

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-044-5-21>

**ОНОВЛЕННЯ ТРАДИЦІЙНОЇ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕННЯ
ФІЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТТЯ З ДОШКІЛЬНИКАМИ
ТА МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ**

Пахальчук Н. О.

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри дошкільної освіти
Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Грошовенко О. П.

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри початкової освіти
Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Голук О. А.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри дошкільної освіти
Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського
м. Вінниця, Україна*

Оздоровлення дітей дошкільного та молодшого шкільного віку – є важливою проблемою сьогодення. На слушну думку науковців [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8 та ін.], заняття та уроки з фізкультури як основна форма фізичного виховання дітей містять у собі потужні освітні та оздоровчі можливості.

Так, сучасна традиційна система фізичного виховання дітей дошкільного віку потребує удосконалення та оновлення, оскільки, на думку вчених [1; 2], в ній не враховані основоположні закони природи. Майже всі заняття з фізичної культури починаються з вертикальних, ударно-струшуючих навантажень у бігу та стрибках. На противагу цьому, М.Єфименко пропонує використовувати театр горизонтального пластичного балету. Слово «балет» використовується в опосередкованому значенні та за своїм змістом відрізняється від класичного балету [2, с. 5]. В умовній побудові такого театру можна виділити такі п'ять методичних «поверхів»: перший відповідає за дитячий пластик-шоу; другий – за групові оздоровчі тренінги для дорослих; на третьому

відбуваються театралізовані постанови номерів пластик-шоу; четвертий опікується корекційно-профілактичною складовою системи (корекція рухових порушень); на п'ятому виконується танок за участю двох дорослих людей (проект ТАНТРІС як методика фізичного та духовного вдосконалення людини).

В. Шебеко та В. Овсянкін пропонують використовувати на заняттях експериментування як особливу форму пошукової діяльності, в якій виникають і розвиваються нові мотиви особистості, що лежать в основі саморозвитку дітей [8]. Експериментування зі способами виконання рухів дає можливість самостійно вибрати рухові рішення. На слухну думку дослідників, розвивальний ефект такого навчання дуже значний – у дітей формується більш високий рівень загальних рухових здібностей [8, с. 4]. Експериментування зі способами виконання рухів сприяє руховій творчій експресії, що дозволяє дитині застосовувати відомі способи виконання рухів в різних ситуаціях; знаходженню нових способів рухових дій за допомогою проблемно-рухових завдань та ситуацій.

Фізкультура, на думку С.Реутського, не просто фізичне навчання, вдосконалення фізичних здібностей [5]. Освіта людини повинна проходити одночасно в руховому, емоційному й інтелектуальному напрямках. Так, на заняттях можна використовувати «метод рухових задачок», коли перед дитиною або групою дітей ставиться певна пропозиція, яку потрібно вирішити. Умовно варіанти постановки пропозицій, а отже – методичних прийомів, представлено таким чином: педагог формулює мету (кінцевий результат рухової діяльності), а засоби (за допомогою чого) й шляхи (як, яким чином) її досягнення діти знаходять самі; педагог зазначає шлях, діти самостійно формулюють мету, обирають засоби щодо її досягнення; педагог зазначає засоби, діти самостійно знаходять шляхи, формулюють мету «авторської» рухової дії тощо.

Зокрема, рухова задача «Фізкультурний диктант»: діти обирають той м'яч, з яким вони сьогодні бажають «потоваришувати». Це можуть бути маленькі, великі гумові м'ячі, волейбольні, футбольні, тенісні м'ячі різного кольору. Діти обирають безпечне (зручне) місце для роботи та виконують дії, запропоновані педагогом: «Зараз ви виконуєте фізкультурний диктант. Доведіть собі та мені, що саме ви керуєте м'ячем, а не м'яч керує вами. Я «диктую» вам умови виконання вправ. А ви починаєте їх демонструвати так довго, доки я не дам сигнал на наступну вправу». Далі педагог подає команди в такій послідовності: м'ячі не літають і не падають (перша серія вправ); м'ячі літають, однак не падають (друга серія вправ); м'ячі літають, стрибають, однак ви стоїте на місці (третья серія вправ); м'ячі літають, стрибають, ви

пересуваєтесь (четверта серія вправ). Педагог може допомагати дітям, в яких виникають труднощі.

Рухова задача: кинути палицю в грі «Городок». Наведемо етапи вирішення задачки.

1 етап. Дитина сама шукає для себе зручний спосіб виконання. Якщо педагог хоче допомогти, то або дає простіше завдання, або фіксує увагу на тих, у кого виходить, або побічно підказує.

2 етап. Даємо дитині спробувати кидки на різних відстанях. Відводимо їх на більшу відстань та на близьку відстань, які незручні для кидків.

3 етап. Знаходимо зручний спосіб виконання дії.

Наведемо приклади інших рухових завдань.

1. Завдання на поєднання фізичних вправ з інтелектуальним навантаженням. Наприклад, переклад геометричних схем на мову рухів.

2. Завдання на організацію колективу. Такі завдання, які можливо виконати тільки разом, тільки прийнявши спільне рішення.

3. Завдання, що виконуються наосліп: тренуємо чутливість і обережність.

4. Робота в парі або малій групі. Наприклад: виконуємо, взявшись за руки, або за ноги, або в зв'язці (могузок, палиця, обруч).

5. Завдання на творчість та пам'ять. Наприклад, діти стрибають по черзі, проте стрибки не повинні повторюватись.

6. Завдання на баланс та жонглювання.

Е. Давиденко, А. Савельєва та С. Трачук запропонували систему заходів з активізації рухової активності молодших школярів засобами міні-тенісу, що впливає також на виховання гнучкості, спритності, швидкості, м'язової сили та витривалості [6]. Дослідники запропонували використовувати «веселу рухову активність координаційної спрямованості» з простими правилами короткої тривалості. Так, молодшим школярам пропонуються вправи типу «небо-земля» протилежної спрямованості. Учні виконують стрибки та приземлення з утриманням м'яча на ракетці; катання та зупинка м'яча на ракетці; вправи на співпрацю з партнером та суперником тощо. Особливість запропонованої методики полягає у використанні устаткування, яке відповідає віковим особливостям. Зокрема, використання трьох видів м'ячів, які: на 75%, на 50% та на 25% повільніші від професійних.

Р. Чопик [7] досліджує особливості активізації рухової активності учнів початкових класів у процесі занять баскетболом. З метою формування образу рухової дії та опануванню складно-кординованих рухів науковцем запропоновано визначати основні опорні точки. Для кожної основної опорної точки Р.Чопик визначив найбільш типові

помилки, прийоми формування словесного, фізичного та кінестатичного образу рухової дії. Так, пропонується використовувати слова-підказки з метою формування необхідних асоціації про форму рухової дії, кінестатичних відчуттів, орієнтовної основи дії [7, с. 11].

Навчальну програму фізкультурно-спортивного напрямку «Оздоровчий волейбол» для дітей 9-10 років запропонувала В.Маринич [3]. Програма передбачає проведення ситуаційно-рольових та сюжетно-рольових ігор, ігор-бесід, ігор-мандрівок, екскурсій, ігрових вправ, колективних творчих панно, бесід, конкурсів, рухливих ігор, вікторин, виставок малюнків, спортивних змагань, козацьких забав, веселих стартів, естафет. Основним критерієм оцінки є не спортивний результат, а функціональний стан учнів, а також формування системи цінностей, усвідомлена потреба в регулярних фізичних вправах [3, с. 3].

Таким чином, нагальною потребою сьогодення є підвищення рівня рухової активності дошкільників та молодших школярів. Використання ігрового підходу до організації фізкультурно-оздоровлювальної діяльності в закладі освіти, на нашу думку, сприятиме формуванню позитивної мотивації та активізації рухової активності дітей.

Література:

1. Бойко Ю.В. Пластик-шоу-класик: або з чого починати засвоювати цю технологію в дошкільному навчальному закладі. Вінниця: Нілан-ЛТД, 2013. 36 с.
2. Єфименко М.М., Бочков П.М. Планування занять з фізичної культури для дітей раннього та дошкільного віку. Вип. 1. Вінниця: Нілан-ЛТД, 2015. 108 с.
3. Маринич В.Л. Навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Оздоровчий волейбол». URL: https://zpo.ucoz.ua/Programu_/Ozdorovchui/ozdorovchij_volejbol.pdf
4. Пахальчук Н. О. Використання педагогічних технологій у підготовці спеціалістів дошкільної та початкової освіти до фізичного виховання дітей. *Technologies of Shaping and Enhancing Health of Human and Society: monograph*. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2016. С. 171–177.
5. Реутский С. Физкультура про другое, зато обо всем и для всех. От простого к сложному в семье, в детском саду и в начальной школе. СПб.: Агентство образовательного сотрудничества, 2006. URL: <http://setilab.ru/modules/article/trackback.php/201>.
6. Трачук С.В., Давиденко Е.В., Савельева А.В. Особливості організації та використання засобів міні-тенісу у фізичному вихованні

International scientific and practical conference

молодших школярів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2012. № 3. С. 42-46.

7. Чопик Р.В. Методика навчання фізичних вправ молодших школярів у процесі занять баскетболом: автореф. дис ... канд. пед. наук. Київ, 2010. 22 с.

8. Шебеко В.Н., Овсянкін В.А. Физкульт-ура!: авторская программа по физическому воспитанию детей и методические рекомендации. Мозырь: Белый Ветер, 2006. 89 с.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-044-5-22>

**ФОРМУВАННЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ
СТАРШИХ КЛАСІВ ПРИЛУЦЬКОГО ЛІЦЕЮ № 6
НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

Романовська Т. І.

викладач-методист комунального закладу

*КЗ «Прилуцький гуманітарно-педагогічний фаховий коледж
імені Івана Франка» Чернігівської обласної ради*

Фесенко В. В.

*студент IV курсу спеціальності 014 Середня освіта
(Фізична культура)*

*КЗ «Прилуцький гуманітарно-педагогічний фаховий коледж
імені Івана Франка» Чернігівської обласної ради
м. Прилуки, Чернігівська область, Україна*

Активізація пізнавальної діяльності на уроках фізичної культури – один із напрямів сучасної концепції фізичного виховання, що спрямований на те, щоб домогтися більш високих результатів у фізичній підготовленості, на поєднання виконання фізичних вправ та удосконалення знань з інших предметів на основі реалізації принципово нових підходів, засобів, технологій, де головним є не отримання тільки рухового результату, а складна та дієва робота з формування пізнавальної діяльності та зацікавленого ставлення до процесу самовдосконалення.

Вступ. Проблема збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління нашої країни набуває все більшої актуальності. Не дивлячись