значно коротший, ніж молодших дітей. Але послідовність виконання вправ для початкового навчання плавання зберігається у роботі з дітьми всіх вікових груп. Процес навчання старших дошкільників ущільнюється, інтенсивнішим стає формування навичок щодо підготовчих до плавання рухів. Відтак, можна швидше переходити до вправ, що допомагають оволодіти технікою плавання кролем на грудях і спині. Разом з тим не можна надто прискорювати процес навчання. Важливо, щоб діти засвоїли всі основні вправи з кожного розділу, тоді й результати будуть добрими. Проте не слід на першому році навчання вимагати від старших дошкільників повного засвоєння техніки плавання. Досить того, якщо вона відтворюватиметься в загальних рисах.

У старшій групі після оволодіння дітьми ковзанням на грудях і спині (глибина до грудей), ми приступали до навчання рухів ногами у цих положеннях. Ці рухи доцільно виконувати з підтримувальними предметами в руках – плавальною дошкою, іграшкою, надувним кругом або із надувними нарукавниками тощо. Таким чином, при опорі руками економлять сили, які доводиться витратити на підтримування голови і тулуба па поверхні води. Увагу дошкільників ми концентрували на рухах ніг (коліна зігнуті, носки відтягнуті вниз) і голови (піднімання під час вдиху і занурювання обличчя у воду під час видиху). Один із найпоширеніших недоліків у рухах ногами – надмірне їх згинання, надто різкі, безладні, незграбні рухи. Помилка полягає у рухах ногами не від стегна вниз-угору, а від коліна. Тому ці рухи спочатку діти виконували на суші, сидячи чи лежачи на лаві або на підлозі, а також у воді на мілководді в упорі лежачи на випрямлених або зігнутих руках спереду і ззаду. У цей період необхідно було досягти погодженості рухів ніг і дихання. Ми показували і пояснювали дітям, що вдих здійснюється на другому русі (ударі) ногами, а

видих, триваліший за вдих, – на четвертому. У такому ритмі під лічбу діти спочатку дихали на суші, а потім у воді. Для цього необхідно було, стоячи на глибині до грудей, нахилитися вперед так, щоб під час вдиху можна було повернути обличчя в сторону, а рот виступив на поверхню. Для видиху обличчя опускають у воду. Поворот голови для вдиху і видиху в плаванні способом «кріль на грудях» виконували спочатку на мілкому місці в упорі лежачи. У цьому положенні діти занурювали обличчя щогою у воду і робили вдих. Потім, повертаючи обличчя вперед (у воду), видихали. Для виконання наступного вдиху діти знов повертали голову в сторону (вліво чи вправо), так, щоб протилежне вухо залишилося у воді. Коли педагог показував і пояснював вправу, діти перебували на суші або у воді на мілкому місці.

Цю вправу з дітьми закріплювали, пересуваючись на руках по дну вперед, а потім з підтримувальними предметами. Ми стежили, щоб діти під час видиху не опускали голову глибоко у воду. Під час видиху рівень поверхні води має сягати брів або волоссяного покриву на лобі.

До навчання рухів руками в поєднанні з диханням ми приступали у положенні стоячи у воді, нахилившись уперед. Поворот голови для вдиху починають, коли лівою рукою (за вдиху з цієї сторони) закінчують рух під водою біля лівого стегна і піднімають ліктем угору. Потім руку проносять кистю вперед, обличчя повертають у воду і видихають. Бажано привчати дітей повертати голову для вдиху як вправо, так і вліво.

Якщо дитині важко поєднувати плавальні рухи з диханням, ми дозволяли їй плавати із затримкою дихання на вдиху. Це спрощена форма способу плавання, побудована на технічно правильній основі.

Навчити дітей плавати на грудях у повній координації – основне завдання роботи у групі дітей сьомого року життя.

По завершенню дослідно-експериментальної роботи нами були проведені тестування дітей із плавання за вимогами програм закладів дошкільної освіти. Результати тестування показали, що ті діти, які займалися плаванням із молодшого дошкільного віку систематично, показували високі результати по

завершенню навчання плавання у старшій групі. І навпаки, ті діти, які вперше прийшли в дошкільний заклад до старшої групи і розпочали навчання плавання з п'ятирічного віку, мали набагато нижчі результати у виконанні програмних завдань. Але ми помітили і те, що старші діти набагато швидше, ніж малюки, освоюються з водою, вони люблять заняття плаванням, добре наслідують своїх ровесників, які якісно засвоїли різні вправи з плавання. Разом з тим, діти, які не пропускали занять з плавання, менше хворіли, ніж ті діти, які несистематично відвідували заняття (і дошкільний заклад) через різні причини.

Література:

1. Загартовує природа: З досвіду роботи Центру природного оздоровлення дітей ясел-садка № 27 "Джерельце" м. Сміли, Черкаської обл. // Дошкільне виховання. – 1998.– № 9. – С. 12-13.
2. Особливості проведення занять з плавання з дітьми дошкільного віку: Метод, рекомендації / укл. Ю. О. Короп, Ю. І.Тупиця, Н. П. Удовенко. – К.: ІСДО, 1994. – 52 с.
3. Поліщук О.В. Формування професійної компетентності майбутніх педагогів із фізичного виховання дошкільників: навчально-методичний посібник / Олена Поліщук. – Вид. 2-е, перер. та доп. – Умань : ВПЦ «Візаві», – 2018. – 142 с.

УДК 796:612.76

Поштарук Лариса Іванівна,
завідувач відділення дошкільної і початкової освіти
викладач вищої кваліфікаційної категорії, магістр;
Поштарук Вікторія Іванівна,
Студентка,
КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж
ім. Т.Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

ВИХОВАННЯ ЗДОРОВОЇ НАЦІЇ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР

Збільшення обсягу наукової інформації роблять надзвичайно актуальною проблему оновлення змісту освіти, головним напрямком якої є її гуманізація та

інтеграція. Актуальність проблеми визначається завданнями, відображеними в державній національній програмі «Освіта» (Україна ХХІ століття), національній доктрині розвитку освіти в Україні, державному стандарті загальної освіти, які спрямовують педагогічну науку на пошук шляхів оптимізації особистісного розвитку дитини у процесі навчання та розкриття механізмів формування життєвої компетентності як інтегральної здатності дитини та наголошують на необхідності створення й запровадження інтегрованих курсів.

Відповідно до Закону України «Про фізичну культуру і спорт», фізична культура – це складова загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, інтелектуальних та морально-вольових здібностей людини для гармонійного формування її особистості.

На сучасному етапі формування української національної системи фізичного виховання дітей вимагає перебудови процесу фізичного виховання, переходу до розвивальної, демократичної та гуманістичної освіти. Це потребує нових підходів до проведення занять з фізичної культури і дозвіллевих форм роботи з фізичного виховання дітей.

Старший дошкільний та молодший шкільний вік найбільш відповідальний період у процесі як фізичного, так і інтелектуального розвитку дитини. Саме в цьому віці діти засвоюють навички, отримують основи знань; закладаються основи культури рухів, засвоюються нові, раніш невідомі вправи і дії, створюється так звана «база рухів», розвиваються функціональні системи організму, наслідком чого є, зокрема, послідовне підвищення рівня фізичної підготовленості дітей, а отже і функціонального розвитку здорової особистості. Іншими словами, саме у цьому віці закладається фундамент гармонійного розвитку особистості.

У дошкільній педагогіці гра розглядається як історично сформоване соціальне явище, особливий вид діяльності дитини, де творчо, прямо або опосередковано відбиваються явища навколишньої дійсності. Ігри, в яких яскраво виявлена роль рухів, мають загальне умовне найменування "спортивних ігор".

За останні десять років у дошкільних навчальних закладах значно підвищився інтерес до спортивних ігор (баскетбол, волейбол, теніс, бадмінтон, городки та ін.). У цих іграх, які майже завжди проводяться на свіжому повітрі, застосовуються різноманітні рухи та рухові дії. Діти виконують велику кількість стрибків, метань, ударів по м'ячу, що позитивно впливає на ріст та розвиток організму.

Спортивні ігри різняться складною та точною технікою, в якій проявляються високі фізичні можливості спортсменів, чого немає в дітей дошкільного віку.

Дані досліджень (Е. Адашкявичене, Е. Вільчковський, М. Голощокіна, Н. Денисенко, О. Курок, Т. Осокіна, Ю. Портних та ін.), а також практика свідчать про те, що інтерес до спортивних ігор у дітей виникає дуже рано. Діти старшого дошкільного віку вже опановують елементи ігор спортивного характеру: бадмінтон, городки, настільний теніс, баскетбол, хокей, футбол. Ю. Портних доводить, що таке раннє проявлення інтересу до спортивних ігор дозволяє розпочати систематичне навчання дітей раніше, ніж іншим видам фізичних вправ [1, С. 92].

Для гри з елементами спорту характерна певна обмеженість, навіть односторонність рухів, точність рухових дій і суворе дотримання форми.

Структура гри спортивного характеру, порівняно з рухливими іграми, відрізняється більшою визначеністю. Так, склад команд у цих іграх обмежується встановленою кількістю учасників, їхні обов'язки суворо розподіляються; тривалість гри обмежується певним часом; ігри спортивного характеру мають суворо встановлені правила, які визначають точність рухових дій.

Основними завданнями в роботі з дітьми щодо використання ігор спортивного характеру є розвиток особистості дитини, оздоровлення її організму, розвиток рухів, рухових здібностей і фізичних якостей, створення емоційного настрою, виховання інтересу до різних видів фізичних вправ.

Спортивні ігри впливають на здоров'я дитини, сприяють зміцненню органів, формуванню тіла та покращенню самопочуття. Ігри на свіжому повітрі

позитивно впливають на судинну систему та дихання. Завдяки постійній зміні напруження та розслаблення ігри мають також характер активного відпочинку.

У процесі спортивної гри діти вчаться спритності та винахідливості, реакції та координації, а також розвитку комбінаційної моторики (здатності до зв'язування рухів). Згини, розгинання, оберти, стрибки, метання тощо позитивно впливають на розвиток м'язів та поставу тіла [2, С. 30].

Спортивні ігри задовольняють потребу ростучого організму дитини в русі, сприяють збагаченню її рухового досвіду. За допомогою ігор у дошкільнят закріплюються та вдосконалюються різноманітні вміння і навички з основних рухів (ходьби, бігу, стрибків, рівноваги та ін.). Швидка зміна обставин під час гри привчає дитину користуватися своїми рухами відповідно до тієї або іншої ситуації. Все це позитивно впливає на вдосконалення рухових навичок. Цінність рухливих ігор полягає також у тому, що вони сприяють розвитку у дітей таких важливих фізичних якостей, як швидкість, спритність, витривалість тощо.

Література:

1. Вільчковський Е. С. *Форми виховання дітей у дошкільному закладі.* - К., 2001.
2. Основные характеристики программ по физической культуре в детских садах европейских стран. // *Вопросы физической культуры.* - № 1. - 2002.
3. Шишкина В.А. *Физическое воспитание дошкольников.* - Харьков, 2003.

УДК 37.037

Троян Наталія Дмитрівна,
викладач вищої кваліфікаційної категорії
Комунальний вищий навчальний заклад
«Уманський гуманітарно-педагогічний
коледж ім. Т.Г. Шевченка»
(м. Умань, Україна)

МАСОВІ СПОРТИВНІ ЗМАГАННЯ СЕРЕД ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Анотація: У статті розглядається актуальність проблеми формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку. Висвітлено досвід роботи організації та проведення спортивних змагань серед вихованців закладів дошкільної освіти м. Умані як цікава ідея реалізації вищезначеної проблеми. Розкрито роль застосування змагальних ігор та вправ спортивного характеру.

Ключові слова: діти старшого дошкільного віку, здоровий спосіб життя, спортивні змагання, заклад дошкільної освіти.

Постановка проблеми. Одним із пріоритетних завдань дошкільної освіти є збереження і зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я дитини [5]. До шляхів і способів його розв'язання належить формування у дітей дошкільного віку здорового способу життя, підвищення ефективності роботи з педагогічними кадрами, батьками [1, 2]. Важливість цих завдань визначена у таких державних документах: Закон України «Про дошкільну освіту», Базовий компонент дошкільної освіти, комплексні програми для дітей віком від 2 до 7 років.

Поняття «здоровий спосіб життя» - це результат взаємодії багатьох внутрішніх і зовнішніх факторів, об'єктивних і суб'єктивних умов, що сприятливо впливають на стан здоров'я. Основи здорового способу життя у дітей дошкільного віку визначаються наявністю знань і уявлень про елементи цього поняття а саме: дотримання режиму, гігієнічних процедур, рухової активності та вміння реалізувати їх у поведінці і діяльності [6].

Дошкільний вік є найсприятливіший періодом для початку систематичної роботи щодо вищезначеної проблеми, оскільки в цей час активізується інтерес дитини до виконання фізичних вправ, до процедур загартування, тому важливо правильно організувати освітньо-виховний процес у навчальному закладі. Пошук нових ідей з питань формування здорового способу життя у дошкільнят є надзвичайно актуальним [2, 3, 4].

Аналіз досліджень і публікацій. Проблему формування здорового способу життя у дошкільників неодноразово розглядали у своїх працях такі науковці: Т. Андрющенко, Н. Березіна, О. Богініч, Е. Вавілова, Е. Вільчковський, Л. Лохвицька та інші. Однак вважаємо, що ця проблема на сучасному етапі залишається актуальною і недостатньо вивченою.

Мета статті – презентувати власний досвід організації масових спортивних змагань у практику роботи сучасних закладів дошкільної освіти. Висвітлити особливості проведення змагальних та спортивних ігор з дітьми

старшого дошкільного віку. Розкрити роль проведення масових спортивних змагань у реалізації завдань формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Формування основ здорового способу життя у дітей дошкільного віку передбачає широке використання комплексу різних засобів, серед яких: гігієнічні фактори (режим харчування, сну, діяльності й відпочинку, гігієна одягу, взуття, приміщень, обладнання тощо), фізичні вправи (гімнастика, спеціальні фізкультурні заняття, ігри, елементи спорту і туризму, праця), чинники природного середовища (повітря, сонце, вода) [6]. Разом з тим пропонуємо звернути увагу на застосування фізкультурних розваг та свят для дітей старшого дошкільного віку. Саме у процесі їх проведення організують ігри змагального та спортивного характеру, передбачають виконання елементів спортивних вправ. У всіх освітніх програмах наголошується на необхідності оволодіння дітьми початковими елементами таких ігор. Навчання здійснюється на заняттях з фізичної культури та закріплюються на прогулянках, у повсякденному житті. Спортивно-ігрова діяльність дітей збагачує виховний процес, дає можливість виявити обдарованих дітей, залучити їх до занять у спортивних секціях. Підсумком активної навчально-виховної роботи з дітьми є проведення спортивних змагань.

«Малі олімпійські ігри» у місті Умань – це масові спортивні змагання, які проводяться упродовж 20-ти років, і є досить популярними серед педагогічної та батьківської громади. Основною метою їх організації є розвиток та популяризація фізкультурно-оздоровчої роботи, пропаганда здорового способу життя, залучення до систематичних занять фізкультурою і спортом дітей старшого дошкільного віку.

Загальне керівництво цими змаганнями займається відділ освіти Уманської міської ради, а безпосереднє керівництво та проведення змагань покладається на Уманську ДЮСШ №1 (директор Грязнов В.Г.). Правила та вимоги до проведення, учасників, оцінювання та нагородження під час змагань викладені у Положенні.

Змагання тривають упродовж навчального року та проводяться у два етапи: перший етап – це змагання в умовах закладу дошкільної освіти, тобто відбірковий етап, а другий – це змагання на першість міста серед збірних команд, які організують на базі дитячої спортивної школи.

Змагання передбачають участь вихованців у таких видах: естафета «Веселі старты», «Шашковий турнір», оздоровча аеробіка, футбол, легкоатлетичне п'ятиборство (біг на 30 м, метання тенісного м'яча на дальність, стрибки через коротку скакалку, стрибки у довжину та інші завдання).

Обов'язковою умовою спортивних змагань є урочисте відкриття та закриття заходів, у процесі яких проводиться парад учасників та нагородження переможців. Кожний із названих видів змагань може бути реалізований у закладі дошкільної освіти шляхом повсякденної кропіткої роботи з дітьми та їх батьками. Педагогічні працівники, зокрема інструктори з фізичної культури приділяють належну увагу якісному проведенню спеціальних фізкультурних занять, оптимізації рухової активності, ознайомленню дошкільників з видами спорту та видатними українськими спортсменами.

Цінність такої роботи полягає в тому, що такі заходи мають значний вплив на фізичний розвиток та стан організму дітей і є істотними чинниками виховного впливу. Спортивно-ігрові змагання доступні дітям старшого дошкільного віку, вихованці набувають спеціальних навичок, умінь; отримують соціальний досвід.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дитячі спортивні змагання є одним із шляхів формування здорового способу життя. Застосування у освітньому процесі змагальних та спортивних ігор та вправ відіграє вагомий роль у гармонійному розвитку кожної дитини, урізноманітнює та активізує її пізнавальну, рухову діяльність, наповнює повсякденне життя цікавими подіями.

Отже, запровадження дитячих спортивних змагань у практику роботи з дітьми має позитивний вплив на активність вихованців і їх батьків, підвищує професійну майстерність педагогічних працівників та створює позитивний імідж закладу. Застосування масових спортивних змагань серед команд закладів дошкільної освіти міста є ефективним та цікавим засобом формування здорового способу життя підростаючого покоління.

Перспективою подальших наукових пошуків є дослідження педагогічних умов підготовки майбутніх інструкторів з фізкультури закладів дошкільної освіти до активного застосування змагальних ігор, спортивних ігор та вправ доступних дітям дошкільного віку в процесі формування здорового способу життя.

Література:

1. Андрющенко Т. К. Формування здоров'язберезувальної компетентності у дітей старшого дошкільного віку / Т. К. Андрющенко // Тернопіль: Мандрівець, 2016. – 120с. – 2007. – № 7. – С. 24–25.
2. Андрющенко Т.К., Л.В. Лохвицька До здоров'я дітей через освіту дорослих/ Т. Андрющенко, Л. Лохвицька //нав. Мет. Посібник – Тернопіль : Мандрівець, 2012. – 176 с.
3. Базовий компонент дошкільної освіти – режим доступу <https://mon.gov.ua/storage/>

4. Г. Беленька, О. Богініч, Н. Богданець-Білоskalенко (та інші), 2016 київський інститут імені Б. Грінченка, 2016 - Освітня програма для дітей від 2 до 7 років «Дитина».

5. Закон України «Про дошкільну освіту» - режим доступу <https://zakon.rada.gov.ua/>

6. Лист МОН України від 02.09.2016 №1/9 456 «Інструктивно-методичні рекомендації «Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах» - режим доступу <https://osvita.ua/legislation/doshkilna-osvita>

УДК: 373.2.016

Шип Надія Євгенівна

старший викладач кафедри фізичного виховання,

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С.Сковороди

Воропаєва Оксана Віталіївна

студентка факультету дошкільної освіти,

Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С.Сковороди

(м. Харків, Україна)

ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ, РУХЛИВИХ ІГОР ТА ФІЗИЧНИХ ВПРАВ В СИСТЕМІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Необхідність створення режиму підвищеної рухової активності для дітей дошкільного віку зумовлена такими факторами нашого життя як акселерація молодого покоління, механізація у побуті, запровадження комп'ютерних технологій.

Тому набувають особливої актуальності в закладах дошкільної освіти заходи, що спрямовані на зміцнення здоров'я дітей, підвищення їхньої фізичної загартованості, опір хворобам, розвиток рухів, виховання фізичних здібностей [3, С. 18].

Медико-фізіологічні дослідження та сучасний досвід дошкільних закладів свідчать, що в дитячому організмі закладені великі можливості для тренування. Застосування доступних для дітей елементів спорту у системі виховання дає

позитивні результати. Дані медичного контролю впевнено доводять, що дітям 5-6 років доступні максимальні короточасні фізичні навантаження [2, С. 4].

Поряд з рухливими іграми, загально-розвиваючими вправами у фізичне виховання дошкільників вводять елементи спорту задля оздоровлення, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь, розвитку фізичних здібностей — вдосконалення фізичної підготовки дітей. Різноманітні рухливі, спортивні ігри, спортивні вправи, розваги дозволяють всебічно впливати на системи організму дітей. Елементи спорту допомагають значно підвищувати можливості дитячого організму. Завдяки спортивним вправам та рухливим іграм діти оволодівають технікою виконання рухів, окремими тактичними комбінаціями, що потребують взаємодії учасників, орієнтування у просторі і часі, таким чином здійснюється інтелектуальний розвиток [4, С. 22].

Спортивні вправи, ігри, розваги заохочують дітей до суперництва, сприяють збагаченню їхньої емоційної сфери. Виникаюче хвилювання надає емоційності їхній діяльності, відношенням до інших учасників. Це сприяє розвиткові внутрішніх мотивів для вдосконалення рухів, що подобаються малюку.

Обставини суперництва зазвичай підвищують активність учасників та спонукають їх до спілкування. При цьому діти так захоплюються рухами, дією, що навіть забувають про втому. Активізація їхнього спілкування між собою проявляється у тому, що вони разом визначають та обговорюють результати змагань.

Групові спортивні вправи, ігри та розваги дозволяють виховувати у дітей міжособові відносини на різних рівнях. Під час такої діяльності можна формувати організаційні вміння. Учасники домовляються про розподіл ролей, порядок дій, слідкують за додержанням правил, тобто вчаться самостійно організовувати та здійснювати подібну діяльність [1, С. 6].

Добираючи ігри, вправи та розваги у певному поєднанні або послідовності, вихователь може впливати на розвиток у дітей потрібних суспільних відносин, збагачувати їхні почуття та вміння.

Проведення протягом дня спортивних розваг, вправ, ігор дає можливість періодично спонукати дітей до рухів і тим підвищувати функціональну активність їхнього організму [5].

Оскільки дитячий організм дуже чутливий до впливів, спортивні вправи, ігри та розваги слід добирати та проводити, виходячи з науково-обґрунтованих рекомендацій.

Головне правило підбору — відповідність спортивних вправ віковим анатомо-фізіологічним та психологічним особливостям дошкільників.

Функціональні можливості малюків нижче, ніж у дорослих, що визначає обмежене використання вправ, що потребують значного фізичного навантаження, витривалості. Притаманна дошкільникам безпосередність, імпульсивність нервової діяльності обмежує їхні можливості у швидкому орієнтуванні.

В роботі з дошкільнятами можна використовувати такі ігри та вправи, у яких максимально доступне фізичне навантаження чергувалося б з мінімальним або з повним розслабленням. Це такі види діяльності як ходьба, стрибки, біг, кидки, ловіння, лазання та ін.. [2, С. 34].

Дошкільнята ще не вміють виконувати ланцюжки технічних прийомів або тактичних комбінацій спортивної гри їм доступні лише початкові елементарні прийоми або окремі нескладні комбінації.

Підбираючи ігри та вправи, важливо враховувати їх вимоги до витримки учасників (залишатися нерухомими певний час, не починати рух раніше за сигнал вихователя). Необхідно передбачати невеликі прояви витримки: чим молодші діти, тим більш короткими повинні бути ці періоди [3, С. 5].

Виходячи з теорії про єдність функцій організму, необхідно враховувати тісний взаємозв'язок фізичного та нервово-психічного стану дитини. Адже вплив фізичного навантаження, який зазнає дитина, відбивається і на її психічному стані. Тому величину і характер фізичного навантаження встановлюють, враховуючи минулу або майбутню розумову діяльність [5].

Велике значення має використання в режимі дня різноманітних спортивних вправ у комплексі. До комплексу входять вправи різні за руховим змістом, рівню засвоєння та технічній складності. Різноманіття рухів у них сприяє покращенню загальної фізичної підготовки дітей. Використання розваг з різним рівнем складності полегшує організацію та педагогічний контроль за їхнім перебігом. В таких умовах педагог може приділити більше уваги контролю за більш складними вправами, у той час як інші діти будуть більш самостійні в простих. При комплексному використанні легше задовільнити індивідуальні схильності дітей та зробити їх вподобання більш різноманітними [3, С. 15].

Література:

- 3.Богініч. О.Л. Сучасні пріоритети фізичного розвитку дітей. //Дошкільне виховання. № 7, 2005.
- Вільчковський. Е.С. Організація рухового режиму у дошкільному навчальному закладі: Методичний посібник. -Тернопіль: Мандрівець, 2008- 128 с.
- 4.Єфименко. М.М. Фізкультура в дитсадку: час змін. //Дошкільне виховання. № 8, 2013.
5. Програма виховання і навчання дітей від двох до семи років «Дитина». -Київ, 2012.
- 6.Шияновський. С.В. Планування та організація спортивних ігор та вправ на прогулянці: Навчання для майбутнього. -2015 Електр.ресурс.

АВТОРСЬКІ МЕТОДИКИ РОБОТИ У СФЕРІ ВПРОВАДЖЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У РОБОТІ З ДОШКІЛЬНИКАМИ (МАЙСТЕР-КЛАСИ)

Денисенко Тетяна Анатоліївна,
«Спеціаліст вищої категорії», «Старший вихователь»,
дошкільний навчальний заклад
ясла-садок комбінованого типу №18 м. Умань,
Галак Надія Юріївна,
«Спеціаліст»,
дошкільний навчальний заклад
ясла-садок комбінованого типу №18
(м. Умань, Україна)

ВИКОРИСТАННЯ ІГОР-СТРАТЕГІЙ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Відповідно до вимог Державного стандарту дошкільної освіти України освітня лінія «Особистість дитини» та завдань Програми розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля» використовуємо сучасні методи роботи з дітьми по формуванню ціннісних якостей особистості, а саме, ігри-стратегії. Вони передбачають формування позитивного образу «Я», самостійності, впевненості, дружелюбності, вмінню працювати як індивідуально, так і в команді. Розвивають у дітей навички активної взаємодії для досягнення поставленої мети. Сприяють виникненню партнерських стосунків за інтересами, спонукають до обміну думками, заохочують до імпровізації, висловлювання власних суджень. Дані ігри передбачають розвиток сили духу, наполегливості, вмінню брати відповідальність на себе за власні вчинки.

Використання гри-стратегії на заняттях з фізичного виховання передбачає не тільки усвідомлення ігрового задуму, а й розвиває у дітей командний дух, вміння домовлятися, об'єднувати зусилля, передбачати можливі наслідки своїх дій, планувати послідовність кроків, знаходити нестандартні рішення при розв'язанні поставлених проблем. Гра-стратегія збагачує соціальний досвід дітей, дає можливість педагогу зрозуміти їх

ціннісні пріоритети, виявити особистісні прояви в складних, наближених до реальних ситуаціях, має можливість оцінити здатність кожної дитини до конструктивних рішень, самостійного вибору.

Гра-стратегія має всі структурні компоненти гри: задум, ігрові ролі, відповідний сюжет, ігрові дії, результат гри. У процесі гри вихователь кілька разів ускладнює завдання, які діти мають подолати.

До уваги творчих педагогів! Будь-яку рухливу гру можна переробити на гру-стратегію, хід і завдання якої буде змінюватись від поставленої мети.

Авторська гра-стратегія «Спортивна школа для тварин».

Мета: вчити дітей планувати власні дії, передбачати їх можливі наслідки; вправляти у вмінні домовлятися, доводити власну думку, працювати на кінцевий результат; виховувати бажання працювати в колективі, розуміти значущість кожної окремої особистості, виробляти командний дух.

Повідомлення завдання з поясненням. Всі дітки «зайчики», які ходять до спортивної школи. Вчитель-тренер сьогодні буде тренувати не лише ваші м'язи, а й розум. Тому будьте уважні, завдання весь час будуть ускладнюватися. Переможе той, хто зможе здогадатись, як необхідно виконати завдання та з ким домовитись. Усім «зайчикам» необхідно добратися до городу і набрати моркви на обід.

Одноосібне найпростіше виконання. Перестрибнути з місця через «річку» шириною 110 (см) на іншу сторону до городу та взяти 2 морквинки. Шлях додому знову через річку.

Повідомлення завдання без пояснення. Перейти через місточок не торкаючись його ногами.

Варіанти виконання завдання з ініціативи дітей:

- лежачи на животі, ноги зігнути в колінах, підтягуватись на руках з просуванням вперед;

- сидячи на лаві, ноги випрямлені вперед, підтягуватись на руках з просуванням вперед.

Взяти 2 морквини і повернутись додому в обхід стрибками на двох ногах з просуванням вперед.

Вибір партнера. Об'єднання (довільне, за симпатіями) дітей у пари. Завдання пройти до «городу» так, щоб одна дитина не торкалась ногами землі.

Варіанти виконання завдання з ініціативи дітей:

- одна дитина йде на руках, а її ноги тримає інша дитина;
- діти повернені один до одного лицем, одна дитина стає на ноги іншої дитини і одночасно рухаються парами вперед.

Взяти 2 морквинки і повернутись додому в обхід стрибками на двох ногах з просуванням вперед.

Збільшення учасників колективної взаємодії. Об'єднання (довільне, за симпатіями) дітей трійками. Завдання пройти до «городу» так, щоб одна дитина не торкалась ногами землі.

Варіанти виконання завдання з ініціативи дітей:

- двоє дітей роблять обхват руками «стілчик», а третя дитина сідає зверху;
- одна дитина йде на руках, а її ноги тримають дві інших дитини.

Взяти 2 морквинки і повернутись додому в обхід звичайним способом.

Підсумковий етап. Дорослий пропонує оцінити правильність виконання дій для рішення поставлених завдань та пропонує подякувати один одному, оцінити не лише власний вклад у рішенні проблем, а й зусилля друга-партнера. Гру можна повторити, за тими ж завданнями, лише діти мають обрати нових співучасників виконання завдань.

Література:

1. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція). – К.: Спецвипуск журналу «Вихователь-методист дошкільного закладу», 2012.- 63.

2. Лохвицька Л.В., Андрущенко Т.К. Дошкільникам про основи здоров'я: Навчально-методичний посібник.- 2-ге вид., Оновл. – Тернопіль: Мандрівець, 2008- 192с.
3. Гавриш Н. Ігри-стратегії для дітей.//Методична скарбничка вихователя. – 2018.-№6.

МАЙСТЕР-КЛАС З ФІТБОЛУ НА ТЕМУ: ФІТБОЛ – ЦЕ НЕ ПРОСТО М'ЯЧ

Карасевич М. П.

викладач 1 кваліфікаційної категорії
КВНЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний коледж ім. Т.Г. Шевченка»
Студентка 302-Д групи **Мороз С.**

З найдавніших часів у культурі будь-якого народу м'яч служив предметом для ігор і розваг. Практично кожна дитина з раннього віку знайома з ним. Порівняно недавно з'явилися м'ячі – фітболи (від (англ.) «Fitball»; «fit» – оздоровлення, «ball» – м'яч).

В даний час багато дітей вже в дошкільному віці мають проблеми з опорно-руховим апаратом. Головна мета вправ – зміцнення опорно-рухового апарату, створення м'язового корсету, поліпшення рухливості в суглобах, створення оптимальних умов для розвитку інтелектуальної та емоційно-вольової сфери дитини. При виконанні фізичних вправ на м'ячах одночасно включається руховий, вестибулярний, зоровий і тактильний аналізатори, що в геометричній прогресії підсилює позитивний ефект від занять.

Як правильно вибрати фітбол? Фітнес м'ячі бувають у діаметрі від 45 см до 95 см. Фітбол можна вибрати за двома критеріями: за довжиною руки або по росту людини.

Навіщо фітболу «ріжки»? Є фітболи з ручками, а є повністю круглі, в чому різниця? Фітболи з ручками рекомендовані новачкам, дітям і вагітним. За допомогою цих ріжків зручно триматися за фітнес м'яч і правильно виконувати вправи. Для асів підійдуть фітболи без ручок.

Розрізняють фітболи за структурою: є повністю гладкі фітнес м'ячі, а є з досить твердими шипами. Гладкі фітболи підійдуть дітям, вагітним. А ось шиповані фітболи знадобляться для масажних процедур і їх можна використовувати не тільки для фітнес занять, але і для отримання масажного ефекту.

Хромотерапія – наука, що вивчає властивості кольору. Вона тісно пов'язана з фітбол-гімнастикою. Кольору здавна приписувалися магичні значення, благотворну або негативну дію на людину, адже для людини зір є найважливішим з усіх видів почуттів. Енергія кольору і кольорові відчуття впливають на функції вегетативної нервової системи, ендокринних залоз та інші життєво важливі органи і процеси в організмі.

- синій колір надає заспокійливу дію, розслаблює, знімає спазми, зменшує головний біль, знижує апетит;
- блакитний колір надає гальмуючу дію при психічному збудженні;
- фіолетовий колір знижує настрій людей;
- червоний колір активізує, підвищує фізичну працездатність, викликає відчуття теплоти, стимулює психічні процеси.
- зелений колір заспокоює, створює гарний настрій;
- рожевий тонізує при пригніченому настрої;
- жовтий колір - колір радості, спокою, теплоти, нейтралізує негативні дії;

Заняття з фітбол-гімнастики діляться на три частини: підготовчу, основну і заключну. У підготовчій частині відбувається налаштування дітей на заняття і підготовка організму до основної частини тренування. В основній частині відбувається максимальне навантаження на організм, яке повинне бути оптимальним для дітей. У зв'язку з цим під час заняття повинні враховуватися

вікові та індивідуальні особливості дітей. Заключна частина сприяє поліпшенню відновлювальних процесів і розслабленню організму. Всі заняття проходять під музичний супровід. Музика повинна бути ритмічною та веселою.

Комплекс вправ з фітбол-гімнастики:

1. В.п. - стоячи біля м'яча, одна рука на м'ячі. Кроки навколо м'яча в одну сторону, а потім в іншу з іншою рукою. (3-4 р.)

2. В.п. - сидячи на м'ячі. Почергові рухи рук:

1-2 на пояс,

3-4 до плечей,

5-6 вгору.

Почергові рухи в зворотному порядку - в.п. (3-4 р.)

3. В.п. - сидячи на м'ячі, руки на пояс. Почергові рухи рук і ніг:

1-2 руки перед собою долонями вгору,

3-4 ноги на п'ятку коліна не згинати;

5-6-7-8 повернутися у в.п. (3-4 р.)

4. В.п. - сидячи на м'ячі, руки на пояс. Почергові рухи рук і ніг:

1 - права рука/права нога вперед,

2 - ліва рука/ліва нога вперед,

3 - права рука/права нога у в.п.,

4 - ліва рука/ліва нога у в.п. (3-4 р.)

5. В.п. - сидячи на м'ячі, руки на пояс.

1 - права нога на п'ятку, коліна не згинати,

2 - ліва нога на п'ятку,

3 - права рука на коліно,

4 - ліва рука на коліно,

5 - правою рукою торкнутися пальців правої ноги,

6 - лівою рукою торкнутися пальців лівої ноги;

1-2-3-4-5-6- почергове виконання вправи у зворотному порядку. (3-4 р.)

6. В.п. - сидячи на м'ячі, руки на пояс. Нахили тулуба торкнутися підлоги.
(3-4 р.)

7. В.п. - сидячи на м'ячі, руки на пояс. Кругові рухи тулубу в одну та в іншу сторони. (3-4 р.)

8. В.п. - сидячи на м'ячі, руки на пояс. Кроки на місці. (3-4 р.)

9. В.п. - сидячи на м'ячі, руки на м'ячі. 1-2-3-4- кроки вперед до положення лежачи, 5-6-7-8- кроки назад у в.п. (3-4 р.)

10. В.п. - стоячи за м'ячем руки на поясі, одна нога на м'ячі. Прокочування мяча вперед-назад; вправо-вліво. Те саме іншою ногою. (3-4 р.)

11. В.п.- стоячи, м'яч в руках внизу.

1- підняти м'яч на рівень грудей,

2- над головою;

3-4- у зворотному порядку. (3-4 р.)

12. В.п. - стоячи, м'яч над головою. Нахили тулуба в одну та іншу сторону. (3-4 р.)

13. В.п. - стоячи на колінах за м'ячем, лягти животом на м'яч. Прокочування вперед на руки - назад у в.п. (3-4 р.)

14. В.п. - стоячи на колінах за м'ячем, лягти животом на м'яч.

1-2-3-4- кроки на руках вперед; 5-6-7-8- жим рук від підлоги;

1-2-3-4- кроки назад у в.п. (3-4 р.)

15. В.п. - стоячи на колінах за м'ячем, сідниці на п'ятах. Прокочування пальцями м'яч вперед, тягнутися за м'ячем. (3-4 р.)

16. В.п. - лежачи на підлозі, ноги ступнями на м'ячі. Прокочування м'яча вперед до сідниць-назад у в.п. (3-4 р.)

17. В.п. - лежачи на спині на підлозі, ноги зігнуті у колінах, під колінами м'яч. Піднімання тулуба. (3-4 р.)

18. В.п. - лежачи, руки вгорі, ноги рівні, м'яч затиснути ступнями. Підняти ноги вгору і передати м'яч в руки, повернутися у в.п. (3-4 р.)

19. В.п. - лежачи на спині, руки за головою, м'яч затиснути ступнями. Піднімання ніг. (3-4 р.)

20. В.п. - стоячи на колінах за м'ячем, лягти животом на м'яч. Погойдування вперед-назад; вправо-вліво. (3-4 р.)

Таким чином, вправи на фітболах мають оздоровчий вплив на організм дитини. За рахунок вібрації (при виконанні вправи) і амортизаційної функції м'яча поліпшується кровообіг внутрішніх органів, зміцнюють м'язи спини і черевного пресу, створюють хороший м'язовий корсет, розвивають координацію, але, головне – формують навички правильної постави.

Немцева Наталія Анатоліївна,
вихователь,
Відділ освіти
Уманської міської ради
дошкільний навчальний заклад ясла-
садок комбінованого типу №30
(м. Умань, Україна)

ВИКОРИСТАННЯ КЛАСИЧНИХ СПОРТИВНИХ ІГОР У ДОШКІЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ (Майстер- клас)

У старшій групі дитячого садка практикується проведення спортивних ігор за спрощеними правилами, та елементи спортивних ігор. Вони вводяться тоді, коли діти вже самостійно організують рухливі ігри. Ігри з елементами спортивних ігор вимагають більшої, ніж у рухливих іграх, зібраності, організованості, спостережливості, певним, доступним дітям техніки рухів, швидкої рухової реакції. Вони підбираються з урахуванням віку, стану здоров'я, індивідуальної схильності і інтересів дитини.

Спортивні ігри зміцнюють великі групи м'язів, розвивають психофізичні якості: силу, швидкість, спритність, витривалість. У спортивних іграх у дитини підвищується розумова активність, орієнтування в просторі, розвивається кмітливність, відбувається усвідомлення власних дій. Дитина вчиться узгоджувати свої дії з діями товаришів; у неї виховується стриманість, здатність контролювати власні емоції, відповідальність, вольові якості і рішучість. Окрім цього, у дитини збагачується її сенсомоторний досвід, розвивається творчість.

Діти долучають до універсальних цінностей людського життя: доброти, колективізму, взаємодопомоги. Це є філософія командної гри.

Більшість популярних спортивних ігор (футбол, хокей, баскетбол, гандбол, теніс, бадмінтон, регбі і т.д.) відносяться до складних ігор великої рухливості з бігом, стрибками, метаннями і формуванням всіх основних фізичних якостей. Отже, спортивні ігри вимагають хорошого рівня розвитку основних рухів і фізичних якостей.

Дитячі спортивні ігри - це види ігрових змагань, основою яких є різні технічні та тактичні прийоми досягнення перемоги в процесі протиборства з допомогою певного спортивного знаряддя. У футболі це спортивний м'яч для гри на майданчику та ворота.

На заняттях вихователі та педагоги – інструктори з фізичної культури надають теоретичну підготовку дітям, тобто інформацію на доступному для дошкільнят рівні про історію виникнення ігор, національні ігри з елементами спорту, досягнення і успіхи українських спортсменів в даній галузі спорту, бесіди з дошкільниками про них, а також показ фотографій, слайдів, відеофільмів, читання книг на тему «Спортивні ігри» з подальшим їх обговоренням.

Увазі колег пропонується майстер-клас по проведенню заняття-тренування по футболу для старших дошкільників гуртка «**Школа футболу**»

Мета: розвивати і вдосконалювати якості і здібності в ході виконання завдань, що вимагають посилюючих фізичних і психічних зусиль. Закріплювати вміння вести м'яч довільним способом по прямій та між орієнтирами, зупинити м'яч середньою частиною стопи зверху. Розвивати вміння виконувати рухові дії відповідно до звукового сигналу під час ігрової вправи «Стоп».

Формувати практичні навички ведення м'яча зовнішньою стороною стопи способом «Шведка» правою та лівою ногою по прямій лінії не нашттовхуючись один на одного під час ігрової вправи «Гребінець».

Продовжувати відпрацьовувати техніку виконання удару по м'ячу з місця (у ворота), та ловити його руками. Закріплювати теоретичні знання правил гри

(атакувати ворота противника, м'яч брати в руки дозволяється лише воротареві) під час гри « Спритний воротар».

Виховувати інтерес та любов до футболу.

Матеріал: м'ячі по кількості дітей , шашки-орієнтири (6), ворота (2), свисток.

Хід

Діти заходять до зали. Шикуються в шеренгу.

Мої юні футболісти! Я рада вас вітати! Фізкульт-привіт! Ви готові до сьогоднішнього тренування? Отож, розпочинаємо!

Розминка

1) Розігрів:

(Розігріємось)

- Звичайна ходьба;
- Біг у середньому темпі;
- Ходьба перехресним кроком (руки за спиною);
- Біг з високим підніманням колін (руки зігнуті в ліктях, коліними намагатися дістати долонь);
- Звичайна ходьба;
- Біг з захлестом гомілки на місці та просуваючись вперед (руки на сідницях);
- «Качина ходьба»;
- Біг з приставним кроком вліво та вправо (боковий галоп);
- Звичайна ходьба.

2) Розминка суглобів:

Виконуємо колові рухи:

- Головою (в.п., руки на поясі);
- Корпусом (ноги на ширині плечей, руки на поясі, нахилити корпус вперед).
- Прямими руками (о.с., руки в сторони);
- Ногами, зігнутими в коліні (руки на поясі).

- Стопами ніг (руки за спину).

3) Розтяжка м'язів та зв'язок:

- Нахили тулуба вперед (ноги на ширині плечей, нахилитись вперед, руки в замок перед собою). Виконувати пружинні рухи, намагаючись торкнутися пальців ніг 1 – 3, на 4 – в.п..

- Розтяжка з випадом однієї ноги (вперед, вправо, вліво); 1 – 3, на 4 – в.п.. Сійка о.с., руки на поясі.

- Розтяжка м'язів передньої частини бедра. Сійка о.с., руки в сторони.

4) Розробка голеностопа (щиколотки):

Виконується з м'ячем.

- «Волокучі» рухи підошвою ноги м'яча в боки, вперед та назад, руки на поясі.

Основна частина тренування

Дітей ділять на 2 команди (за кольором одягу). Вони розмикаються на секторах.

Гра «Стоп!»

Ведення м'яча зовнішньою стороною стопи вільним способом по прямій та між орієнтирами.

Ускладнення: за сигналом (1 свисток) необхідно зупинити м'яч підошвою. За сигналом (2 свистка) продовжити рух вперед.

Гра «Гребінець»

Діти шикуються в шеренги на протилежних сторонах майданчика. За сигналом вони рухаються назустріч один одному на протилежний бік майданчика, ведуть м'яч способом «Шведка» та шикуються.

Гра «Спритний воротар»

Обираються два воротаря. Інші гравці кладуть м'ячі та шикуються навпроти воріт противника. Гравці по черзі пробивають ворота м'ячем. Воротарі ловлять та відкидають їх гравцям.

В кінці гри команди шикуються одна навпроти одної та пожимають руки один одному, вітаючи з успіхами.

- Юні футболісти, шикуйсь! Звичайна ходьба та вихід із зали.

Література:

1. Адашкявічене Е.Й. Спортивні ігри та вправи в дитячому садку. Москва, 1992г.
2. Волошина Л., Луніна Т., Новічкова Л. Граємо в хокей//Дошкільне виховання, 2003. № 1. С.34-39.
3. Волошина Л., Новічкова Л. Граємо в футбол//Дитина в дитячому саду, 2001. № 3.
4. Лапшин О.Б. Теорія і методика підготовки юних футболістів. Москва , 2010 г.

Стельмах Світлана Анатоліївна,
вихователь, інструктор з фізкультури
Відділ освіти
Уманської міської ради
дошкільний навчальний заклад ясла-
садок комбінованого типу № 30
(м. Умань, Україна)

СПОРТИВНІ ІГРИ В ДОШКІЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

(майстер-клас)

Ігри є одним із важливих засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку. Вони сприяють формуванню та вдосконаленню життєво необхідних рухів, всебічному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я дитини, вихованню позитивних, моральних і вольових якостей.

Спортивні ігри - це найвищий ступінь розвитку рухливих ігор. Вони відрізняються від рухомих єдиними правилами, що визначають склад учасників, розміри і розмітку майданчика, тривалість гри, обладнання та інвентар та ін., що дозволяє проводити змагання різного масштабу, які носять характер спортивної боротьби і вимагають від учасників великого фізичного напруження і вольових зусиль.

Спортивні ігри та ігри спортивного характеру сприяють збагаченню рухового досвіду дітей. За їх допомогою у дошкільнят закріплюються і вдосконалюються різноманітні вміння і навички з основних рухів (ходьби, бігу,

стрибків, рівноваги та ін.). Швидка зміна обставин під час гри привчає дитину користуватися своїми рухами відповідно тієї або іншої ситуації. Все це позитивно впливає на вдосконалення рухових навичок, а також на розвиток фізичних якостей (швидкість, спритність, витривалість тощо).

Спортивні ігри впливають на судинну систему та дихання, зміцнення органів, формування тіла та покращення самопочуття. Завдяки постійній зміні напруження та розслаблення ігри мають також характер активного відпочинку, джерелом позитивних емоцій.

У процесі спортивної гри діти вчаться спритності та винахідливості, комбінаційної моторики (здатності до зв'язування рухів).

У дошкільному навчальному закладі діти старших груп опановують елементи ігор спортивного характеру: бадмінтон, городки, настільний теніс, баскетбол, хокей, футбол. Ці ігри сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової підготовки, комплексному розвитку фізичних якостей дошкільнят.

Хотілося б звернути увагу на таке фізкультурне обладнання, як скакалка. Вона в основному використовується як інвентар до рухливих ігор, але може бути і засобом для спортивних ігор.

Пропонується вашій увазі майстер-клас по навчанню дітей стрибків на короткій та довгій скакалці.

«Весела скакалочка»

Мета: вправляти дітей у стрибках на короткій та довгій скакалці.

Діти заходять до залу під музичий супровід.

Доброго ранку діти. Давайте привітаємось і з нашими гостями. Сьогодні ми будемо працювати зі скакалкою.

Кругом.. Візьміть скакалку і перевірте чи всім підходить по зросту? Як ви це перевірили? (Діти стають на середину скакалки і злегка, розставивши ноги, піднімають руки догори, ліктями торкаючись тулуба . Якщо скакалка трішки вище тулуба, то вона підходить дитині для стрибків на ній.

Розмістіться по залу, щоб ви не заважали один одному...

Починаємо з обертів скакалки.

1. Візьмемо в праву руку два кінці скакалки і обертаємо вперед. Рухатися повинна не вся рука, а тільки кисть. І обертається скакалка тільки збоку, ніби між двома стінками. Обертаємо назад. Поміняли руку і виконуємо те ж саме.

Тепер з'єднаємо стрибки і обертання разом.

2. Візьміть скакалку в дві руки і намалюємо в повітрі вісімку. Склали скакалку в четверо і пішли по колу. Поклали скакалки. І пройшли на середину зали.

Зараз ми будемо скакати на довгій скакалці.

Стрибаємо на двох ногах. Скакалка лежить на підлозі нерухомо.

(Діти приземляємося м'яко і на носочки.)

Далі піднімаємо скакалку на декілька сантиметрів. Далі скакалку злегка розкачуємо. (Стрибати треба в момент наближення скакалки до ніг. Діти стрибають по одному, потім парами). **Молодці.**

А хто вже навчився декілька стрибків підряд робити на довгій скакалці?
(Діти показують)

Зробіть навколо мене велике коло. Виконаємо вправу «**Будь спритним**».
Ваше завдання : підстрибнути так, щоб вас не зачепила скакалка.

А тепер пішли по колу , беремо скакалки і розміщуємося по залу.

Зараз виконаємо стрибки обертуючи скакалку вперед.

Далі звертаємо увагу дітей на те, щоб вони правильно тримали скакалку.(Лікті злегка зігнуті і майже прижаті до тулуба, скакалка торкається підлоги. Стрибати треба в той момент коли скакалка з'явиться перед очима. Даю таку установку: спочатку кручу, потім стрибаю....)

Діти відпочиньте, а я покажу як ще можна стрибати на скакалці?...з ноги на ногу, хрестиком, назад, вбік, з високим підніманням колін.

Спробуйте пострибати тим способом, який вам найбільше сподобався.

(муз. супровід під пісню «В каждом маленьком ребенке» Закінчили вправу.

Ви були спритні, витривалі, дотримались правил безпеки. Пішли в обхід по залу.

Література:

1. Вавилова Е. Н. Розвивайте у дошкільників силу, спритність, витривалість: Посібник для вихователя дит. садку.- М.: Просвещение, 1981.
2. Вавилова Е. Н. Вивчайте бігати, стрибати, лазити, метати: Посібник для вихователя дит. саду.- М.: Просвещение, 1983. - 144 с.
3. Волошина Л., Луніна Т., Новічкова Л. Граємо в хокей//Дошкільне виховання, 2003. № 1. С.34-39.

Черниченко Наталія Іванівна,
педагогічне звання «Вихователь-методист», завідувач
Шевцова Світлана Василівна,
вихователь-методист
Бурдільна Наталія Анатоліївна
вчитель-логопед
Дошкільний навчальний заклад
ясла-садок комбінованого типу №31
(м. Умань, Україна)

РУХЛИВІ ІГРИ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМ НАВАНТАЖЕННЯМ

(майстер-клас)

Рухливі ігри — це важливий засіб усебічного виховання дітей дошкільного віку[4]. Правильно дібрані ігри сприяють гармонійному розвитку організму дошкільників. Різноманітні рухи та ігрові дії дітей ефективно впливають на діяльність серцево-судинної, дихальної та інших систем організму, збуджують апетит і сприяють міцному сну. Рухливі ігри задовольняють потребу організму дитини в русі, сприяють збагаченню її рухового досвіду. За допомогою ігор у дошкільнят закріплюються та вдосконалюються різноманітні вміння і навички з основних рухів (ходьби, бігу, стрибків, рівноваги); розвиваються такі важливі фізичні якості, як: швидкість, спритність, витривалість. Значний вплив мають рухливі ігри на виховання морально-вольових якостей. У колективних іграх у дітей формується поняття про норми громадської поведінки, виробляються організаційні навички, виховуються стійкість, сильна воля, витримка. Спільний інтерес, викликаний грою, об'єднує дітей у дружній колектив. Рухливі ігри також

впливають на розумовий розвиток дітей, допомагаючи уточнити уявлення про навколишній світ, різні явища природи тощо[1].

На навчання діти з особливими освітніми потребами потребують більше часу, ніж їх ровесники, їм потрібно більше повторень матеріалу[3]. Щоб зробити ці повтори та багаторазові вправлення більш привабливими, бажано урізноманітнювати рухливі ігри з інтелектуальним навантаженням: використовувати в них музику (побігли по колу під музику), удари в бубен, плескання в долоні; іграшки (м'яч, кубики, кеглі), яскраві великі посібники (імітацію намистин, листя, квітів, сніжинок, краплинок) з кишенькою на зворотному боці, до якої вкладається завдання; спортивний інвентар (обручі, канат, м'яч) [2].

Рухлива гра з інтелектуальним навантаженням потребує від дитини більшої розумової активності, ніж традиційні види роботи (бесіда, відгадування загадок), а дається дитині значно легше, приносить більше задоволення. Дитина ладна грати та грати. Педагог повинен тільки змінювати умови, комбінувати, створювати нові ігри. Діти готові до того, що назва може бути тією ж самою, а умова гри - новою, тому діти завжди вслуховуються в умови навіть знайомої гри.

Ефективність цих ігор пояснюється парадоксом у ставленні до гри педагога та дітей: педагог грає з дітьми, щоб вони засвоїли та закріпили певні знання, а діти ладні засвоїти та закріплювати знання, щоб мати можливість успішно грати[3].

Змагання веселих черепашок

Діти поділені на дві команди для змагання. Команди стають у шеренги обличчям одна до одної на відстані 3 метра. Посередині між командами прокладається канат (мотузка).

Умова змагання: педагог показує картки, на яких зображено великі літери з тих, які діти вже вивчили. Кожна дитина в команді по черзі називає слово, що починається із запропонованої літери, просувається вперед, як весела черепашка (приставним кроком), зробивши один крок. Хто не знає або помилився

залишається на місці. Так поступово команди просуваються назустріч одна одній (виграє та команда, в якій більше дітей дістанеться "до смуги перемоги").

Карусель

Діти стають колом. У одного з них м'яч.

Умова гри: м'який приголосний називай та м'яч по колу з рук в руки передавай.

Гра продовжується, доки м'яч не обійде всіх.

Веселі жабки (взимку Пухнасті зайчики)

Дітям, які стоять у шерензі, пропонується згадати слово з заданим звуком. Кожному на своє слово треба прострибати по горбочках (обручі). Скільки складів у слові - стільки горбочків "жаба" повинна прострибати.

Що сказав бубен?

Кожна з двох команд шикуються в шеренгу один за одним. Педагог б'є в бубен, а діти "відгадують", що за слово загадав бубен - скільки ударів - стільки складів у слові. Виграє та команда, в якій діти швидко і без помилок добирають слова із заданою кількістю складів.

Чарівний рушничок

Перед дітьми, які стоять у шерензі, знаходиться стилізація українського рушника, поділена на три частини стрічкою. Педагог пропонує дітям загадати по слову зі звуком, що вивчається, та одягає корону на голову дитині, яка стоїть першою в шерензі, і пояснює, що кожне слово нашого мовлення, як цей гарний рушничок, має початок, середину і має кінець. Діти по черзі одягають корону та стають або на початок або всередину або на кінець "слова-рушника" залежно від того, де в їхньому слові стоїть потрібний звук; потім передають один одному корону далі, повернувшись з рушничка.

Різнокольорові м'ячі

На великих м'ячах, виготовлених з кольорового картону, вкладаються картки-завдання. Ці м'ячі із завданням розкладають по групі. Дітям пропонують під музику (бубен, оплески) бігати між м'ячами і зупинятися за сигналом. Кожна дитина бере найближчий м'яч, вивчає картку-завдання, слухає умову і, на

прохання педагога, відповідає. Зразки завдань: назвати тварину на карточці та згадати її дитинча (або дитинчат); назвати ознаку на карточці та відповідну пору року; прочитати назву місяця та дібрати до нього ознаки; прочитати назву дня тижня та назвати наступний (попередній) день; найрізноманітніші математичні завдання, тощо

Варіанти гри –«Польові квіти», де використовують квіти, «Осіньні листя» - використовуються листочки [3].

Література:

1. Вільчковський Е.С, Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: Навчально-методичний посібник. – Тернопіль: Мандрівець, 2011. – 128с.
2. Гра дошкільника: теорія і практика. Дайджест 5 / Упор. Г.І. Григоренко.- Запоріжжя ТОВ «ЛТД, 2007.
3. Шеремет М.К., Ревуцька О.В. Логопедія (корекційна робота при дислалії). Навчальний посібник. М.К.Шеремет. – Київ – 2009.
4. doshkilnyk.in.ua › ruhlyvi-ihry-dlja-ditej-starsho-hrupy