

Пахальчук Н.О., Грошовенко О.П., Голюк О.А. Фізичне виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку за Любомиром Бейбою. *International scientific and practical conference «Pedagogy in EU countries and Ukraine at the modern stage» : conference proceedings*, December 21–22, 2018. Baia Mare : Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2018. С. 75-78.

Пахальчук Н.О. Фізичне виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку за Любомиром Бейбою / Н.О. Пахальчук, О.П. Грошовенко, О.А.Голюк // *International scientific and practical conference «Pedagogy in EU countries and Ukraine at the modern stage» : conference proceedings*, December 21–22, 2018. Baia Mare : Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2018. – С. 75-78.

## **ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ТА МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗА ЛЮБОМИРОМ БЕЙБОЮ**

**Пахальчук Н.О., Грошовенко О.П., Голюк О.А.,**

кандидати педагогічних наук, доценти,  
доценти кафедри дошкільної та початкової освіти  
Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського

м.Вінниця, Україна

[orcid.org/0000-0001-7098-3821](https://orcid.org/0000-0001-7098-3821)

[orcid.org/0000-0002-3251-5178](https://orcid.org/0000-0002-3251-5178)

[orcid.org/0000-0001-6309-9261](https://orcid.org/0000-0001-6309-9261)

Пахальчук Н.О., Грошовенко О.П., Голюк О.А. Фізичне виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку за Любомиром Бейбою

**Анотація.** В статті представлені завдання роботи з досліджуваної проблеми. Автори визначають ефективні прийоми освітньої роботи.

**Ключові слова:** фізичне виховання, інтерес до фізичних вправ, фізкультурно-оздоровча активність.

Пахальчук Н.А., Грошовенко О.П., Голюк О.А. Физическое воспитание детей дошкольного и младшего школьного возраста за Любомиром Бейбой

**Аннотация.** В статье представлены задачи работы по исследуемой проблеме. Авторы определяют эффективные приемы образовательной работы.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, интерес к физическим упражнениям, физкультурно-оздоровительная активность.

Pakhalchuk N., Hroshovenko O., Holiuk O. Physical education of preschool and primary school children by Liubomyr Beiba

**Abstract.** The article presents the task of work on the problem under study. The authors identify effective forms of educational work, motivation.

**Keywords:** physical education, interest in physical exercises, physical and recreational activities

В дошкільному та молодшому шкільному віці відбувається активний фізичний розвиток дитини, удосконалюються рухові якості, набуваються рухові уміння та навички. Дослідниками здійснюється пошуки форм, методів, прийомів активізації фізкультурно-оздоровчої діяльності підростаючої особистості [5; 6 та ін.]. На нашу думку, доцільно звернутись до ігрової методики Любомира Бейби [1-4].

Так, організація фізкультурно-оздоровчої діяльності «Від руху до здоров'я» за Л.Бейбою включає імпровізацію, фантазування та виконання творчих завдань. Мета визначеної методичної пропозиції: створення

сприятливих умов для підвищення дитячої фізичної активності, самостійності, довільності в практичному експериментуванні; вдосконалення вміння використовувати здобуті уявлення для подальшого практичного розширення особистого досвіду; надання простору для реалізації позитивних задумів. Очікувані результати: дитина самостійно на основі своїх знань та вмінь вміє використовувати різні предмети, що є в системі Л.Бейби; створює обриси предметів, рослин, тварин; вміє колективно створювати сюжет; імпровізувати, фантазувати, виконувати творчі завдання.

Любомир Бейба народився і виріс на Дрогобиччині. Багато років працював учителем фізичної культури в школі. З 1991 року іммігрував до Німеччини та почав регулярні заняття фізичною культурою у закладах дошкільної освіти м.Галле [2, с. 7]. На слушну думку педагога, «рух – це не тільки шлях до здоров'я дитини, але і до розвитку інтелекту. Правильна організація фізичного виховання допомагає розвивати в дитини логічне мислення, пам'ять, ініціативу, самостійність» [2, с. 6].

Наведемо основні ідеї методичної пропозиції Л.Бейби.

1. Конструювання зі спортивного інвентарю, з яких діти викладають різні геометричні фігури, живі та неживі об'єкти навколишнього світу (рис. 1).  
Необхідний інвентар: обручі різного діаметру (10 шт.), палиці різної довжини (20 шт.), палички короткі (20 шт.), мотузки різної довжини від 10 м до 50 см (10 шт.), кільця різного діаметру (40 шт.), скакалки (20 шт.), м'ячі різного діаметру (20 шт.) тощо.

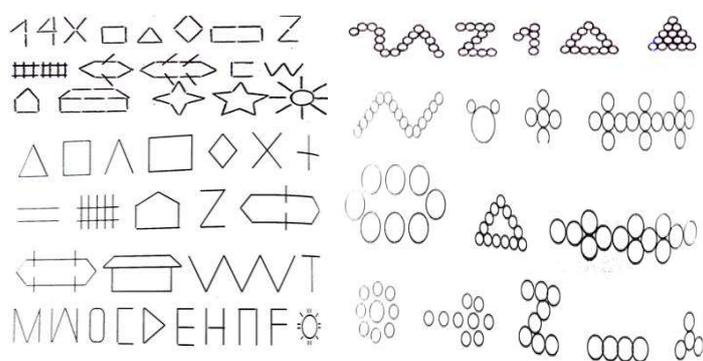


Рис. 1. Конструювання зі спортивного інвентарю за Л.Бейбою.

Конструювання зі спортивного інвентарю можна використовувати на уроці або занятті як активний відпочинок дітей між виконанням рухових вправ з високою або середньою інтенсивністю; у фізкультурних святах, розвагах, вечорах у формі творчих завдань; у спортивних естафетах тощо.

## 2. Виконання дітьми образних рухових дій.

Так, за зауваженням Л.Бейби, «скакалка у нас не тільки для стрибків. Для «козаків» вона править за коня, складена вдвічі – кермо велосипеда, у чотири рази – кермо мотоцикла, автомобіля» [2, с. 9]. Наприклад, зміст вправи «Козак на коні»: однією рукою тримати скакалку за один кінець – це голова коня; пропустити другий кінець між ногами, та другою рукою тримати хвіст ззаду. Під час стрибків «коника» одна нога постійно спереду підстрибує (20-30 с). «Мерседес» – сісти на лаву, ноги витягнуті, за допомогою рук просування вперед; сісти між канатами, ноги прямі, розведені; за допомогою рук просуватись вперед. «Черв'ячок» – лягти на лаву ногами вперед, відштовхуючись руками від лави, просуватись вперед.

Зміст вправи «Крокодил» – лягти на канат, ноги витягнути, руками захопити спереду канат, згинаючи, просуватись вперед (два кінці каната потрібно закріпити до гімнастичної стінки або гаків на ширині 40-50 см). «Турист» – лягти на спину, ноги підняти вгору – канат на грудях. Згинаючи руки, які тримають канат за головою, просуватись вперед.

Зміст вправи «Рівчак» – дві лави поставити паралельно на відстані 10-15 см. Краї лав підняти вгору, утворивши гірку. Котіння м'яча з гірки між лавками. М'яч, що котиться, зловити з другої сторони.

## 3. Використання ігрових прийомів для опанування дітьми основними рухами. Наведемо етапи навчання стрибкам із місця за Л.Бейбою.

1 етап. На перших етапах занять на підлозі крейдою необхідно намалювати «річку», окремі ділянки якої мають різну ширину. Дошкільники перестрибують з одного «берега» на інший, тримаючи ноги разом. Вихідне положення для стрибків: ноги разом, руки відведені за спину. Коли дитина відштовхується ногами від підлоги, то руки виставляє попереду. Під час

приземлення ноги також потрібно тримати разом. Якщо хтось стрибнув між лініями – це означає, що потрапив у «воду». Дитина сама вибирає ширину річки, через яку буде стрибати.

2 етап. Ускладнення вправи: стрибати від намальованої позначки «старт». На відстані 40-50 см від цієї лінії закріплюють планку на висоті 25-30 см (на початкових заняттях), а потім трохи вище – до 35 см. Таким чином, діти вчитимуться відштовхуватись і в висоту, і в довжину. Потім доцільно відсунути планку на відстань 70-80 см, але опустивши до висоти 15-20 см. Через деякий час можна збільшити відстань від лінії старту до планки до 1 м, зменшуючи висоту до 5-10 см.

3 етап ігрових тренувань – це стрибки від лінії старту в довжину до позначок різного кольору. Так, наприклад, перші лінії – червоні (земля) – на відстані 1м, 1,2 м, 1,4 м. Дві наступні – синього (небо) – позначають 1,5 м, 1,8 м. Остання лінія – помаранчева – на відстані 2,0 м, її ще називають «космос» [4, с. 28].

Наведемо ігровий прийом «зірковий крок» у навчанні дітей повороту навколо опорної ноги (спортивна гра «Баскетбол») за Л.Бейбою. Так, кожній дитині доцільно роздати картинку, на якій намальована морква, і пояснити, що ми йдемо годувати голодних зайчиків. Та по дорозі зустріли вовчика, який хоче відібрати і з'їсти сам всю моркву. Діти «викопують» ямку і ховають в неї свою моркву, наступивши однією ногою на ямку-картинку. Роблячи кроки однією ногою навколо ноги, що закриває моркву, і махаючи руками, діти проганяють вовка. Також необхідно звернути увагу дітей, що ногу не можна підіймати з ямки з морквою [1, с. 10; 4, с. 33].

Таким чином, модернізація змісту дошкільної освіти передбачає її орієнтацію на гуманізацію життєдіяльності дитини, формування її рухової сфери, та на впровадження оздоровчих технологій в освітньо-виховний процес.

### **Література:**

1. Бейба Л. Баскетбол в дитячих садочках та початкових класах школи : метод. реком. Дрогобич : КОЛО, 2003. 22 с.

2. Бейба Л. Від руху до здоров'я. На допомогу вихователям дитячих садочків, вчителям молодших класів та батькам. Дрогобич : КОЛО, 2000. 40 с. : іл.
3. Бейба Л. Фізкультурні цікавинки. *Дошкільне виховання*. 1997. №5. С.7.
4. Бейба Л. Хто далі, а хто – вище. Як правильно навчити дітей стрибати у висоту, в довжину та правильно кидати м'яч. *Дошкільне виховання*. 2009. №3. С. 28-29.
5. Голюк О.А., Пахальчук Н.О. Методичні аспекти розвитку творчої уяви дітей дошкільного віку. *Transformations in Contemporary Society: Humanitarian Aspects* : monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2017. С. 223-229.
6. Пахальчук Н.О. Виховання почуття ритму в дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку засобами ботмерівської гімнастики. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : наук. журнал. Суми : СумДПУ. 2015. № 7 (51). С. 260–268.