

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРІУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЛОЛОГІЇ ТА МАСОВИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

До захисту допустити:

Зав. кафедри

_____ О.Г. Брежнева

«__» _____ 20__ р.

Кваліфікаційна робота

за освітнім ступенем «Магістр» на тему:

**«Комплексний підхід у використанні ігор у фізичному вихованні
старших дошкільників»**

студентки факультету філології
та масових комунікацій
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»
освітнього ступеня «Магістр»
Піхулі Катерини Олександрівни

Науковий керівник:

Воєвутко Н.Ю., кандидат педагогічних
наук, доцент

Науковий консультант:

Демидова Ю.О., кандидат педагогічних
наук, доцент кафедри дошкільної
освіти

Рецензент: Лопатіна Г.О., к.пед.наук,
доцент кафедри прикладної психології
та логопедії Бердянського державного
педагогічного університету

Кваліфікаційна робота захищена
з оцінкою _____
Секретар ЕК _____
«__» _____ 2020 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ВИКОРИСТАННЯ ГРИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДОШКІЛЬНИКІВ	
1.1. Стан здоров'я дошкільників на сучасному етапі.....	9
1.2. Роль гри в розвитку і життєдіяльності дітей дошкільного віку...	15
1.3. Гра як форма і метод у фізичному вихованні дошкільників.....	23
Висновки до першого розділу	41
 РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ РОБОТИ	
2.1. Експериментальна робота і педагогічний експеримент.....	42
2.2. Організаційно-педагогічні умови комплексного використання гри у фізичному вихованні старших дошкільників.....	46
2.3. Зміни показників функціонального стану старших дошкільників в процесі педагогічного експерименту	80
Висновки до другого розділу	89
ВИСНОВКИ	91
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	93
ДОДАТКИ	104

ВСТУП

Актуальність дослідження. В умовах, що змінюються соціально-економічними умовами розвитку суспільства створюються нові педагогічні передумови для формування сучасної системи фізичного виховання підростаючого покоління. Орієнтація на гуманістичні та демократичні ідеали вимагає визначення і усвідомлення нової мети фізичного виховання дітей на різних етапах їх вікового розвитку. Особлива увага сьогодні приділяється вирішенню завдань формування фізичної культури дітей дошкільного віку, розвитку у них потреби в повсякденних заняттях фізичними вправами, розвитку фізичних і творчих здібностей.

Аналіз виховної практики показав, що здійснені спроби ввести ігрову освітню роботу в закладі дошкільної освіти не увінчалися очікуваним успіхом, масового, широкого застосування ця форма не знайшла. Разом з тим вченими (В.К. Бальсевич, А.І. Бикова, Т.І. Осокіна, О.П. Усова та ін.) доведено, що ігрова діяльність дошкільників створює сприятливі умови для їх активного, особистісного включення в процес соціалізації, породжуючи нове ставлення до предмету ігрової діяльності; що при цьому формується новий тип і рівень спілкування дітей, де цільовою установкою є способи реалізації рухових завдань. Різноманітні способи досягнення мети в грі, відносна самостійність дій, відсутність жорсткої регламентації надають дітям можливість широкого вибору способів діяльності, розвитку творчих рухових здібностей, сприятливо позначаються на прояві винахідливості, ініціативи, самостійності.

У зв'язку з цим, актуальним є пошук ефективних засобів створення педагогічно доцільного середовища, що включає фактори спрямованого впливу на дитячий організм з метою фізичного і духовного оздоровлення дітей. Найбільш істотним показником є гра для розвитку рухової функції. Саме в цьому віці формуються важливі базові рухові вміння і навички, закладається фундамент рухової діяльності, з елементів якої згодом

складається рухова діяльність дорослої людини (О.М. Вавилова, Н.М. Корольова, Т.Ю. Логінова, Л.І. Пензулаєва та ін.).

Пошуку шляхів зміцнення фізичного здоров'я дошкільнят присвячено праці О. Богініч, Е. Вільчковського, Л. Волкова, Н. Денисенко, О. Дубогай, Н. Левінець, В. Логінової, Л. Лохвицької, Л. Сварковської, Г. Хухлаєвої та інших. Проблему формування цінісного ставлення до власного здоров'я та психічного здоров'я у дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку досліджували І. Бех, Л. Божович, Д. Ельконін, О. Запорожець, О. Кононко, В. Котирло, В. Кузьменко, С. Кулачківська, С. Ладивір, О. Марінушкіна та інші.

За останні роки відбулися зміни в системі дошкільної освіти. З одного боку, педагоги отримали широкі можливості для новаторських пошуків, розробки нових технологій в педагогічному процесі, впровадження експериментальних досліджень в практику ЗДО. З іншого боку, рівень соціально-економічного розвитку країни не дозволяє забезпечити необхідну фінансову і матеріальну підтримку розвитку системи дошкільної освіти. Крім цього, назріла необхідність переглянути зміст фізичного виховання дошкільників, оскільки сьогодні вони повинні бути не тільки здоровими, але і фізично, інтелектуально розвинені, з великим запасом творчого потенціалу.

Найціннішим і перспективним в світі позначених проблем представляється використання ігрових занять з дошкільниками. Однак є підстави вважати, що виховний і розвиваючий потенціал гри в фізичному вихованні дошкільників все ще повністю не розкритий. Так, до теперішнього часу залишаються недослідженими проблеми використання на заняттях з фізичної культури творчих, самостійних і комплексних завдань, а також застосування сюжетно рольових ігор, насичених віршованим текстом, лічилками, пісенно речитативним супроводом. Це пояснюється, в першу чергу, недостатньою розробленістю підходів до формування нового змісту фізичних вправ ігрового характеру на заняттях з дітьми старшого

дошкільного віку, а також відсутністю науково розробленої методики комплексного підходу використання гри у фізичному вихованні дітей.

Аналіз проблеми дозволив зробити висновок, що в практиці роботи ЗДО є явні протиріччя. Суперечливість полягає в тому, що сучасні уявлення про гру як метод нівелювали його комплексне використання для розвитку інших творчих здібностей: у розвитку мови, у формуванні математичних уявлень, музиці, розвитку уяви. З іншого боку, недостатність науково-методичного забезпечення та різних творчих завдань в процесі фізичного виховання збіднює застосування гри в рішенні задач різнобічного розвитку дитини. Виявлені протиріччя актуалізували важливість пошуку шляхів вирішення даної проблеми і зумовили вибір теми кваліфікаційної роботи **«Комплексний підхід у використанні ігор у фізичному вихованні старших дошкільників»**.

Об'єкт дослідження – гра як форма і метод у фізичному вихованні старших дошкільників в умовах закладу дошкільної освіти.

Предмет дослідження – організаційно-методичні умови моделювання комплексного використання гри у фізичному вихованні старших дошкільників.

Мета дослідження: експериментально перевірити різні моделі ігрової практики з використанням творчих завдань в процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Гіпотеза дослідження: базується на уявленні про те, що рівень фізичних, функціональних та інтелектуальних здібностей дошкільників підвищуватиметься, якщо будуть розроблені та реалізовані моделі ігрових практик з використанням творчих, сюжетно-рольових завдань комплексного характеру.

Завдання дослідження:

1. Вивчити теоретичні основи і практику використання гри у фізичному вихованні старших дошкільників.

2. Перевірити ефективність моделей ігор для дітей старшого дошкільного віку, які використовуються на заняттях з фізичного виховання, які передбачають різні варіанти творчих завдань і нового змісту фізичних вправ ігрового характеру.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали ідеї, теорії, концепції, програми і технології вітчизняних і зарубіжних авторів, що розробляють фундаментальні положення теорії та практики гри:

- ✓ ідея І.Г. Песталоцці про розвиваюче навчання та роль методу в розвитку дитини;
- ✓ теорія П.Ф. Лесгафта, що класифікує ігри у фізичному вихованні дітей в сім'ї;
- ✓ теорія дошкільної гри О.П. Усової в організації життя і діяльності дітей, у вихованні та розвитку дитини;
- ✓ концепція Д.Б. Ельконіна про значення творчих сюжетно-рольових ігор у формуванні особистості дошкільників;
- ✓ програма і технології, засновані на методології здоров'язберігаючої освіти дошкільників в роботах В.К. Бальсевича, В.І. Усакова.

Педагогічне дослідження проводилося на базі КЗ «Маріупольська школа-ясла-садок № 39» м. Маріуполя протягом 2019 – 2020 н.р. і представляло собою поетапний процес.

Перший етап – підготовчий. Він включав теоретичний аналіз наукової, науково-методичної літератури з теми нашої роботи, вивчався стан досліджуваної проблеми на практиці. На цьому етапі розроблялися вихідні положення дослідження, були визначені предмет, мета, основні завдання, сформульована наукова гіпотеза і методи дослідження. Крім того, була обґрунтована сукупність положень, що складають теоретичні передумови комплексного використання ігрового методу у фізичному вихованні дошкільників.

Другий етап дослідження – створювалася і апробувалася експериментальна програма. Завданням даного етапу дослідження було

визначення вихідного рівня функціонального стану і фізичної підготовленості дітей, оцінка техніки володіння ігровими навичками дітей 5-6 років. Поряд з цим були виявлені умови, в яких здійснювався навчально-виховний процес у ЗДО, наявність обладнання, інвентарю, якість проведення фізкультурних занять педагогами. Результати цих досліджень зумовили вибір і формування контрольних і експериментальних груп, рівнозначних за віком, рівнем, фізичним розвитком і підготовленістю. На даному етапі досліджувалися наступні показники: оцінка техніки володіння елементами рухливих ігор; визначення рівня розвитку функціональних показників; виявлення рівня згуртованості колективу; оцінка рівня сформованості основних рухових якостей і виявлялися їх переваги у фізичному вихованні в ЗДО.

Третій етап – проводилася серія порівняльних експериментів, в ході яких була зроблена спроба визначити можливості результативного педагогічного впливу ігрових вправ на розвиток рухових здібностей, фізичний розвиток дітей, вивчалися механізми впливу комплексного підходу у використанні ігрового методу у фізичному вихованні. Узагальнювались і систематизувалися результати дослідження; здійснювались також уточнення теоретичних положень, перевірка і обговорення отриманих результатів. Розроблялися і впроваджувалися науково методичні рекомендації з проведення ігрових занять в ЗДО.

Теоретична значимість дослідження полягає в тому, що:

- ✓ результати дослідження розширюють і поглиблюють знання про можливості методу гри в фізичному вихованні дошкільників;
- ✓ доведено вплив гри як методу на розвиток творчої активності, рухову і функціональну підготовленість дітей;
- ✓ виявлення і обґрунтування організаційних та методичних умов до моделювання та практичного використання різних варіантів самостійних, комплексних і творчих завдань будуть сприяти розвитку дітей. Підсумки

дослідження є передумовою для подальшої розробки методичного забезпечення вирішення завдань фізичного розвитку та виховання дітей.

Практична значимість дослідження полягає в тому, що комплексна методика використання гри як методу розвитку творчої активності пропонується для освоєння вихователям, інструкторам з фізичного виховання, батькам; матеріали і результати дослідження можуть бути використані викладачами при навчанні студентів з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання та валеологічної освіти дошкільників», комплекси розроблених вправ можуть використовуватися студентами в ході педагогічної практики в ЗДО.

Достовірність отриманих результатів забезпечується методологічною обґрунтованістю вихідних параметрів дослідження; застосуванням комплексу адекватних емпіричних і теоретичних методів дослідження; репрезентативністю отриманих емпіричних даних, їх аналізом і науково обґрунтованою інтерпретацією; систематичною перевіркою результативності дослідно-експериментальної роботи на всіх її етапах з використанням методів математичної статистики; реальними позитивними змінами всіх вимірюваних показників фізичного та особистісного розвитку дітей.

Розроблені методичні умови комплексного використання вихователем гри у фізичному вихованні старших дошкільників забезпечують оволодіння дітьми доступними фізичними вправами ігрової спрямованості, сприяють підвищенню рівня рухової підготовленості дошкільників та удосконаленню процесу фізичного виховання в ЗДО в цілому.

Структура кваліфікаційної роботи складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ВИКОРИСТАННЯ ГРИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДОШКІЛЬНИКІВ

1.1. Стан здоров'я дошкільників на сучасному етапі

Дошкільний вік, або період першого дитинства, визнається найвідповідальнішим для фізичного і психічного розвитку дитини. Сьогодні турбота про здоров'я дитини стала займати пріоритетні позиції, оскільки країні потрібні сильні, здорові, творчі особистості. Не можна не відзначити, що в останні роки спостерігається тенденція збільшення кількості дітей, які мають вади у фізичному і психічному розвитку. Проблема народження здорової дитини, її виховання і навчання вийшла за рамки медичної та перетворилася в соціальну.

З'ясовано, що цілісний розвиток дитини як особистості – головна мета дошкільної освіти на сучасному етапі розвитку держави, а це, зокрема, передбачає турботу про здоров'я дошкільняти – стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, психічний комфорт, позитивне самопочуття, спокій, рівновагу, задоволення, а не лише відсутність хвороб і фізичних вад.

Відомо, що здоров'я нації визначається рівнем здоров'я дітей та підлітків. Рівень розвитку зростаючого покоління, його фізичний та розумовий потенціал, є передумовою виходу держави із соціально-економічної кризи. На жаль, надійних критеріїв для порівняння ефективності систем охорони здоров'я у різних країнах немає, тому що тривалість життя та рівень дитячої смертності, які найбільш часто використовуються для цього, залежать від рівня життя в цілому, від особливостей харчування, умов проживання, рівня освіти населення тощо. Саме тому пряме порівняння між різними країнами як окремих показників, так і систем у цілому, майже ніколи не буває коректним. Економічні, соціальні та культурні зміни впливають на рівень смертності та тривалості життя не безпосередньо, а через зміну

структури причин смерті. Тому одним із ключових завдань держави є посилення ролі контролю суспільства над смертністю, починаючи з викорінення її катастрофічної компоненти та завершуючи впливом на смертність від хронічних захворювань у старшому віці. За теорією Гроссмана, головним механізмом впливу зниження валового національного продукту на здоров'я населення є зменшення видатків на зміцнення здоров'я, стрес, зниження доступності до медичної допомоги (передусім до ліків).

Упродовж усіх п'яти років рівень захворюваності та поширеності хвороб в окремих вікових групах мав свої особливості. Так, загалом по Україні, рівень захворюваності дітей віком до шести років перевищував захворюваність дітей першого року життя (1 377,24 та 1 249,18 на 1000 дітей відповідного віку у 2015 р.) з подальшим зменшенням у віці 7–14 і у 15–17 років (1 198,33 та 1 188,6 на 1 000 відповідного населення), а поширеність хвороб зростала з віком (1 589,9 у дітей 0–6 років, 1 776,78 у дітей 7–14 років та 2 083,2 у підлітковому віці).

Дані щодо зростання з віком поширеності хвороб за рахунок накопичення хронічних захворювань підтверджуються повіковою динамікою частоти захворювань з діагнозом, встановленим вперше у житті, від усіх зареєстрованих захворювань у 2015 р. — 87,0% серед дітей 0–6 років включно, 67,3% серед дітей 7–14 років включно та 57,06% серед дітей підліткового віку

Дані досліджень свідчать про те, що сьогодні переважна кількість дітей має одне або кілька захворювань, лише п'ята частина малюків народжуються цілком здоровими, у кожній третій дитині фіксуються відхилення у фізичному або психічному розвитку, смертність удвічі переважає народжуваність. У дітей дошкільного і шкільного віку переважають захворювання органів дихання, травлення, серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату, нервової системи.

Визначено, що феномен здоров'я був предметом дослідження багатьох вчених. Категорію «здоров'я» вчені визначають як інтегративну якість повноцінного гармонійного людського буття в усіх його вимірах та аспектах.

В останні роки вчені все частіше говорять про фізичний стан організму не тільки як про абстрагований соціальний феномен, але і як про властивість особистості. У системі фізичного виховання акцентуються її механізми і ефекти впливу на розумовий розвиток і розширення пізнавальної інформативності, удосконалення почуттів і соціальної поведінки, моральності і духовності.

У наукових дослідженнях з даної проблеми зазначено, що за останні десятиліття стан здоров'я дошкільників різко погіршився: знизилася кількість дітей першої групи здоров'я, збільшилася кількість дітей другої групи здоров'я (мають різні відхилення в стані здоров'я) та третьої групи здоров'я (мають хронічні захворювання).

Викликає тривогу той факт, що відзначається тенденція зростання хронічної захворюваності у дітей до моменту вступу їх до школи. Ці захворювання займають перше місце серед гострих захворювань і складають 60-70%, що визначає велике число днів, пропущених дітьми, які відвідують заклади дошкільної освіти. За останні 6-10 років рівень захворюваності на гострі респіраторні інфекції залишається високим (60-70%). Перше місце займають хвороби органів дихання, на другому місці стоять паразитарні та інфекційні хвороби, а потім - алергічні захворювання і хвороби органів травлення [69].

Відомо, що одним з найважливіших ознак здоров'я є фізичний розвиток дитини [27]. За останні 20 років відзначається зростання кількості функціональних відхилень на одну дитину в міру дорослішання: в 4-річному віці переважна більшість дітей має 1-3 відхилення з боку різних функціональних систем (серцево-судинної, шлунково-кишкової, нервової та ін.); до 6 років майже у 50% дітей їх число зростає до 4-5. Від 30% до 40% дітей мають відхилення з боку опорно-рухового апарату; 20-25% - з боку

носоглотки; невротичні прояви відзначені у 30-40% дітей молодшого та у 20-30% дітей старшого дошкільного віку [75].

Наявність алергічних реакцій відмічено у 10-30% дошкільників; 10-25% мають відхилення з боку серцево-судинної системи (підвищення артеріального тиску та інше), В 6-7-річному віці у половини дітей відзначається стійке підвищення артеріального тиску. Зростає число дітей з відхиленнями і захворюваннями органів травлення, кістково-м'язової системи, сечостатевої, ендокринної систем, порушенням постави, сколіозами. Досить висока захворюваність карієсом [64].

За останні п'ять років у дітей спостерігається тенденція до зниження показника життєвого обсягу легень (ЖОЛ) і, як наслідок, - результатів тестування в бігу на 200 м (витривалість) і метанні м'яча (швидкісна сила), помітно знизилася і результати дошкільників в бігу на короткі дистанції.

На підставі викладеного можна зробити висновок про особливу актуальність проблеми збереження і зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку. У зв'язку з цим вчені пропонують різні оздоровчі системи, програми тощо [44], а також різноманітні методи оздоровлення і зниження захворюваності дітей [21].

Особливого значення набуває фізичне виховання дітей дошкільного віку, аналіз якого пропонується нижче.

Будучи складовою частиною єдиної системи виховання і навчання дошкільників, фізичне виховання сприяє зміцненню здоров'я дітей [25], їх правильному фізичному розвитку, формуванню рухових навичок і умінь, розвитку фізичних якостей (сили м'язів, швидкості і точності рухів, спритності, витривалості), створює сприятливу основу для гармонійного розвитку дітей [43]. У дошкільному віці вони дуже рухливі, непосидючі. Чим більш рухливим є дошкільник, тим швидше розвивається його мускулатура і досконаліше стає координація рухів [12]. Як показує практика, діти 6-7 років вже можуть займатися спортом: плаванням, фігурним катанням, гімнастикою, акробатикою, ходити на лижах і т.д. У цей період у

дітей більш досконалими стають ті руху, якими вони оволоділи в ранньому віці: ходьба, біг, лазіння, кидання, ловля м'яча і ін. В дошкільному віці діти вчаться виконувати і нові рухи, в зв'язку з чим у них зростають можливості до вольового напруження, вони здатні докладати достатніх вольових зусиль для досягнення навіть віддаленої мети.

А.І. Бикова [31] звертає увагу на те, що гра займає велике місце в житті дитини-дошкільника, тому потрібно використовувати всі її сторони, які можуть надавати допомогу в навчанні дітей рухам. Вона стверджує, що рухливі ігри побудовані на основних рухах і діти мають можливість вправлятися в них в процесі гри. На думку Т.В. Фуряєвої [89], предметно-просторове середовище може виконувати стимулюючу, нейтральну і гальмівну функції в ігровій та руховій діяльності. У дослідженнях Е.Н. Вавилової [20] науково обгрунтована вікова специфіка фізичного виховання з урахуванням нових завдань і вимог життя. Е.Н. Вавилова довела, що вплив на цей процес надають відмінності в організації виховної роботи.

Серед різноманітних факторів, що впливають на стан здоров'я, фізичний розвиток і фізичне виховання зростаючого організму дитини, особлива роль відводиться руховій активності [40]. Рух у дошкільників є основним засобом виховання і розвитку дитини, одним з основних умов гарного фізичного і нервово-психічного розвитку. Це підтверджується дослідженнями фахівців в галузі фізичного виховання дошкільників, такими як Е.С. Вільчковський, А.В. Кенеман і Д.В. Хухлаєва, М.М. Кольцова [37]. На думку цих дослідників, педагогічний вплив слід направляти на розвиток тих здібностей, роль яких особливо значима для оволодіння, щоб в межах біологічно закономірних коливань не затримувала розвиток рухових якостей. Е.Я. Степаненкова [61] вважає, що невід'ємним компонентом рухової діяльності дітей служить свідоме орієнтування їх у просторі, без якого не може бути цілеспрямованих, впевнених і точних рухів і дій. У дослідженнях Т.Л. Богиня, Н.Т. Терехової [20] пропонуються шляхи пошуків найбільш

раціональних рухових режимів, що необхідно для правильної побудови процесу фізичного виховання в дошкільних закладах.

Тим часом В.А. Шишкіною [19] показано, що більша або менша рухова активність дошкільників визначається, головним чином, запропонованим руховим режимом, який, в свою чергу, забезпечується організацією різних форм ігрової діяльності.

Сучасні форми організації фізичного виховання в ЗДО передбачають певний перелік обладнання і наявність ділянки для різноманітних форм педагогічної роботи з дітьми та реалізації різних видів активності, в тому числі і рухової [52]. Разом з тим аналіз типових освітніх установ, в яких виховується сучасна дитина, показує, що обладнання недостатньо: в групових кімнатах немає потрібної кількості іграшок, посібників, інвентарю: м'ячів, скакалок, кеглів та ін. В спортивних залах, на ділянках, майданчиках бракує сучасного великого нестандартного і дрібного обладнання. Спортивні майданчики не оснащені стаціонарним і виносним (велосипеди, самокати, лижі тощо) обладнанням для проведення рухливих ігор, розваг, ранкової гімнастики та фізкультурно-оздоровчих занять. Такого дрібного інвентарю, як м'ячі, кеглі, бадмінтон, скакалки, кубики та куби явно недостатньо, що негативно відбивається на якості освітньо-виховного процесу [74].

Таким чином, аналіз науково-методичної літератури щодо визначення стану здоров'я дошкільників на сучасному етапі дозволяє зробити наступний висновок:

- 1) спостерігається тенденція зростання числа дітей, віднесених до другої і третьої медичних груп здоров'я;
- 2) знижується рівень фізичної підготовленості дошкільників;
- 3) знижується життєвий рівень населення.

Тим часом, поряд з безсумнівним розумінням важливості стану здоров'я дошкільників, відзначається низький рівень здоров'я, обмежений руховий режим, а також недостатня компетентність вихователів в питаннях

ігрової діяльності в фізичному вихованні, недостатня розробленість ефективних методик реалізації основної програми з фізичного виховання дошкільників - всі ці факти підтверджують необхідність вивчення і розробки нової моделі ігрових вправ і структури, а також розробки нового змісту ігрової практики.

1.2 Роль гри в розвитку і життєдіяльності дітей дошкільного віку

Гра вперше згадується древніми філософами і вченими, і вже Аристотель [8] висловлював чимало суджень і цінних думок про гру як складову частину загального виховання і освіти. Він вважав, що вправи та ігри мають більше значення для формування людини, ніж його природні дані. Французький просвітитель Ж.-Ж. Руссо був одним з перших, хто визнав необхідність поєднання завдань розумового і фізичного виховання. Джон Локк, англійський філософ і ідеолог фізичного виховання, вважав, що знання приходять до свідомості людини через відчуття і органи чуття «шляхом повторної практики» під наглядом і керівництвом вихователя. На його думку, метою фізичного виховання повинно стати досягнення здорового духу в здоровому тілі.

Значний внесок у розробку загальної теорії гри внесли Н. Бюлер і К. Гросс [57]. Ними було встановлено, що люди і тварини здатні грати і в стані втоми не тільки витратити, а й відновлювати сили. К. Гросс говорив, що гра не є спосіб реалізації «надлишкових» сил організму; гра не є «віддушина» для «зайвих» сил, надлишок сил не причина появи гри, а лише дуже сприятливе для неї умова. За К. Гроссом, гра - вічна школа поведінки. Він розглядав гру як підготовку до майбутньої трудової діяльності, до життя, як форму природного самовиховання дитини [56]. Ідеї К. Гросса розвивав В.Штерн [26] - німецький психолог і філософ, який займався психологією раннього дитинства. Виходячи з принципу «конвергенції» (зближення), В. Штерн вважав, що розвиток гри є результатом конвергенції внутрішніх даних із зовнішніми умовами середовища. На підтвердження зазначених

твердженнь висунута точка зору, що гра не тільки компенсаторна, але і володіє врівноважуючою активністю, що дозволяє їй залучити до активної роботи раніше бездіяльні органи. Ігри, за дослідницькими даними З. Фрейда [93], очищують і оздоровлюють психіку, знімають травматичні ситуації, що є причиною багатьох неврологічних захворювань.

Важливо відзначити і висловлювання Ж. Піаже про те, що гра - це місток між конкретним досвідом дитини і абстрактним мисленням, найважливішою функцією гри є її символічний характер.

Ф. Фребель вважав, що гра і розмова - стихія, в якій живе дитина, тому на цьому ступені людського розвитку і приписує дитині кожному предмету здатність жити, відчувати і говорити. Оскільки дитина починає свій внутрішній світ відобразити зовні, вона передбачає подібну діяльність в предметах навколишнього світу.

Джон Дьюї розглядав гру як діяльність, яку він не ототожнював з зовнішньою діяльністю дитини. Вона є вказівкою на її розумову діяльність у всій її повноті і єдності.

Засновником теорії гри у вітчизняній науці вважається К.Д. Ушинський [84]. Визначаючи засоби фізичного виховання дітей та підлітків, він стверджував, що народні ігри та фізичні вправи в поєднанні з працею повинні складати основу фізичного розвитку. Він висунув і обґрунтував найважливіше положення про необхідність обов'язкового врахування вікових та психологічних особливостей кожної дитини. Створюючи на основі наявних науково-психологічних даних теорію гри, К.Д. Ушинський показав її освітньо-виховне значення. Він вказував, що гра, в якій самостійно працює дитяча душа, є теж діяльність для дитини. Особливо їм цінувалися гри, що мають суспільну спрямованість, що відображають трудове побутове життя народу. На цій же позиції стояв С.Т. Шацький [26], який вважав, що поява гри залежить «і від багатства внутрішнього життя, що розвивається в душі дитини».

Багато психологів досліджували гру як засіб прояву, розкриття потенційних можливостей дитини, розпізнання «правильності» його психічних процесів і моральних якостей. Л.С. Рубінштейн [47] визнав гру як метод пізнання дитини і як метод корекції психічного розвитку. Він, підкреслював, що дитина, граючи ту чи іншу роль, не просто фіктивно переноситься в чужу особистість; входячи в роль, вона розширює, збагачує, поглиблює свою власну особистість. На цьому відношенні особистості дитини до її ролі ґрунтується значення гри для розвитку не тільки уяви, мислення, волі, але і самої особистості дитини в цілому.

Символіка дитячої гри вперше спеціально досліджувалася Л.С.Виготським [45]. Він стверджував, що предмет набуває нового значення саме завдяки жестам. О.М. Леонт'єв [16] вважав, що гра виникає в світлі духовності і служить джерелом духовного розвитку дитини. Він назвав гру провідним типом діяльності дошкільника, завдяки якій у психіці дитини відбуваються значні зміни, формуються якості, що підготовлюють перехід до нової, вищої стадії розвитку. «Специфічна відмінність гри переддошкільника, як підкреслював О.М. Леонт'єв, від гри тварин характеризується тим, що це не інстинктивна, але саме предметна діяльність, яка становить основу усвідомлення дитиною світу людських предметів, визначає собою зміст гри дитини».

Д.Б. Ельконін [23] дав таке визначення творчої сюжетно-рольової гри: «Рольова гра дітей дошкільного віку в розвиненому вигляді являє діяльність, в якій діти беруть на себе ролі (функції) дорослих, в узагальненій формі в спеціально створюваних ігрових умовах відтворюють діяльність дорослих і відносини між ними. Для цих умов характерне використання різноманітних ігрових предметів, що заміщують дійсні предмети діяльності дорослих».

Головним мотивом сюжетно-рольової гри, на думку Л.А. Венгера, служить прагнення «бути таким, як дорослі», ще «мотивуюче значення має задоволення, яке дитина отримує від самого процесу гри, придумування і розігрування нових ситуацій. В результаті діти починають проникати в сенс

життя дорослих, засвоювати уявлення про правила поведінки людей в суспільстві» [37].

Видатний фізіолог І.М. Сеченов [52] першим в світовій фізіологічній науці показав наявність міцного зв'язку між діяльністю центральної нервової системи і м'язовими рухами. Праці І.М. Сеченова заклали основи вивчення фізіології трудових рухів і фізичних вправ. Вони створили передумови для з'ясування процесів формування рухових навичок людини у праці, фізкультурі; поклали початок вивченню проблем втоми і активного відпочинку при м'язовій діяльності людини. У своїх працях І.М. Сеченов показав пряму залежність між іграми немовлят і формуванням в них процесу мислення, пізнанням зовнішнього світу.

Багато наукових положень І.М. Сеченова отримали подальший розвиток у працях фізіолога І.П. Павлова [33]. Обґрунтоване їм вчення про вищу нервову діяльність, про єдність фізичного і психічного розвитку, про утворення умовних рефлексів мало важливе значення для подальшого вивчення ролі фізичних вправ та ігор у формуванні рухових навичок для трудової, ігрової та спортивної діяльності.

Не можна не погодитися з висловлюваннями Н.А. Фоміна та В.Є. Філіна [90], які розглядають гру з фізіологічної точки зору. Вони науково обґрунтували висновок, що ігрові умови та змагання вимагають від учасників досить великого фізичного напруження. Чергування моментів відносно високої інтенсивності з паузами відпочинку й діями з невеликою напругою дозволяє граючим виконувати великий обсяг роботи. Змінний характер навантаження найбільше відповідає віковим особливостям підростаючого організму і тому сприятливо впливає на вдосконалення діяльності систем кровообігу і дихання. Їх теоретичне положення підтверджується в дослідженнях Г.П. Юрко [34] та А.І. Сухарьова [69].

П.Ф. Лесгафт [19] увійшов в історію вітчизняної науки як творець оригінальної теорії фізичного виховання. Одним з перших він дав теоретичне обґрунтування гри як методу фізичного виховання. Він бачив в іграх велике

виховне значення. У них діти повторюють те, що бачать навколо себе. Гру він вважав вправою, за допомогою якої дитина готується до життя. Вона є самостійною діяльністю, в якій розвивається власна ініціатива дитини. Кожна гра, вказував П.Ф. Лесгафт, повинна мати певну мету, а форма гри - відповідати цій меті. Всі дії в грі повинні відповідати вмінням дитини керувати собою. П.Ф. Лесгафт створив оригінальну методику їх викладання, в основу якої було покладено активність і самостійність тих, що грають. Будучи переконаний, що ігри виховують не самі по собі, вчений виключно велику роль відводив педагогу.

У дослідженнях О.П. Усової [81] підтверджуються положення П.Ф. Лесгафта: на її думку, від знань, умінь, таланту педагога залежить і ефективність організації всього дитячого життя. Крім того, О.П. Усова розробила теоретичні основи навчання дітей дошкільного віку і внесла фундаментальний внесок в теорію дошкільної гри. Вона відзначала велику роль гри в організації дитячого життя і як засобу виховання: «Правильно організувати життя і діяльність дітей - значить і правильно їх виховувати. Ефективний процес виховання може бути здійснений в формах гри і ігрових взаємин саме тому, що дитина тут не вчиться жити, а живе своїм життям».

Слід відзначити роботи В.К. Бальсевич [15], Є.Г. Батуріної [18], які також розробляли питання наукового обґрунтування теорії і методики ігор. Завдяки їхнім роботам, рухливі ігри отримали повне визнання як засіб всебічного фізичного виховання дітей, найбільш доступного і такого, що відповідає особливостям їх анатомо-фізіологічного і психічного розвитку.

З ім'ям видатного педагога А.С. Макаренка [11; 13] пов'язано подальший розвиток теорії і практики використання ігор у виховній роботі з дітьми. Саме він підніс роль ігрової діяльності у формуванні особистості, поставивши її в один ряд з трудовою, навчальною та громадською діяльністю. Розробивши струнку систему використання різноманітних ігор, він дав в руки педагогів найефективніший метод виховання навичок суспільної поведінки. Особливо велике значення висунутого ним принципу поєднання

праці та гри. Гра, на його думку, та ж сама праця: «Вона привчає людину до тих фізичним і психологічним умовам, які необхідні для роботи». У педагогічних творах А.С. Макаренка фізична культура розглядалася як фактор створення колективу і виховання всебічно розвиненої особистості.

Як відзначають психологи Л.С. Виготський [45], Д.Б. Ельконін [34], Л.С. Рубінштейн [47], в психології гри розкрита роль творчої сюжетно-рольової гри, яка імпровізує дії, події, відображає дійсність життя. Через рольові образи створюються широкі можливості для розвитку у дітей здатності до творчості.

Фундаментальний внесок у систему дошкільного виховання на сучасному етапі запропонував відомий вчений В.І. Усаков [79]. Він довів, що в структурі дошкільного виховання і освіти грі повинна відводитися пріоритетна роль, оскільки головною з втрат, яку несе людство, є відсутність в усі вікові періоди потреби в руховій активності. Разом з тим автор зазначає, що ще недостатньо вивчено значення рухливих і спортивних ігор дошкільників і проблеми, пов'язані з їх освоєнням. Діапазон цих ігор у дошкільників, на його думку, визначається сформованістю їх рухового досвіду. У свою чергу, це безпосередньо пов'язано з проявом інтересу дітей до ігор.

Таким чином, аналіз актуальних досліджень і публікацій свідчить про те, що проблема ігрової діяльності дітей дошкільного віку є предметом пильної уваги вітчизняних і зарубіжних учених і обґрунтовується за такими напрямками: значення гри в психологічному розвитку дитини (Б. Ананьєв, Ю. Аркін, Л. Венгер, Л. Виготський, Д. Ельконін, О. Запорожець, В. Зеньківський, О. Леонтєв, Г. Люблінська, І. Сікорський, С. Рубінштейн); вагомість ігрової діяльності в розвитку і вихованні дошкільника (О. Безсонова, А. Бондаренко, Н. Гавриш, В. Зеньківський, К. Карасьова, А. Матусик, Д. Менджерицька, Т. Піроженко, М. Савченко, М. Шуть); роль гри в навчально-пізнавальній діяльності (А. Богуш, Н. Бібік, П. Каптерєв, Г. Костюк, Н. Луцан, І. Сікорський, О. Савченко); аспект педагогічного

керівництва ігровою діяльністю (Н. Анікеєва, Л. Артемова, А. Бурова, Н. Гавриш, Н. Кудикіна, Г. Люблінська, В. Менджерицька, С. Русова, В. Сухомлинський, А. Усова, К. Ушинський); функція гри в аспекті соціалізації особистості (Е. Берн, В. Захарченко, Н. Захарова, Г. Костюк, Т. Маркова); організація ігрової діяльності в контексті наступності дошкільної і початкової освіти (Г. Тарасенко).

Спираючись на психолого-педагогічну концепцію ігрової діяльності, розроблену Н. Кудикіною, можна констатувати, що понятійний термін «ігрова діяльність» є родовим стосовно категорії гра. Дослідниця визначає гру як «конкретний прояв індивідуальної і колективної ігрової діяльності дитини, що має конкретно-історичний, багатовидовий та креативний характер» [36]. Доповнюючи подане визначення, Т. Піроженко акцентує увагу на тому, що гра – це активна форма пізнання навколишньої дійсності в період дитинства [42]. Проведений аналіз бази джерел дозволив виділити вагомні аспекти використання гри протягом дошкільного дитинства, які подано в схемі 1.



Рис. 1. 1 Чинники використання гри в життєдіяльності дитини дошкільного віку

Згідно з теоретико-експериментальними працями дослідників (Л. Артемової, Р. Жуковської, С. Марутян, Д. Менджерницької, П. Саморукової, О. Усової) визначено, що на кожному віковому етапі розвитку дитини гра має власні особливості і форми здійснення впливу на неї. У контексті нашого дослідження доцільно охарактеризувати психолого-педагогічні основи ігрової діяльності дітей старшого дошкільного віку.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження дозволив зробити висновок, що в даний час вивчення проблеми теорії і методики гри стає одним з найважливіших напрямків наукового пошуку психологів, педагогів, соціологів [75].

За останні роки проведено багато досліджень в галузі фізичного виховання дітей дошкільного віку: навчання основним рухам на етапі їх вдосконалення вивчала Н.В. Потехіна [49], питання проведення змагань і творчих завдань, обґрунтування доцільності навчання в рухливих іграх дітей старшого дошкільного віку основним рухам присвячені роботи Л.М.Коровиної [36]; проблему ефективності формування орієнтування в просторі вивчала Е.Я. Степаненкова [60], розвитку основних видів рухів в рухливих іграх - Л.В. Білеєва [23], змісту і методики рухливих ігор - А.І. Бикова [29].

Л.І. Пензулаєва [36] вважає, що велике оздоровче значення мають рухливі ігри, що проводяться на вулиці. Вона стверджує, що головне - правильно і чітко організувати дітей, а також в процесі гри підвищувати виховні вимоги дорослих до дітей і до самих себе.

Крім того, наукові дослідження В.Д. Глазиріна, А.І. Бикової, М.М. Конторович, Н.А. Метлова, Л.І. Пензулаєвої, Н.В. Потехіної підтверджують те, що гра має велике значення в розвитку, навчанні дошкільника. Але в їх роботах немає достатньо повного опису методичного апарату, рекомендованого для комплексного розвитку дитини. Тому можна сказати, що, незважаючи на значну кількість досліджень, проблема рухливих ігор в системі ЗДО залишається невивченою. Недостатньо повно розкриваються

питання ігрової форми навчання фізичним вправам, методики проведення ігрових занять.

Розглядаючи різні аспекти проблеми, можна зробити висновок, що гра виконує важливу функцію в фізичному і психічному розвитку, в становленні повноцінної особистості. Однак проблема комплексного підходу до використання гри недостатньо вивчена. Аналіз спеціальної та наукової літератури показує, що дана проблема вимагає подальшої розробки, для чого необхідно розглянути гру як метод і як форму фізичного виховання дітей дошкільного віку.

1.3 Гра як форма і метод фізичного виховання дитини

Гра виступає як форма фізичного виховання. Форма (від лат. Forma) - 1) зовнішній обрис, зовнішній вигляд; 2) зовнішнє вираження будь-якого змісту. У грі, на думку З. Фрейда [93], втілюється прагнення дитини стати дорослим. Тому ігрова форма - це умова і основний фактор психічного розвитку дитини, що прагне до дорослості.

Р.Б. Стьоркіна [63] висловлює точку зору, що в проведених в ігровій формі заняттях педагог створює для дітей такі умови, в яких вони можуть реалізувати і закріпити все рухові вміння і навички. Вона зазначає, що форма гри повинна бути завжди певною, з точно наміченою метою. У зв'язку з цим, як би широко і цікаво не використовувалася гра як форма виховання, вона ще не стане і не може стати виразом інтересів дітей, їх потреб, не може повністю задовольнити пристрасть дитини до гри. Ця пристрасть може бути задоволена тоді, коли дошкільник в повній мірі живе грою, в грі. Це означає, що в іграх дитина знаходить цікаве для неї оточення однолітків, переживає радості, смуток, розчарування. Гра - ця доступна кожній дитині діяльність - служить і своєрідною спільною мовою для всіх дітей.

Відомо, що цінність ігрової ідеї і подолання протиріч і конфліктів сприяють розвитку колективу. І тут гра виступає як форма виховання. У грі кожен з учасників може повністю використовувати свій особистий творчий

досвід, а її правила дозволяють гарантувати стійкість спільних інтересів, зберігати цілісність гри. На цій же позиції стоїть М.Н. Сокольникова [55]. На її думку, в грі виробляється вміння правильно поводитися в колективі, в ній виявляються такі вольові якості, як цілеспрямованість, наполегливість, завзятість в подоланні труднощів. Це підтверджується дослідженнями О.В. Запорожця [72], в яких наголошується, що обговорення з дітьми їх поведінки в іграх - один із способів виховання дисципліни, свідомих відносин між ними. Формування правильних взаємин включає розвиток організаторських умінь дітей, їх ініціативи, елементарного вміння керувати і підкорятися.

Розглядаючи питання про гру як одну з форм організації дитячого життя, слід зазначити, що вона наповнює життя дитини цікавим змістом, організовує і регулює її поведінку. Цінність гри в тому, що в ній дитина проявляє здатність до самовиховання: вона навмисно поводить так, як цього вимагає роль. Підкоряючись правилам поведінки в грі, дитина здатна відмовитися від бажаного (іграшки), діяти не так, як хотілося б, а як того вимагає колективний задум. Гра є і організованою колективною формою діяльності дітей - стверджує Е.М. Геллер [48].

У дослідженнях М.М.Лейкін [63] ігри виступають як форма підвищення ефективності фізичного виховання, об'єктом виховного впливу є дитячий колектив і кожен його член окремо. Вивчення розвитку форм і детермінації гри в дошкільному віці показало, що при зміні форми змінюється і залежність гри від основних і попутних стимулів, і саме це призводить до зміни характеру ігрової діяльності. Від простої, малопродуктивної гри, від якої дитина легко відволікається, діти переходять до складної, продуктивної, збагаченої попутними стимулами.

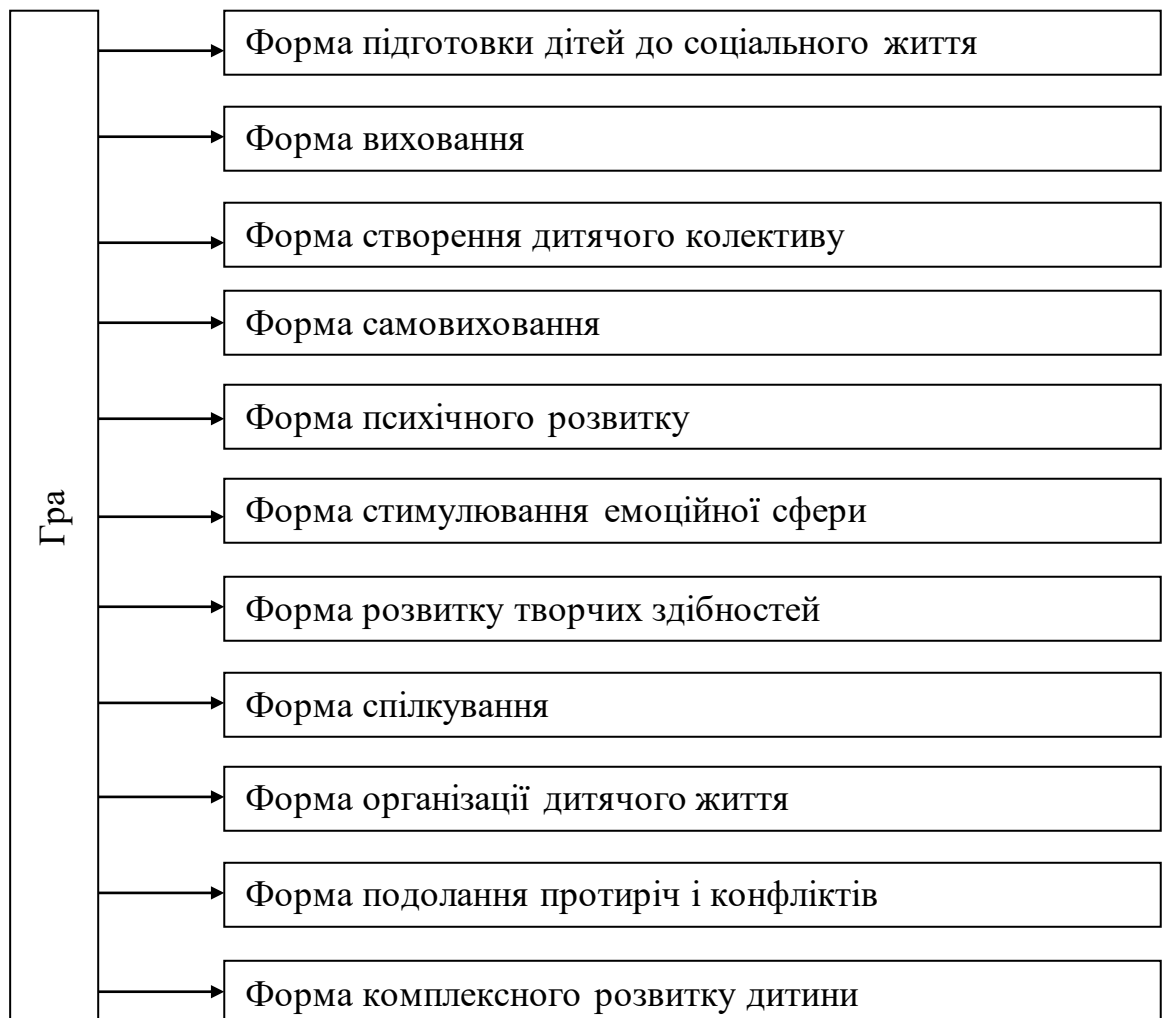
Гра важлива, перш за все, тим, що вона здатна організувати життя дитини. У цьому полягає її найважливіша життєва сила, яку треба використовувати. Важливо перетворити гру з явища стихійного в явище організоване - на думку О.П. Усової [81]. Вона зазначає, що в рухливих іграх

приховані величезні можливості для розвитку і мобілізації фізичних здібностей, що грають істотну роль у розвитку дитини.

У світлі сучасних уявлень гра не тільки форма фізичного виховання за рішенням рухових завдань, вона виступає і як форма психічного розвитку, в ній по-особливому розвиваються уява і мислення. Діти можуть видозмінювати раніше засвоєні зразки рухів стосовно до неординарних умов, придумувати нові композиції рухів, передавати на мові рухів образи різних об'єктів, виявляючи при цьому ініціативність, самостійність і свободу. Це вже передумова майбутнього вміння самостійно ставити і творчо вирішувати рухові завдання [25].

Ряд авторів (Л. Баркова, В.Л. Панков) стверджують, що основною формою роботи з фізичної культури з дошкільниками повинна бути гра, оскільки вона стимулює розвиток емоційної сфери дитини, знаходить в дитині завжди енергійну готовність до гри і радісний відгук на неї.

Схема 1.1 Гра – як форма фізичного виховання



Дана схема дозволяє стверджувати, що поняття гра як форма фізичного виховання надає можливість педагогу вирішувати цілеспрямовано і з найбільшою ефективністю виховні, освітні завдання в педагогічному процесі ЗДО.

Крім того, схема дозволяє педагогу розглядати гру з різних педагогічних позицій. Різноманітність її форм застосування у фізичному вихованні надає можливість педагогу вирішувати цілеспрямовано і з найбільшою ефективністю виховні, освітні і творчі завдання в педагогічному процесі ЗДО.

На думку А.І. Бикової, З.І. Єрмакової [32], рухливі ігри - це та форма рухової діяльності, яку використовують в цілях оздоровлення і виховання дітей. Вони стверджують, що в процесі гри дитина не тільки формує, вдосконалює рухові навички, а й погоджує свої рухи з різними умовами.

За визначенням Е.Я. Степаненкової [61], гра – це форма, яка сприяє розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку. Вона висловлює, що в організації гри визначальну роль грає педагог, і його завдання полягає в систематичному підвищенні розумової і творчої активності в удосконаленні рухових навичок дітей шляхом ускладнення завдань.

Дослідження факторів, що впливають на фізичне виховання дошкільників, дозволило нам виділити наступні основні педагогічні умови розвитку старших дошкільників засобами рухливої гри:

- включення в зміст освіти рухливих ігор з урахуванням регіонального компоненту;
- використання індивідуального підходу як методу педагогічного впливу з опорою на роль педагога, його особисту зацікавленість, його впевненість, азарт, знання рухливих ігор, стиль товариського спілкування вихователя і дитини;
- виховання позитивних соціальних якостей і подолання негативного в спілкуванні старших дошкільників;

- застосування рухливих ігор як засобу діагностики особистості і подальшої її корекції.

Таким чином, систематична, наповнена різноманітним ігровим змістом діяльність дітей відіграє важливу роль як форма фізичного виховання. Численні дослідження педагогів, психологів, фізіологів доводять, що гра є формою підготовки дитини до повноцінної соціальної діяльності, формою підготовки дітей до життя в суспільстві і до праці, формою пошуково-експериментальної поведінки, формою організації дитячого життя, формою самовиховання і виховання колективу, формою мови спілкування, формою розвитку творчих здібностей.

Гра - це обов'язковий супутник дитинства, своєрідний спосіб освоєння дітьми життя. Будучи захоплюючим заняттям для дошкільників, гра разом з тим є не тільки важливою формою їх виховання, а й методом їх розвитку.

Цей висновок представлений в працях багатьох вчених. Так, в дослідженнях А.І. Бикової [29] представлені закономірності розвитку рухів дитини, обумовлені широким застосуванням ігрових прийомів на заняттях. Вивчаючи питання природи гри, Е. Зайченко [70] зазначає, що провідне значення належить педагогічному процесу, а гра особливо цінна в фізичному вихованні при вдосконаленні нових видів фізичних вправ, закріпленні їх в ігрових завданнях. В.К. Бальсевич [15] показав, що гра є ефективним методом фізичного виховання, вона дає можливість розвивати та вдосконалювати рухи дітей, вправляти їх в бігу, стрибках, лазінні, киданні, ловлі в цікавій для них формі.

У світлі сучасних уявлень про гру зростає значення її не тільки як засоби задоволення фізіологічної потреби дитини, в руках умілого педагога гра стає важливим методом виховання.

Ігри служать методом вдосконалення і закріплення вже освоєних дітьми рухових навичок. У рухливій грі дитина удосконалює рухи, розвиває координацію, формує швидкість, силу, витривалість, вчиться добре

орієнтуватися в просторі, реагувати на сигнали до зміни дій, напряму і характеру руху.

За даними Е.Я. Степаненкової [60], в рухливій грі орієнтовна діяльність дітей вимагає самостійного рішення рухових завдань: вони вчаться вибирати маршрут пересування, якщо він не вказаний правилами, реагувати на зміни ігрової ситуації, звукові сигнали, рухатися в колективі дітей, погоджувати свої рухи з діями однолітків. У дітей розвивається здатність створювати нові рухові дії з раніше засвоєних рухів, перебудовувати рухову діяльність відповідно до вимог раптово мінливої обстановки, удосконалюється спритність. Істотне значення при цьому має вибіркове вдосконалення здатності точно сприймати свої рухи в просторі і часі, підтримувати рівновагу, раціонально чергувати напруження і розслаблення.

При детальному аналізі в роботі М.О. Берншейна «Про спритність» з'ясовується: чим досконаліша здатність дитини до точного аналізу рухів, тим вище і його можливості в швидкому оволодінні рухами і їх перебудовою. Інакше кажучи, чим вище були у дітей можливості точного відчуття і сприйняття власних рухів, тим швидше вони опановують нові рухи [19].

Виконуючи ігрові завдання, граючи в рухливі ігри, дитина розвиває силові якості, проявляючи при цьому основні види зусиль - статичні і динамічні, власне силові і швидко-силові, котрі долають і поступаються. На думку Л.П. Матвєєва [67], величина прояву сили залежить від зовнішніх факторів: величини обтяжень, від зовнішніх умов і ін.

Так, чим менше маса обтяження (вага гумового м'яча, мішечка з піском і ін.), тим вище швидкість пересування об'єкта. Зовнішні умови, точніше обставини рухливої гри (біг по піску, снігу), надають різноспрямований вплив на прояв сили дії.

М.І. Вавилов [26] стверджує, що ігрові вправи спрямовані на зміцнення основних груп м'язів і визначаються можливостями опорно-рухового апарату, хорошою реакцією серцево-судинної системи дітей на короточасні

швидкісно-силові навантаження. Виконання в ігрових ситуаціях стрибків, бігових вправ, метання на дальність і на точність попадання в ціль розвивають швидкість рухів і вміння виявляти швидку силу.

Багато рухливих ігор вимагають великого фізичного напруження. Як доводить у своїх дослідженнях О.М. Крестовніков, фізичне стомлення настає в зв'язку з недостатньою функціональною стійкістю нервових центрів і з відсутністю координації функцій рухового апарату і внутрішніх органів. Все це відноситься до такої фізичної якості як витривалість. Діти дошкільного віку мають великі функціональні можливості в прояві загальної витривалості.

За даними В.Г.Фролова [94], основною формою виховання витривалості у дошкільників є систематичні заняття на свіжому повітрі, головний зміст яких складають 2-3 рухливі ігри. У більшості цих ігор половина часу приділяється бігу, стрибкам, чергується з ходьбою, загальнорозвивальними вправами, лазінням і метанням. Чергування навантаження та відпочинку дозволяє дітям сумарно виконати великий обсяг м'язової роботи. Змінний характер навантаження відповідає не тільки віковим особливостям зростаючого організму, але і сприятливо впливає на вдосконалення діяльності систем кровообігу і дихання.

У грі у дитини проявляється комплексна різноманітність рухових навичок і фізичних якостей. Для досягнення успіху дітям доводиться використовувати цілий комплекс дій (стрибки, біг, метання, лазіння та ін.), причому в самих різних поєднаннях, а також зміни темпу, напрямку руху, швидкості реакції на сигнал, непередбачені зміни ігрової обстановки: тікати, наздоганяти противника тощо. Все це сприяє спрямованому впливу на зростання показників рухових якостей.

Глибина і різнобічність впливу роблять гру незамінним методом фізичного виховання підростаючого покоління. Це знайшло підтвердження в наукових роботах П.Ф. Лєсафта. Він ніколи не ставився до гри як до розваги. На думку вченого, гра удосконалює навички, вона дисциплінує,

привчає зважати на думку інших, виробляє звичку рахуватися з правами особистості іншої людини, в грі колектив виховує почуття товарищескості і взаємодопомоги.

У світлі сучасних уявлень про гру, на думку В.І. Усакова [78], стимулювання рухової діяльності, виховання потреби в заняттях ігрової спрямованості має велике значення для комплексного характеру її впливу на моторну і психічну сферу дітей, на функції організму, на прояв рухових, вольових, інтелектуальних та моральних якостей.

О.М. Леонт'єв [66] показує тісний взаємозв'язок між фізичним і розумовим розвитком в дошкільній грі. Шляхом аналізу та порівняння одержувані ззовні враження переходять в розумову роботу. Дитина повинна навчитися аналізувати і порівнювати рухи. М.Ю. Кистяковська [37] виявила зв'язок між стадіями розвитку дитини і умовами, способом придбання і закріплення нових рухових навичок.

У дослідженнях О.М. Вавілової [16] відзначається, що на фізкультурних заняттях дитина успішно опановує рухові навички. Однак вдосконалення і стійкість їх, закріплення придбаних навичок відбувається в рухливих іграх. Саме вони надають дітям широкі можливості для набуття навичок ігрових вправ, а потім для використання їх у самостійній ігровій діяльності.

Фахівці підкреслюють, що гра є оптимальною основою для фізичного, розумового, соціального та емоційного розвитку. Значення гри визнано педагогами всього світу. Як показують результати проведеного нами аналізу даних спеціальної літератури, програм з фізичного виховання дошкільників, у багато форм роботи включається гра, ігрові вправи з метою підвищення ефективності навчально-виховного процесу.

О.М. Вавілова [15] вважає, що в ігровій ситуації вихователь здійснює контроль заданої рухової активності дітей, виходячи з особливостей рухових завдань при визначенні оптимального ступеня контролю з боку вихователя. Л.І. Абросімова [3] дотримується думки, що діти повинні проявляти

самостійність і винахідливість у ігрових умовах для вирішення рухового завдання.

Представляють інтерес роботи Л. Аношкіної [6]. Вона зазначає, що ситуація вільного вибору найкраще моделюється на відкритих майданчиках, оснащених безпечним інвентарем. Вихователь надає дітям можливість самим досліджувати і повторювати довільно виконувані рухові дії. При цьому дітям надана свобода вибору, вони, за бажанням, можуть грати одні, у співпраці з іншими або в компанії своїх друзів, але самостійно.

Слід звернути особливу увагу на наукові дослідження Е.Я. Степаненкова [66], яка стверджує, що в створених проблемно контрольованих ситуаціях дитина пізнає рух в просторі і в часі. Це виражається в усвідомленні послідовності ігрових дій - спочатку, потім, після цього, перед цим, все одночасно тощо, в швидкому виконанні ігрових завдань по сигналу в рамках зазначеного дітям терміну, наприклад: «Поки я рахую до п'яти, ви все повинні вишикуватися в три кола», «Хто швидше підлізе під «мостом», а потім перестрибне через «струмок» на п'ять ударів в бубон?». У цих ігрових завданнях дитина вправляється в швидкій оцінці просторових орієнтирів, в послідовності дій і їх тимчасової тривалості. Завдання вихователя - змодельовати проблему і всіляко заохочувати в кожній дитині бажання знайти своє рішення.

Творча ситуація використовується вихователем для навчання дошкільників руховим діям. В даному випадку вихователь задає дітям складну ігрову задачу, а діти повинні висловити за допомогою руху те чи інше поняття, результатом якого є самостійне створення дитиною нових рухів, заснованих на використанні її рухового досвіду і наявності мотиву, який спонукає до творчої діяльності.

Важливо відзначити висловлювання Л.М. Коровіної [52], що ігрові вправи сприяють розвитку творчості у дітей старшого дошкільного віку. Вона стверджує, що діти 5-6 років можуть при відповідному керівництві придумати варіанти знайомої їм гри, ускладнити її зміст, доповнивши

правила. Надалі діти вигадують короткі ігри на сюжети літературних творів, казок, а на більш високому рівні інтелектуального та творчого розвитку можуть створювати ігрові варіанти, ігри на придумані ними самими сюжети.

Для вирішення поставлених в дослідженні завдань нами розроблена модель «Організація гри», яка пропонується на схемі 1.2.

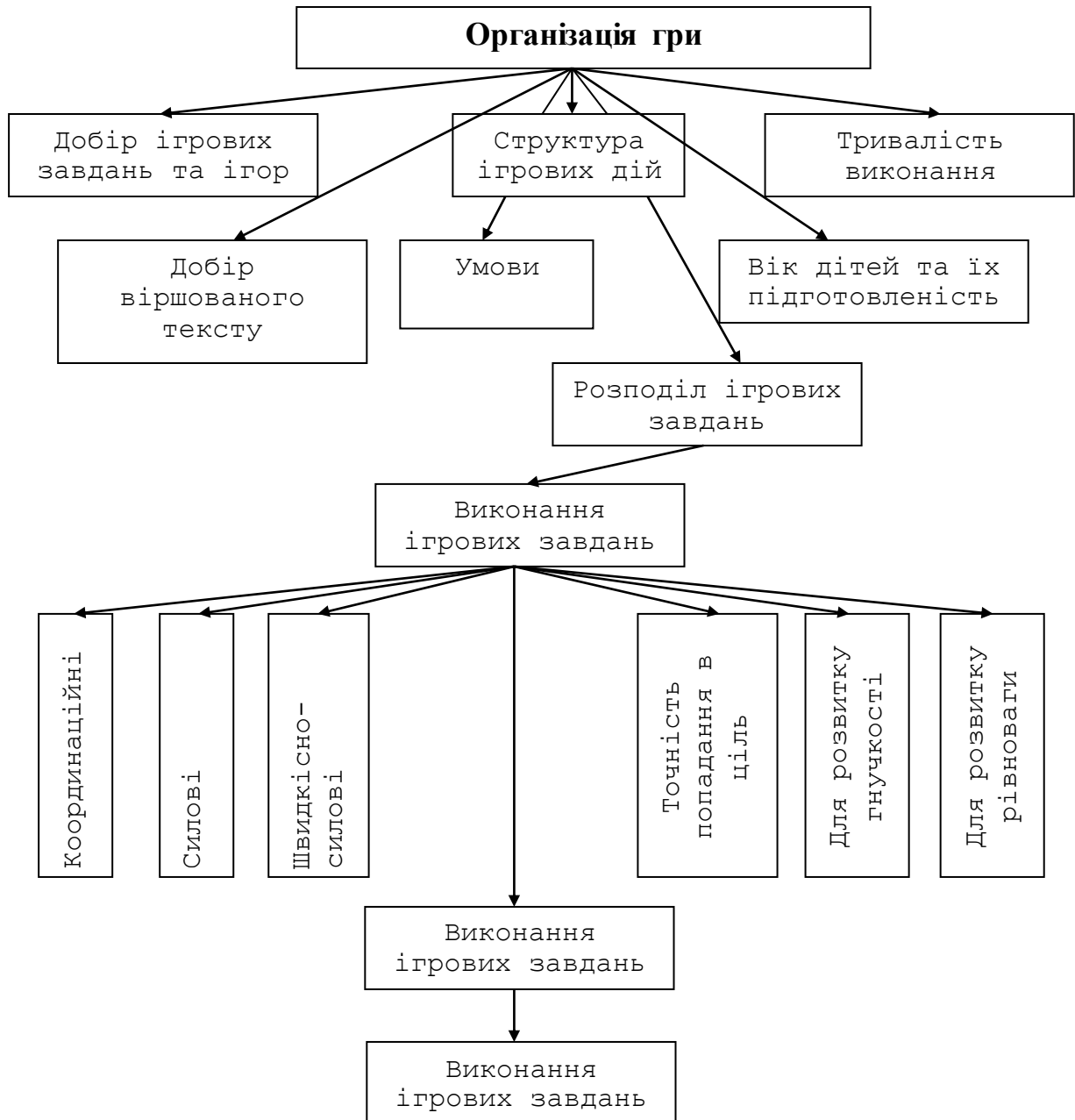


Схема 1.2 Модель «Організація гри»

У даній моделі розкриваються всі організаційні компоненти, необхідні при використанні ігрових функцій для досягнення позитивного підсумкового

результату. Модель включає: підбір ігрових завдань, тривалість виконання завдань, умови виконання ігрових вправ, структуру ігрових дій, розподіл і виконання завдань дітьми, здійснення контролю з боку педагога за ігровою діяльністю дошкільників. На нашу думку, дана модель допоможе педагогу більш якісно підготуватися до занять і організувати педагогічний процес.

Гру ми розглядаємо з різних позицій досліджуваної нами проблеми. Гра дає можливість розширити межі впливу на навчання, виховання і розвиток. У вивченій нами літературі недостатньо відомостей про можливість комплексного використання гри в процесі фізичного виховання дошкільників. У наукових джерелах немає відомостей про гру з включенням заходів, пов'язаних з самостійними, творчими і комплексними завданнями, з віршованим текстом, заснованим на сюжетно-ігровому підході. Необхідна робота з обґрунтування, розробки, організації методичних умов для занять.

Крім того, аналіз досліджень переконливо показує, що в практиці фізичного виховання елементарних ігрових вправ для вирішення поставлених завдань явно недостатньо, в той час як високий інтерес до ігрових завдань, що містить складнокоординовані рухові дії, обумовлений біологічно і пов'язаний з якісними змінами розвитку організму дитини.

М.О. Бернштейн [19] доводить, що швидкість формування і міцність рухової навички залежать від обсягу, специфіки і сенсорної інформації, що надходить в центральну нервову систему. Рухи, що виконуються в режимі, близькому до статичного, запам'ятовуються менш ефективно, ніж рухи, які характеризуються вираженою послідовністю різних фаз рухового акту. В цьому відношенні ігрові вправи створюють сприятливі умови для вдосконалення рухового аналізатора, відтворення просторових, часових і динамічних параметрів рухів. Отже, ігрові завдання дають дітям різноманітні способи досягнення мети, оскільки в іграх переважають колективні дії, їм надається можливість широкого вибору діяльності, розвитку творчих рухових здібностей. У багатьох дослідженнях спостерігається те, що автори

недостатньо повно розкривають характерні ознаки гри, в публікаціях дається лише загальна її характеристика, а в умовах ЗДО потрібно її удосконалення.

Характеристика ознак гри показує її різні методичні особливості, які так необхідні у фізичному вихованні, особливо в роботі з дошкільниками. Широкий спектр методичних основ забезпечує повноцінний фізичний розвиток, де спостерігається комплексний прояв різноманітних рухових навичок і фізичних якостей. Інтелектуальний розвиток дітей, спрямований на формування у них комплексу знань про техніку, діях, функції гравців, способах їх вибору в залежності від ігрової ситуації; комплексний прояв психічних процесів, що відповідають віковим особливостям їх мислення, уваги, пам'яті, сприйняття і уяви, розвиток творчих здібностей - все це необхідно для різнобічно розвиненої людини.

Задовольняючи потребу в русі, розвиваючи творчість в процесі рухової діяльності, можна домогтися високих результатів в розумовому і фізичному вихованні дитини. За умови цілеспрямованої педагогічної діяльності дошкільники успішно опановують елементи ігрової спрямованості, що є одним з основних шляхів розвитку рухових здібностей. Особливо цінними як засіб розвитку рухово-координаційних здібностей є ігри естафети, ігрові завдання, ігрові вправи, що містять різноманітні комбінації рухів. Використання ігрових завдань типу: «провести м'яч між кеглями, по вузькій доріжці, змійкою», «кидки м'яча в ворота, в коло», «дії з м'ячем в парах», «відбивання м'яча з поворотами, з присіданням» - розвиває сприйняття, аналіз просторових умов дії і одночасно з цим «почуття простору», «почуття часу», «почуття швидкості» в рухової діяльності.

За даними досліджень Л.В. Артемової [13], в старших групах свідоме ставлення до правил і їх обов'язкового виконання виробляється у дітей поступово і не одночасно. Спочатку діти виконують їх під керівництвом педагога; пізніше - під впливом деяких членів дитячого колективу, усвідомлюють суспільне значення правил, нарешті, вони стають фактором, що безпосередньо визначає норми суспільної поведінки дітей.

За останні роки сформувалися погляди вчених на інтеграцію рухової діяльності з іншими видами діяльності дітей дошкільного віку засобами гри у фізичному вихованні. Одним із ґрунтовних у цьому аспекті є фундаментальне дослідження Н.Є. Пангелової [68], яка запропонувала зміст і засоби програми поєднаного розвитку рухових, розумових і моральних якостей особистості дітей віком 4–6 років у процесі фізичного виховання як один із елементів її концепції. Для формування розумових і моральних якостей дошкільнят у процесі фізичного виховання були використані як традиційні засоби фізичного виховання, так й елементи інноваційних педагогічних технологій. Власне до традиційних засобів належали рухливі ігри, спортивні види фізичних вправ, народні ігри, сюжетні ігри, ігри-естафети, ігрові комплекси в приміщенні, на ділянці дитячого садка з використанням природних і соціальних об'єктів. Крім того, автор класифікує рухливі ігри з погляду їх виховного потенціалу (сприяння розвитку творчості, формування взаємовідносин у групі, руховий розвиток дитини). Вирішення проблеми гармонійного розвитку фізичних та психічних здібностей дітей, опанування новими знаннями та вміннями засобами рухливих ігор розглянуто в працях І.В. Лущика [23]. Автор розробив методичні рекомендації щодо використання рухливих ігор (розвивальних, навчальних, лікувальних та розважальних) у навчально-виховному процесі ЗДО. Дослідження Л.Д. Глазиріної [28] виявили, що для розумового розвитку дітей дошкільного віку в процесі ігор на заняттях з фізичного виховання особливо важливо сформувати стійкий інтерес до процесу рухів і рухових дій, викликати почуття радісного очікування, навчити дитину бути уважною. При цьому важливим є не розважальний інтерес, який має короткочасний ефект, а інтерес до пошуку, роздумів. Автор довів ефективність використання мотиваційно-потребового компонента об'єднаного розвитку фізичних якостей і психічних процесів у рухливих іграх на навчальних заняттях з фізичного виховання дітей. Важливу роль у розвитку рухового і пізнавального компонентів дітей відіграє функціональне

використання ігрової діяльності за рахунок добору ігор, що поєднують виконання фізичних і розумових завдань. Власне в дослідженні Н.О. Фоміної [77] доведено ефективність використання сюжетно-рольових ігор, в основі яких лежить система сюжетно-рольової гімнастики. Змістом цієї системи є синтез засобів фізичної культури, різноманітних видів мистецтва (хореографії, танцю, музики, театру), літератури (казки) і навчально-пізнавального матеріалу з урахуванням потреб освітньої програми з розвитку мовлення, елементарних математичних знань, ознайомлення з навколишнім світом. У дослідженні І.В. Макущенко [45] розглянуто доцільність застосування методу навчання в русі на принципах ігрової діяльності в навчально-виховному процесі дошкільнят. Головним принципом реалізації цієї технології є розширення рухової активності дітей за рахунок дидактичних прийомів моделювання пізнавальної діяльності із застосуванням ігрових ситуацій під час проведення оздоровчих рухливо-пізнавальних ігор, естафет, конкурсів, вікторин із здорового способу життя. За змістом і формою організації занять цей підхід доволі лаконічний, виразний і доступний. Його використання сприяє розширенню світогляду, уточненню уявлень про навколишній світ, про себе, про організм людини, стан її здоров'я. Науковці В.О. Вершинін, Д.В. Решетов [76] пропонують інноваційну методику використання рухливих ігор у фізичному вихованні дошкільнят з акцентом на формуванні соціальної активності, яка містить в собі п'ять видів рухливих ігор (сюжетно-рольові ігри, ігри-забави, ігри-пантоміми, народні ігри, ігри змагання). Ці ігри акцентовані на розвиток соціальної активності, основним критерієм диференціації яких є поступовий перехід від колективних ігор і командних змагань до рухливих ігор, де важливий індивідуальний результат. Проведення занять відбувається за допомогою фронтальних, групових та індивідуальних форм роботи з використанням специфічних методів фізичного виховання (ігровий, змагальний) і дидактичних методів, що відображають характер пізнавальної активності дитини, у вигляді простого або творчого втілення побаченого чи

почутого (інформаційно-рецептивний метод, репродуктивний метод, метод проблемного навчання, метод творчих завдань). Ефективність програми інтегрованого розвитку фізичних здібностей і мислення засобами ігрової діяльності в процесі фізичного виховання обґрунтувала О.С. Трофімова [82]. Педагогічними умовами реалізації програми є комплексне використання рухливих, сюжетно-рольових ігор та ігрових вправ, диференційованих за основою переважного розвитку фізичних здібностей і мислення, які обумовлені часом їх виконання в режимі дня ЗДО. У процесі реалізації програми дошкільнята послідовно виконували спеціально дібрані для цієї мети рухливі і сюжетно-рольові ігри, а також ігрові вправи для розвитку мислення, в яких поєднувався переважний розвиток однієї з п'яти фізичних якостей з одним або декількома видами мислення. Застосування гри як методу розвитку творчої активності дошкільників у фізичному вихованні запропонувала Т.О. Швальова [94]. У праці науково обґрунтовано й апробовано модель «Ігрова практика» для дітей дошкільного віку, яка сприяє формуванню механізмів мотивації дитини до занять для вирішення ігрових рухових завдань; прискорює процес володіння технікою елементів рухливих ігор, що сприяє прояву і розвитку фізичних і психічних властивостей; розвитку здатності вирішувати рухові завдання й особистісному розвитку дітей. Сконструйовані змістовні блоки «Пізнання», «Розвиток» і гра «Творчість», що надають дітям додаткові можливості для прояву ініціативи та пізнавальної самостійності; використання різноманітних способів для досягнення мети; умови для взаємопов'язаного фізичного та особистісного розвитку; можливість підвищити інтерес до занять ігрової спрямованості та активізації творчості. Дослідження О.М. Тоцької [88] полягає в розробленні й науковому обґрунтуванні інноваційної методики спрямованого впливу рухливих ігор на розвиток комунікативних здібностей дітей дошкільного віку. Експериментальна програма складається з трьох груп рухливих ігор (рухливі ігри з перевагою індивідуального характеру дій учасників, парні рухливі ігри, де поряд з індивідуальними діями наявні спільні дії невеликої

групи учасників, командні ігри змагального характеру), які реалізуються з використанням ігрового і змагального методів у визначених формах роботи, фізкультурно-оздоровчих заходах у режимі дня і активному відпочинку.

У сучасній теорії й практиці дошкільного фізичного виховання значну увагу приділяють оптимальному поєднанню різних форм, методів та засобів навчання й виховання, що дає змогу найефективніше розв'язувати завдання чинних програм. І в цьому руслі одним із важливих засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку є народні рухливі ігри, в яких комплексно виховують фізичні й емоційно-вольові якості дошкільників, а також удосконалюють сформовані рухові вміння та навички. Українські народні рухливі ігри, один із перших, у роботі «Забави і ігри рухливі» (1904) досліджував І. Боберський. Дошкільний вік є найсприятливішим для вивчення дітьми традицій українського народу, національних видів спорту, народних рухливих ігор і забав. Названі способи належать до універсального засобу всебічного виховання дітей. У них яскраво відображено побут, працю, національні традиції народу, уявлення про найкращі якості людини. Вони створюють емоційну основу для розвитку патріотичних почуттів, морального вдосконалення та формування здорового способу життя. Зокрема в дослідженнях І.С. Кліш [26] вказано на доцільність використання народних ігор з арсеналу етнопедагогіки в розвитку дітей у процесі фізичного виховання. Автор робить акцент на застосуванні елементарних словесно-рухових іграх, пальчикових іграх, іграх-забавах для різних частин тіла, які виконуються у супроводі пісень, віршиків та потішок. Широке застосування вказаних ігор сприяє прискореному розвитку дрібної моторики та укріпленню м'язів ніг і тулуба. Слід відзначити дослідження А.Я. Вольчинського [25], який систематизував українські народні рухливі ігри й обґрунтував методику їх використання у фізичному вихованні дітей 5–6 років. Науковець розробив класифікацію українських народних ігор для дітей старшого дошкільного віку, а саме за віком дітей, за місцем їх проведення, за видами основних рухів (ходьба, біг, стрибки, метання тощо),

які виконують дошкільники в процесі гри, впливом на розвиток рухових якостей, за порою року. До запропонованої класифікації увійшло 120 народних рухливих ігор. Ефективність впливу українських народних ігор на фізичний розвиток та фізичну підготовленість дітей підтверджено достовірним зростанням показників. Водночас Є.Г. Яхно [98] вважає, що рухливі народні ігри є невід'ємною частиною морального виховання дошкільників. Дослідник пропонує технологію виховання моральних якостей (одним із яких є патріотизм) у процесі занять фізичними вправами. Засобами патріотичного виховання є саме оточення (природне та соціальне), сюжетно-рольові ігри, спортивні ігрові вправи, забави та естафети, які підпорядковані народно-патріотичній тематиці, а також народна музика. Радість руху поєднується з духовним збагаченням дітей. У них формується стійке зацікавлення заняттями фізичною культурою, шанобливе ставлення до культури рідної країни, створюється емоційно-позитивна основа для розвитку патріотичних почуттів, виховання розуму, характеру, волі, моральних почуттів. Так, В. Ядешко [97] зазначає, що найбільш ефективним засобом формування моральної активності в дітей дошкільного віку є рухлива гра з використанням педагогічних ситуацій, зразка поведінки, педагогічної оцінки, художньої літератури. Вивчаючи різноманітні ігрові інновації удосконалення системи фізичного виховання дітей дошкільного віку, слід зосередити увагу на впровадженні в навчально-виховний процес інформаційних технологій. Одним із таких векторів модернізації є здобуток А.Є. Подоляки [19], яка розробила принципи диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні дошкільників, визначила систему критеріїв для класифікації рухливих ігор, розробила комп'ютерну програму «Рухливі ігри» для добору ігор для диференціації в процесі планувань занять з фізичного виховання. Основною формою диференційованого навчання були рухові завдання, створені для кожної підгрупи дітей, розподілених за фізичною підготовленістю на низьку, середню і високу.

Таким чином, позитивний ефект від реалізації ігрових вправ багато в чому обумовлений методологічними засадами використання ігрових занять в педагогічному процесі ЗДО, такими, як максимальне наближення занять до ігрової діяльності, відповідність їх змісту можливостям і підготовленості дітей. Тут розширюються можливості фізичного виховання на основі планування та організації процесу розвитку рухових здібностей.

Для вирішення цих завдань автор визначає в моделі гри наступні основні функції:

- діяльність дитини, в основі якої лежать фізичні кондиції, психічні властивості і необхідні задатки здібностей, які потребують подальшого розвитку і вдосконалення;
- виконання ігрових функцій, заснованих на умовних сюжетах і віршованому тексті;
- наявність колективних дій і вміння очолити групу з метою досягнення однієї мети і загальної задачі для досягнення кінцевого результату;
- формування вольових якостей дітей та способів подолання ними труднощів, що виникають, в ігровій ситуації.

Дана модель, на нашу думку, представляє широкі можливості для придбання не тільки ігрової практики, але і для ефективного навчання, вдосконалення рухових навичок у дошкільників і розвитку фізичних якостей. Використовуючи її в практиці ЗДО, можна успішно вирішувати всі завдання у фізичному вихованні дошкільників.

Висновки до першого розділу

Підводячи підсумок огляду літератури, представленого в першому розділі, можна стверджувати, що на сторінках преси, в науково-методичній та спеціальній літературі досить переконливо показані величезна роль і значення гри в розвитку дошкільника. Добре освітлені закономірності розвитку рухових функцій дитини, представлені в фундаментальних дослідженнях І.А. Аршавського. Питання взаємозв'язку фізичного і розумового розвитку дитини за допомогою ігрової діяльності досліджені в класичних наукових працях психологів О.В. Запорожця, О.М. Леонтьєва, Д.Б. Ельконіна.

Розглянуто та проаналізовано основні підходи до вдосконалення рухових навичок у дошкільників з використанням ігрових вправ, творчих завдань в наукових роботах Л.М. Коровиної, Е.Я. Степаненкової. У дослідженнях, проведених О.П. Усовою, доведена виховна значимість ігрової діяльності в організації дитячого життя, вихованні особистісних якостей дитини. На її думку, великі можливості гри в задоволенні потреби в спілкуванні, в організації колективу.

Разом з тим до цього часу ще немає достатньо повних даних комплексного використання гри у фізичному вихованні, що включає в свій зміст комплексні, самостійні та творчі завдання. Необхідне проведення експериментальних досліджень, спрямованих на розробку оптимальних організаційно-методичних умов використання гри у фізичному вихованні старших дошкільників.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ РОБОТИ

2.1 Експериментальна робота і педагогічний експеримент

У дослідно-експериментальній роботі здійснювалася оцінка ефективності пропонованих моделей ігрових практик на основі змін показників і темпів приросту функціонального стану і фізичної підготовленості. Педагогічний експеримент проводився з метою обґрунтування ефективності розробленої методики формування ігрових умінь дошкільників у процесі фізкультурних занять.

Були сформовані одна контрольна і одна експериментальна групи, що і передбачалося в ході виконання кваліфікаційної роботи. Діти були рівні за рівнем фізичного розвитку, функціонального стану і фізичної підготовленості. Контрольна група займалася за загальноприйнятою методикою. У контрольній групі налічувалося 25 випробовуваних, інша група – експериментальна, в якій застосовували методику комплексного використання ігрових занять, в складі також 25 дітей. Обов'язковою умовою проведення експерименту стало порівняння початкових і кінцевих результатів в експериментальній і контрольній групах.

У завдання дослідження входило визначення вихідного рівня фізичної та функціональної підготовленості, фізичного розвитку дітей експериментальної та контрольної груп і динаміки цих показників в педагогічному експерименті.

Результати на початковому етапі педагогічного експерименту за контрольними випробуваннями свідчать про те, що сформовані методом випадкової вибірки експериментальна і контрольна групи не мали достовірних відмінностей у показниках фізичної підготовленості та функціонального стану.

Проведення педагогічного експерименту відповідало всім його вимогам: змісту, методів проведення, дотримання загальних дидактичних принципів.

Педагогічні спостереження в процесі дослідження проводилися для оцінки рівня сформованості умінь використовувати ігрові навички в процесі фізкультурних занять з дошкільниками. За п'ятибальною системою оцінювалися такі показники дошкільників під час проведення різних рухливих ігор: інтерес до гри; виконання ігрових дій нестандартними способами; дотримання правил гри; емоційна стійкість під час гри; рівень концентрації уваги під час гри; активність по час гри; оцінка техніки володіння елементами рухливих ігор.

З огляду на актуальність проблеми розвитку рухових здібностей дітей старшого дошкільного віку, ми зробили спробу вивчити можливості комплексного, розвивального впливу на цей процес ігрових елементів і рухливих ігор.

Передумовою проведення педагогічного експерименту стали висунуті в ході попереднього дослідження положення про можливість і доцільність ефективного використання техніки володіння елементами рухливих ігор в системі фізичного виховання.

Для оцінки техніки володіння елементами рухливих ігор використовували метод експертної оцінки за методикою Г.Б. Мейксон. Оцінювалися техніка елементів і виконання наступних підготовчих завдань:

- знання правил поведінки на спортивних спорудах і рекреаційних майданчиках, виконання рухливих ігор різної спрямованості;
- вміння вибрати цікаву гру;
- вміння виконувати доступні ігрові вправи, ігрові завдання і рухливі ігри: в підготовчій, основній та заключній частинах заняття;
- вміння підготувати місце для гри;
- вміння вибрати місце заняття (на спортивному майданчику, на необладнаному майданчику, в парку, в рекреаційному приміщенні ЗДО);
- уміння підібрати необхідне обладнання (спортивний інвентар, одяг і взуття);
- вміння ускладнити або видозмінити гру;

- вміння підвести підсумки гри (виявлення переможців);
- уміння виконувати гри з бігом і стрибками;
- уміння виконувати ігри з використанням групових дій;
- вміння виконувати гри на логічне мислення;
- уміння виконувати ігри з метанням.

Критерії оцінювалися за п'ятибальною системою. За відповідь «+» на питання 1-6 нараховується 0,5 балів, за відповідь «-» нараховується 0 балів. За завдання з 7 по 12, виконані технічно правильно, нараховувався 1 бал, за невміння виконувати вправу нараховувався 0 балів. Сума балів, що дорівнює або перевищує оцінку «4», вказує на групу з високими вміннями володіння елементами рухливих ігор. Сума балів в 3, 9 і нижче, але більше 2 - на вміння середнього рівня; сума балів 2 і нижче показує низький рівень володіння елементами ігор.

Педагогічні тести використовувалися як оптимальний засіб виявлення рівня вмінь і навичок, як форма поточного і підсумкового контролю, як метод наукового дослідження. Тест можна визначити як стандартизовану систему контрольних випробувань, які перевіряють в однакових умовах рівні підготовленості. Результати тестування відображають кількісні показники, а їх зміни будуються в порівнянні з загальноприйнятими стандартами.

Для визначення рівня функціонального стану і рівня сформованості основних рухових якостей дітей старшого дошкільного віку, а також з метою виявлення ефективності використання методики проводилося контрольне тестування. За основу була взята методика педагогічного контролю, запропонована Б.А. Ашмаріною і В.І. Усаковою.

Для оцінки *функціонального стану* в роботі досліджували такі показники: силу м'язів правої кисті, життєву ємність легенів, частоту серцевих скорочень в спокої, час затримки дихання на вдиху. Сила м'язів кисті вимірювалася за допомогою кистьового динамометра в трьох спробах, між якими задавався інтервал відпочинку близько 20 с. Визначався кращий

результат. Частота серцевих скорочень у спокої визначалася пальпаторним методом. Час затримки дихання на вдиху визначалося за методом Штанге.

Під час проведення функціональних вимірювань дотримувалися наступні умови: первинні і повторні обстеження проводились в один і той же час одною і тією ж особою.

Для тестування рівня розвитку основних рухових якостей (сили м'язів, швидкості рухів, спритності, гнучкості, швидкісно-силових показників) були використані наступні тестові завдання.

Для оцінки швидкісно-силових показників – стрибок в довжину з місця. З трьох спроб бралася найкраща. Для оцінки швидкості - біг 30 м. Для оцінки м'язової сили - метання набивного м'яча масою 1 кг з-за голови двома руками з положення сидячи. З трьох спроб зараховувалася найкраща. Для оцінки фізичної якості спритності - «човниковий» біг 3 x 5 м. Для оцінки фізичної якості гнучкості – нахил вперед з положення сидячи.

В ході проведення контрольного тестування дітей старшого дошкільного віку дотримувалися таких правил:

- ✓ створення змагальної атмосфери як мотиву до прагнення показати найкращий результат;
- ✓ виділявся час для відновлення між тестами;
- ✓ порядок виконання тестів протягом усього періоду дослідження не змінювався;
- ✓ умови проведення контрольних тестів були однаковими, стандартними (час, якість і вага спортінвентарю);
- ✓ точність реєстрації показників.

У дослідженні взяли участь в цілому 50 дітей старшого дошкільного віку, 10 педагогів ЗДО (вихователі, методисти, завідувачі та інші).

Експериментальна та контрольна групи дітей формувалися на базі комунального закладу «Маріупольська школа-ясла-садок №39» міста Маріуполя для експерименту з формування умінь у дошкільників виконувати ігрову діяльність.

Тестування контрольних і експериментальних груп здійснювалося на початку педагогічного експерименту, проміжного і по його закінченню.

У контрольній групі використовувалася традиційна методика проведення заняття. В експериментальній групі використовувалася така ж схема, але додатково вводилися елементи навчання дошкільників ігровим навичкам, з використанням ігрових, творчих і самостійних і комплексних завдань.

2.2 Організаційно-педагогічні умови комплексного використання гри у фізичному вихованні старших дошкільників

Оскільки основним призначенням гри є підготовка дитини до повноцінної соціальної діяльності, ця задача вирішувалася через моделювання соціального життя, включення дитини в цю діяльність. В основі ігрової діяльності дитини лежать фізичні і психічні якості, необхідні для виконання ігрових завдань, а також необхідні здібності для реалізації рухових завдань.

Подолання виникаючих труднощів – це результат соціального життя, в якому діти бачать і відтворюють реальну дійсність в грі. Перехід від індивідуальної життєдіяльності до соціально орієнтованої відбувається тому, що дитячі взаємини виникають в процесі самої діяльності і розігруються в зв'язку з нею. Щоб побачити взаємозв'язок між грою і її результатом, тобто соціальною діяльністю, створюється модель ігрової практики, яка характеризує гру як один з основних засобів підготовки дитини до соціального життя і трудової діяльності. У нашому дослідженні ми показуємо, що дана модель складається з декількох взаємопов'язаних і послідовних частин. На перший план ми висуваємо соціальну діяльність, на якій тримаються всі інші компоненти. У дошкільному дитинстві ігрова діяльність є основним засобом підготовки дошкільника до умов соціального життя, тому ми вважаємо, що від умов соціального життя багато в чому

залежить розвиток і виховання дитини. Впроваджуючи модель, ми орієнтувалися на те, що соціальне життя складається із трьох компонентів:

1. Діяльність дитини, заснована на вроджених здібностях, сформованих фізичних та психічних якостях, від яких залежать стан здоров'я, фізичний і психічний добробут.

2. Здатність дитини до подолання труднощів в грі (терпіння, подолання почуття страху) в дошкільному дитинстві, а у дорослості - в соціальному житті.

3. Сформовані взаємини дітей в колективі. Дитина живе і розвивається в колективі, вона повинна підкорятися загальним вимогам в грі, праці, навчанні, соціальному житті.

Всі ці складові, на нашу думку, є фундаментом до майбутньої соціальної діяльності, основу якої в дошкільному дитинстві становить ігрова діяльність. Вивчаючи питання ігрової діяльності дошкільників, ми прийшли до висновку про необхідність створення моделі «Ігрова практика» (схема 2.1), яка надавала широкі можливості для реалізації поставлених завдань в дослідженні.

На наш погляд, основні компоненти моделі «Ігрова практика» сприяла вирішенню основних завдань: по-перше, діяльність дитини, в основі якої лежать фізичні якості, сприяла їх подальшому розвитку, а також розвитку психічних властивостей дитини, необхідних для розвитку розумових здібностей і їх вдосконалення; по-друге, ігрова практика створювала умови для формування колективних взаємин; по-третє, сприяла формуванню морально-вольових якостей дітей та давала можливість знайти способи подолання ними виникають труднощі в ігровій ситуації; по-четверте, створювала умови для вибору методичних прийомів, які сприяли придбанню не тільки ігрової практики, але і ефективному навчанню, вдосконаленню рухових навичок у дошкільників.

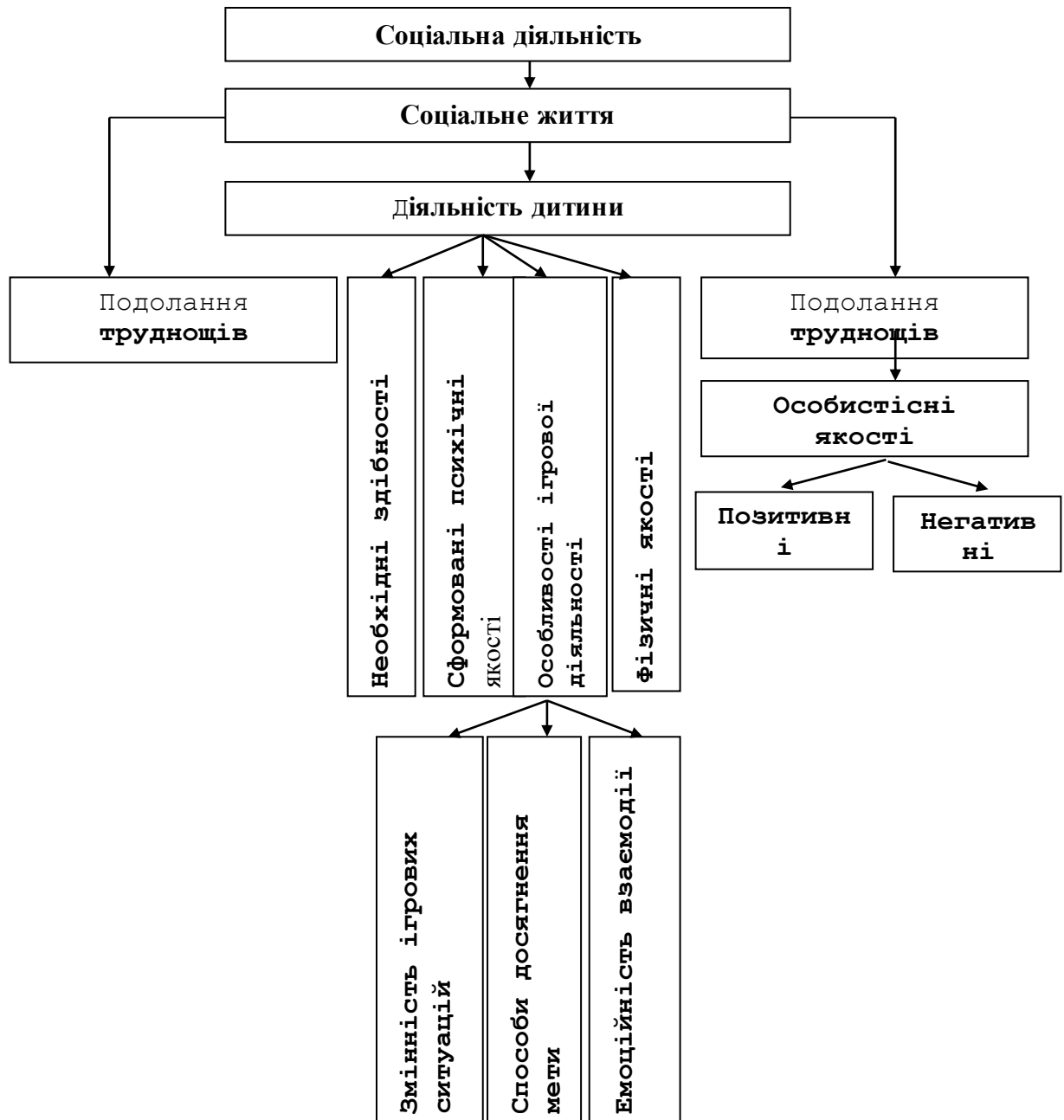


Схема 2.1. Модель «Ігрова практика»

Головна перевага моделі полягає в тому, що діти опановували досліджуваним матеріалом в процесі власної активної діяльності при настільки ж активній направляючій роботі дорослих.

Таким чином, досягався результат у формуванні механізму мотивації до занять і потреб дитини, готовність його використовувати свої знання, вміння, здібності для вирішення поставлених завдань.

Впроваджена нами модель: а) сприяла підвищенню рівня розвитку дітей; б) сприяла розширенню можливостей комплексного підходу використання гри як методу; в) покращувала якісну сторону фізичного виховання в роботі з дошкільниками.

Грунтуючись на модель «Ігрова практика», яка надала широкі можливості для вирішення педагогічних завдань у фізичному вихованні, ми зіткнулися з відсутністю в літературі багатьох основних і другорядних компонентів характерних, на наш погляд, для гри. Слід підкреслити, що у всіх літературних джерелах запропоновано деякі методичні положення і рекомендації, що стосуються проблеми гри, а досить повної інформації про структуру гри ми не виявили.

Таким чином, виявлену недостатню розробленість компонентів, що входять в структуру ігрової діяльності, на наш погляд, підтверджують необхідність вивчення структури гри.

Розглядаючи один їх компонентів структури ігрової діяльності, а саме, уявну ситуацію, засновану на регламентації дій, імовірнісних умов їх виконання і можливості для самостійного прояви творчості, ми прийшли до висновку про те, що ігровий сюжет і правила гри намічають лише загальні лінії поведінки тих, що грають, але не визначили жорстко все конкретні форми їх дій: як правило, вони, навпаки, допускали можливість широкого вибору і комбінування способів досягнення ігрових цілей.

Разом з тим автор звертає увагу на те, що способи вирішення рухового завдання у дітей були різні: спосіб ставлення до супротивника, до партнера; спосіб узгодження дій всіх гравців. Спостереження за дітьми показували, що в грі у них виникали конфліктні ситуації (в тому числі виграш чи програш), які залежали від всієї сукупності дій, взаємодій і протидій гравців, а також від обставин, включаючи і випадкові. Звідси - імпровізований характер дій в ігровій обстановці (дії за шаблоном, самостійний вибір і конструювання доцільних варіантів), і в зв'язку з цим з'явилися широкі можливості для прояву самостійності, ініціативності, винахідливості і інших пов'язаних з

ними особистісних якостей. Залежно від конкретної ситуації дитина сама обирала спосіб, тим самим виявляла не тільки самостійність, але і творчий підхід у вирішенні рухового завдання: «Ведмедиця Маша лазить, як Даша».

Отже, надаючи широкий вибір для досягнення ігрових цілей, за допомогою даної моделі ми створювали умови для самостійного прояву творчості. В процесі гри відбувалося моделювання емоційно-насичених міжособистісних і міжгрупових відносин. За нашими спостереженнями, в більшості ігор відтворювалися досить складні і емоційно-забарвлені міжособистісні відносини типу співробітництва, взаємодопомоги, взаємовиручки або суперництва, протиборства, коли стикалися протилежно спрямовані прагнення, виникали і вирішувалися ігрові конфлікти. В атмосфері таких психічних напружених відносин виявлялися, а при певних умовах формувалися етичні якості особистості.

Для впровадження в практику ігрових моделей виникла необхідність створення методичного апарату до них, оскільки проведення ігрових занять обумовлено своєю специфікою. Ми припускаємо, що організаційно методичну основу навчання ігровим вправам складають: умови, що сприяють підготовці вихователя до навчання дітей ігровим вправам; основні вимоги до занять; підготовка до занять; логіка і методика побудови занять; використання віршованого тексту в занятті; зміст занять; активізація творчості на заняттях.

Умови, що сприяють підготовці вихователя до навчання дітей ігровим вправам:

оволодіння вихователем теоретичними і методичними знаннями зі спортивних і рухливих ігор, а також розуміння важливості і необхідності використання їх в дошкільних установах на доступному рівні;

практична підготовка у вигляді придбання різних рухових та ігрових навичок за основними видами (основами гімнастики, спортивними і рухливими іграми, спортивними вправами, стройовими і загальнорозвиваючими вправами);

оволодіння методикою навчання ігровим вправам; знання сучасних форм організації ігрових занять; оволодіння основними методами і методичними прийомами для розвитку рухових якостей у дітей;

вміння використовувати різноманітні способи організації; вміння комбінувати заняття відповідно до педагогічних завдань.

Основні вимоги до занять:

✓ заняття орієнтується на головну мету - на формування і розвиток особистості дитини, рішення освітніх завдань, вдосконалення фізичних, інтелектуальних, творчих здібностей; при цьому засобом є рухові дії ігрового характеру;

✓ заняття ґрунтується на умовному сюжеті, а зміст відповідає його завданням, сюжету і руховому досвіду дітей і функціональним можливостям дитячого організму; при цьому особлива увага приділяється розвитку у дітей самостійності, активності і творчого підходу при виконанні вправ ігрового характеру;

✓ заняття спрямоване на формування практичних рухових та ігрових навичок, самостійне застосування їх дитиною в ігровій та життєвій ситуації, а також збагачення його знаннями, що дозволяють усвідомлено здійснювати це застосування;

✓ заняття ігрової спрямованості створювали всі умови дитині для відтворення ігрових вправ, їх варіативного використання, виконання ігрових ролей, для підвищення інтересу до самовдосконалення, точності виконання різноманітних рухів, систематичності і міцності засвоєння дітьми знань і умінь;

✓ виховання моральних якостей: взаєморозуміння, взаємовиручки, дружелюбності, сміливості, винахідливості;

✓ виховання морально-вольових якостей, спрямованих на подолання труднощів у вирішенні рухового завдання індивідуально і колективно;

✓ використання віршованого тексту, який відповідав сюжету і руховим діям дітей;

- ✓ заняття засновані на комплексному підході навчання ігровим вправам.

Підготовка до занять:

- ✓ педагог визначав мету і сюжет заняття, створював або підбирав віршований текст до нього, розробляв зміст, визначав структуру і хід заняття, продумував їх методику і організацію: складання плану, визначення чітких і конкретних завдань заняття, визначення послідовності виконання фізичних вправ у вступній, основній і заключній частинах заняття;
- ✓ педагог продумував систему власних дій організаційно-методичного характеру: опрацьовував заздалегідь всі рухи, ігрові завдання, ігрові вправи, творчі завдання, вчив віршований текст, ставив командно-артистичний голос; визначав для себе помічників при проведенні естафет, змагань, для визначення переможців у командах, в парах; готував спортивний інвентар, атрибути, посібники, іграшки, нестандартне обладнання, визначав місце їх розташування в занятті; встановлював перелік вимог до виконання вправ, раціонально дозував і регулював фізичне навантаження; вибирав форми заохочень (похвала, нагородження жетонами, зірочками, кружечками, дрібними сувенірами) і оцінював результат заняття.

Побудова занять відповідає:

- ✓ логіці, тобто послідовній конкретизації завдань, що вирішуються в аспекті навчання руховим діям, виховання фізичних і пов'язаних з ними здібностей згідно з закономірностями і конкретними умовами реалізації їх в системі занять;
- ✓ структурі занять, в якій можна виділити: а) підготовчу частину (організують і настановні дії: загальна розминка, поступова активізація всіх функцій організму, що сприяє створенню сприятливого фону для результативного і безпечного виконання наступних дій); б) основну частину (загальне та спеціальне розвиток опорно-рухового апарату, виховання постави, рухових навичок ігрової спрямованості, загальне та спеціальне виховання рухових якостей); в) заключну частину, яка має відновлювальну

спрямованість (приведення до початкового рівня ЧСС, органів дихання та системи кровообігу, нервової системи, підведення підсумків заняття).

Використання віршованого тексту в заняттях обумовлено змістом сюжетних занять, освітніми та психологічними завданнями. До заняття, заснованому на сюжеті (наприклад, «Подорож в космос», «В країну чудес», «Ми моряки» тощо), підбирався віршований текст, який відповідав сюжету і руховим діям дітей. У зміст тексту включалися вірші, приказки, загадки, лічилки, скоромовки, прислів'я. Віршований текст на різних етапах заняття-гри виконує різні завдання.

У вступній частині текст вирішував не тільки освітні, а й психологічні завдання: активізував увагу дітей, викликав інтерес до заняття, створював емоційно-позитивний настрій. В основній частині віршований текст виконував кілька функцій:

- по-перше, текст ставав як би провідником між завданням і руховим досвідом дитини, а сам педагог виступав як організатор розумового розвитку дитини, його пам'яті, мислення, уваги, уяви, тобто текст сприяв розвитку психічних процесів;

- по-друге, він сприяв формуванню культури мовлення у дітей, так як в нього включалися лічилки, приказки, прислів'я, загадки, вірші. Все це не тільки формувало правильну вимову, а й розвивало «мовленнєвий слух», збагачувало мовлення;

- по-третє, він був системоутворюючим фактором формування навичок різних форм активного відпочинку дітей;

- по-четверте, текст був потужним стимулятором в прояві емоційних і моральних якостей дітей, як, наприклад, в занятті «Ми з друзями в ліс підемо і товаришів врятуємо!»;

- по-п'яте, при використанні віршованого ритмізованого тексту формування рухових навичок йшло в такт ритму, легко, вільно і в більш короткий термін.

При навчанні основним рухам текст також мав своє призначення. По-перше, сприйняття рухів у дітей ставало більш усвідомленим, тому що в самому тексті закладено зміст рухових дій. По-друге, текст стимулював дітей до виконання нових завдань, формувалася прагнення до пізнання нового навчального матеріалу.

Ми припускаємо, що досягнення позитивного результату залежало не тільки від організаційно-методичних умов педагогічної роботи, а й від змісту занять.

У зміст вступної частини заняття включали: блоки, що складаються з серій ланцюжка завдань: ходьби, бігу та стрибків; блок вправ на окремі групи м'язів ніг, рук, тулуба; серії завдань імітаційного і образного характеру; вправи на увагу і поставу, творчі завдання, елементи танців і ігрових вправ. Замість стандартної розминки пропонували комплекси ритмічної гімнастики, які сприяли придбанню рухової культури. Організація вступної частини іноді проводилася у формі «Лісовий дискотеки», «Чарівної каруселі», «Пташиного базару».

У зміст більшості включалися основні види рухів, які проводилися потоковим способом. Ефективним було потокове виконання кожною дитиною різних вправ в певному порядку (ходьба по «містку», стрибки через «струмок», пролізання через «тунель», лазіння по «гірці» тощо). Слід зазначити особливу значимість цього способу при вдосконаленні і закріпленні вправ. Образи допомагали дитині відтворити правильне уявлення про рух.

В основній частині з метою забезпечення ефективності проведення занять використовували наступну схему. Наприклад, розвиток швидкісно-силових здібностей і забезпечення гармонійного формування м'язової системи. До складу швидкісно-силових вправ ми рекомендували включати ігрові вправи, пов'язані зі стрибками, метанням, штовханням, киданням м'ячів, вправи з опором, протиборством тощо. Всі вони побудовані на швидкісних переміщеннях циклічного характеру з різним положенням

обличчям вниз і вгору, опорою на руки і стопи та ін. (чотири кроки, чотири кроки у напівприсіді, чотири кроки в низькому присіді, чотири стрибки в присіді вперед, два стрибка вправо, двома стрибками вліво, чотири стрибки вперед, чотири стрибки з поворотами), а також образні вправи типу «гусячий крок», «жук повзе», «жаба стрибає», «жаба ловить комарів»).

Для стимулювання більш високого прояву рухової координації використовували ігрові вправи, пов'язані зі зміною швидкості або темпу рухів; зі зміною просторових меж (збільшити або зменшити розмір майданчика в грі, збільшити ширину «річки», «рову», «струмочка», «калюжі», «межі будинку» та ін.); зі зміною способів виконання вправ, рухів (стрибки: на двох ногах, на одній, в чергуванні; два стрибка вправо, два - вліво, чотири - вперед на двох ногах тощо); ускладнення вправ з додатковими рухами (стоячи в шерензі, діти виконували по сигналу прискорення біг 5м, додаткові умови - 5 підскоків на місці і прискорення); в рухливих іграх (вводили в гру 2-х ведучих, 2-х «шук», 2 «мережі» тощо); зі зміною протидії займаються при парних ігрових вправах («бій півнів», в якому дитина самостійно застосовує свою тактичну комбінацію для виграшу); виконання знайомих рухів у невідомих заздалегідь поєднаннях (лазіння вгору по похилій лавці і скочування з похилою лавки на животі, або дитина скочується з умовної «гірки» вниз). В іншому випадку використовувалися різні поєднання бігових і стрибкових вправ з зупинками, з присіданням і поворотами тощо. Таким чином, засобами виховання швидко-силових здібностей в наших заняттях були природні форми вправ ігрового характеру, пов'язані з рішенням рухового завдання. Заняття, побудовані на сюжетній основі, вимагали прискорених дій і взаємодій.

За таким же принципом розвивали і інші фізичні якості.

Навчання, вдосконалення і закріплення ігрових вправ проводилося в формі творчих, самостійних, комплексних завдань, а також завдань по інтересам і з використанням гри «Творчість».

У заключній частині пропонувалися творчі і самостійні завдання, хороводи, ігрові завдання з використанням карток-завдань, вправи на увагу і формування правильної постави: «Стій, як я!», «Знайди помилку», «Покажи, як правильно стояти», «Хто гарно ходить?» та ін.

У процесі дослідження модель сприяла вирішенню одного з головних завдань: формування у дітей уміння будувати різноманітні сюжети гри, погоджувати творчі ігрові задуми з партнерами-однолітками. Властивий грі фактор задоволення, емоційності і привабливості сприяв формуванню у дітей стійкого позитивного інтересу і діяльного мотиву до фізичних вправ ігрового характеру.

Для цього ми організовували з підгрупами спільну гру-придумування, яка розгортається в мовному плані, звільняє дітей від необхідності здійснювати предметно-ігрові та рольові дії, що дозволяє зробити комбінування різноманітних подій центром уваги гравців.

Педагог, беручи участь в такій грі як партнер дітей, демонстрував можливість з'єднання в новому сюжеті різноманітних знань, одержуваних дітьми при сприйнятті навколишнього світу, казок, мультфільмів, пригод тощо. У спільній грі-вигадуванні вихователь заохочує будь-які пропозиції дітей, спрямовані на творче комбінування різних подій. Творчому розгортанню дітьми нового сюжету також сприяла рольова гра на основі поєднання в ній персонажів (ролей) з абсолютно різних смислових сфер (наприклад, заняття: «За друзями», «Баба-Яга і брудні діти»); педагог є ініціатором і учасником такої гри.

Крім того, ми пропонували ще одну форму активізації, пожвавлення дитячої уяви: організацію підготовчого періоду самостійної гри, де всі майбутні учасники висловлювали свої пропозиції щодо розгортання обраної для гри теми. Обговоривши з дітьми різні можливі варіанти сюжету майбутньої гри, вихователь надавав дітям можливість реалізувати або комбінувати ці варіанти в самостійну гру.

Наступною формою активізації дитячої уяви стало і те, що педагог сам використовував на заняттях виразні засоби (мова, жести, міміку руху) при передачі характеру виконуваного персонажа і пропонував це зробити дітям. Виконуючи (індивідуально або групою) завдання, діти виявляли творчість у вирішенні рухового завдання. Одні рухові вміння вони розучували, інші закріплювали, вдосконалювали, треті перевіряли в ігрових ситуаціях. При виконанні рухової дії їм доводилося весь час здійснювати контроль за деталями і в цілому за всією справою, постійно стежити за вказівками вихователя, його мовленням, віршованим текстом. Все це вимагало від дошкільників концентрації уваги, прояви рухової і логічної пам'яті, мислення, уяви.

Вищенаведені положення, важливі для вирішення завдань даного дослідження, дозволяють зробити ряд висновків про методичні основи гри:

Гра забезпечувала всебічний, комплексний розвиток фізичних якостей і вдосконалення рухових умінь і навичок, тому що в процесі гри вони виявлялися не ізольовано, а в тісній взаємодії.

Наявність в грі елементів суперництва вимагала від дітей значних фізичних зусиль, що робило гру ефективним методом виховання фізичних здібностей.

Широкий вибір різноманітних способів досягнення мети, імпровізаційний характер дій в грі сприяв формуванню у дітей самостійності, ініціативи, творчості, а також розумових здібностей.

Дотримання правил гри в умовах змагання дало можливість педагогу цілеспрямовано формувати у дошкільників моральні якості: почуття взаємодопомоги і співробітництва, свідому дисциплінованість, волю та інше.

Тому можна зробити висновок: впроваджені нами суто організаційно-методичні умови забезпечували оволодіння дітьми доступними фізичними вправами ігрової спрямованості і сприяли в цілому підвищенню рівня рухової і функціональної підготовленості дошкільників і вдосконаленню

процесу фізичного виховання в ЗДО в цілому. Отже, такий підхід в навчанні цілком виправданий.

Слід зазначити, що розроблені організаційно-методичні умови та використання нового змісту ігрових занять вимагали уточнення застосування методичних прийомів з метою ефективного проведення занять.

Інформаційно-рецептивний метод характеризується взаємозв'язком і взаємозалежністю між діяльністю педагога і дитини. У цьому спільному процесі він дозволяв комплексно використовувати різні способи навчання; вихователь чітко, конкретно, доносив знання, а дитина усвідомлено запам'ятовував і засвоював їх за допомогою наступних методичних прийомів:

- ✓ порівняння - уподібнення рухових умінь дитини рухам звірів, комах, птахів;
- ✓ образність - дітям пропонувалися образні порівняння різних рухів, які полегшували оволодіння новими руховими вміннями;
- ✓ репродуктивний метод - підвищував засвоєння знань і навичок, дозволяючи використовувати і варіювати їх в різноманітних ситуаціях, застосовуючи: вказівка.

В процесі гри давалися вказівки щодо виконання різних рухів, наприклад: «Руки вище підніміть, руки нижче опустіть, тепер витягнути вперед, а ось тут навпаки»; виконання конкретизованих завдань. Дітям пропонувалися конкретизовані завдання; метод проблемного навчання розглядається як елемент складової частини цілісної системи навчання. Найважливіша особливість його в тому, що перед дитиною ставиться проблема для самостійного вирішення. Здійснюючи пошуки вирішення тих чи інших рухових завдань, він сам добуває знання.

Постановка відповідної проблеми і її рішення дитиною сприяли не тільки свідомому засвоєнню руху, а й розвивали розумові здібності, вчили мислити самостійно за допомогою наступних прийомів:

- ✓ використання сюжету. На основі чіткої сюжетної лінії присутні на занятті успішно освоюють різні, навіть складні рухові вміння;
- ✓ постановка питань. Ставлячи перед дошкільниками «проблемні» питання, ми домагалися того, що, відповідаючи на них, діти успішно опановували нові рухи;
- ✓ синтез і аналіз. Дітям задавали питання, які сприяли прояву розумової діяльності.

Реалізації творчих задумів сприяв метод творчих завдань. Педагог пропонував дитині придумати ігрові ситуації, фізичні вправи, що вона виконує одна, з групою, в колоні тощо. При цьому, придумуючи ігрові сюжети, дитина набуває вміння реалізовувати свій задум, використовуючи:

- активізацію творчості. Педагог у дітей збуджував інтерес до власного розвитку, вчив їх ставити найближчі цілі, щоб вони самостійно, цілеспрямовано впливали на певні сторони власного розвитку.

- самостійні рішення. Дошкільникам створювали штучні умови, які стимулюють прийняття самостійних рішень. Для того щоб полегшити реалізацію поставленого завдання, використовували «опорні знаки» - картки-завдання, куби-завдання, завдання-«ромашки», завдання-вправи, завдання-питання, завдання-вибори, завдання з предметами. В іншому випадку залучали дітей до виконання ними функцій капітанів, що ведуть, провідних персонажів. При цьому педагог кожен раз оцінював і заохочував громадську діяльність дитини;

- комплексний підхід. Завдання, які закріплювали знання з різних розділів: навколишньої природи, математики, розвитку мови тощо. Педагог поєднував певні рухи з вирішенням поставлених завдань. Іншим завданням було закріплення рахунку в естафетах (перенести певну кількість кубиків, кеглів, м'ячів і ін. предметів) або при проведенні рухливої гри.

- вправа на встановлення логічної послідовності рухів, дій для найбільш швидкого досягнення мети, на усунення протиріч - по картинках. (Логічне рішення задачі). Дітям давали такі завдання: 1. В естафеті

перенести на три кубика більше, ніж намальовано на картинці. 2. Скласти слова: «мама, тато, бабуся, слон, будинок тощо». При використанні цього прийому у дітей розвивалися розумові операції, вони правильно складали слова і речення, правильно вирішували математичні приклади тощо.

- емоційність занять. Досвід роботи з дошкільниками показав, що бідність змісту, надмірні або недостатні вимоги, погана організація занять знижували інтерес дітей до заняття.

Використання вище перерахованих прийомів у проведенні ігрових занять показало: розвивалась уява, уточнювалося уявлення, яке спонукало дітей творчо відтворити ситуацію в дії, стимулювалася образність рухів, а віршований текст своїм жартівливим змістом і ритмом сприяв правильному сприйняттю і уявленню дитини про рух, великій широті чуттєвого пізнання, виникненню самоконтролю при виконанні рухів.

Проведена дослідницька робота з дошкільниками та узагальнений практичний досвід роботи дає підставу скласти схему методичних прийомів, яку ми використовували в своїй роботі, оскільки вона надає широкі можливості для вирішення педагогічних завдань у фізичному вихованні дошкільників.

Таким чином, можна стверджувати, що заняття, які спираються на створену методичну основу, мають: по-перше, освітнє значення: вони забезпечували навчання рухам і руховим діям; по-друге, розвивали фізичні якості; по-третє, створювали умови для самостійного пізнання навколишньої дійсності в руховій сфері за допомогою власних зусиль дитини; по-четверте, сприяли в процесі навчання рухових дій розвитку емоційної сфери; по-п'яте, виховне значення: через руху діти швидше виявляли розумну сміливість, рішучість, упевненість в своїх силах; в- шостих, розвивали творчі здібності і самостійність у вирішенні рухового завдання.

Використання методологічних передумов, теоретичних досліджень і розроблених ігрових моделей і їх методичне забезпечення дали підставу для розробки нового змісту ігрових вправ, створення блоків «Пізнання» та

«Розвиток», які сприяли ефективному вирішенню наступних завдань: розробка нового змісту фізичних вправ ігрового характеру; моделювання різних варіантів ігрової практики для дітей старшого дошкільного віку; розробка методики і вивчення механізму впливу комплексного використання гри у фізичному вихованні дошкільників.

Мета блоку «Пізнання» - створення та забезпечення умов для соціального та пізнавального розвитку дошкільників, засвоєння дитиною моральних, загальнолюдських цінностей, національних традицій засобами фізичної культури. Цілі блоку «Пізнання» досягалися рішенням наступних завдань:

- 1) розширення і збагачення орієнтування дитини в навколишньому світі;
- 2) формування способів і засобів пізнавальної діяльності;
- 3) засвоєння дитиною умінь поводитися в колективі;
- 4) сприяння розвитку психічних функцій дошкільників;
- 5) розвиток мовлення;
- 6) складання нового змісту фізичних вправ ігрового характеру.

Робота в рамках блоку «Пізнання» проводиться в три етапи. Загальна спрямованість першого етапу полягала у виявленні стану пізнавального розвитку дітей: знань навколишнього світу; рівня мовних навичок; рівня сформованості математичних уявлень; загальнолюдських цінностей, національних традицій.

На другому етапі вирішувалися такі завдання: визначення і вибір сюжетів для занять; складання та добірка віршованого тексту до кожного заняття; складання нового змісту ігрових і рухових завдань, а також добірка рухливих ігор та ігрових елементів для занять.

На третьому етапі створювалися умови для проведення експериментальних занять: розроблялися варіанти нестандартного обладнання та інвентарю; визначався вибір музичного та звукового супроводу (мелодії, пісні, записи різних звуків: шум дощу і моря, спів

птахів, звуки летить ракети тощо) відповідно до сюжету заняття; готувалося нестандартне обладнання та інвентар (атрибути, іграшки, дрібні і великі предмети, плакати), які використовувалися на заняттях.

У зміст даного блоку входили фізкультурні заняття, засновані на сюжеті гри або подорожі, що виявляють рівень пізнавальної активності дітей, рівень знань загальнолюдських цінностей і національних традицій, а також визначення місця і часу проведення занять.

Блок «Пізнання» сприяв розширенню і збагаченню пізнавальної діяльності дитини: дошкільники засвоювали на заняттях культурні, духовні, національні цінності, текст сприяв розвитку мовлення, формував особистісні та моральні якості.

При розробці моделі і блоку «Пізнання», з одного боку, створювалися умови для вирішення завдання фізичного виховання. З іншого боку, раціонально поєднувалося новий зміст ігрових вправ, підібраних з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дітей на всіх етапах процесу навчання.

Таким чином, основна мета блоку «Пізнання» полягала в тому, щоб були забезпечені умови для пізнавального розвитку і засвоєння дітьми загальнолюдських цінностей і національних традицій, а освітньо-виховне середовище сприяла не тільки зміцненню здоров'я, але і сприяла формуванню способів і засобів пізнавальної діяльності, а також розвитку психічних функцій, засвоєнню дитиною умінь поводитися в групі, розширенню і збагаченню досвіду орієнтування в навколишньому світі. При цьому колектив дошкільного закладу допомагав педагогу в рішенні задач першого етапу: у дітей виявляли знання навколишнього світу; визначали рівень мовних навичок та математичних уявлень і сформованості навичок образотворчої діяльності, виявляли рівень уявлень про загальнолюдські цінності і національні традиції.

Розглядаючи завдання другого етапу, з одного боку, ми пред'являли підвищені вимоги до педагога при добірці віршованого тексту і при

складанні нового змісту фізичних вправ і рухових завдань, а, з іншого боку, вимагали від нього творчого підходу до здійснення педагогічного процесу.

Рішення задач третього етапу залежало від стану матеріально-технічної бази ЗДО та інтересу вихователя до підготовки занять: атрибутів, плакатів, до розробки варіантів нестандартного обладнання та інвентарю, добірці звукового, зокрема, музичного супроводу.

Мета блоку «Розвиток» - відібрати доступні за змістом фізичні вправи ігрового характеру для фізкультурних занять, розробити нові програми для ігрових занять у фізичному вихованні старших дошкільників, змодельовати різні варіанти ігрової практики.

Завдання:

1. Відібрати і систематизувати новий зміст фізичних ігрових вправ для розвитку рухових здібностей дошкільників.
2. Змодельовати різні варіанти ігрових завдань і апробувати їх на експериментальних групах.
3. Розробити методичку гри «Творчість».
4. Створити і систематизувати варіанти комплексних, самостійних і творчих завдань і скласти картки-завдання.

Рішення поставлених завдань відбувалося через різноманітні фізичні вправи ігрового характеру, систематизовані за ознакою (залежно від освітніх завдань) і об'єднані по групам. Кожна група складалася з серій завдань. В одній серії 5-6 вправ.

Завдання першого етапу:

- провести аналіз рівня фізичної підготовленості дошкільників і визначити рівень володіння вміннями і навичками в ігровій практиці;
- відібрати і систематизувати новий зміст фізичних вправ ігрового характеру;
- розробити комплексні та творчі завдання і скласти програму їх реалізації;
- розробити зміст гри «Творчість».

Завдання другого етапу:

- скласти варіанти серій завдань з використанням ігрових вправ, ігрових завдань, карток-завдань за блоками з наочністю і впровадити їх в практику експериментальних занять;
- розробити і впровадити самостійні завдання в експеримент;
- реалізувати програму блоку «Пізнання» в експериментальній групі.

Розробляючи модель блоку «Розвиток», ми враховували, по-перше, рівень професійної підготовленості вихователів, по-друге, рівень фізичної підготовленості дітей і їх творчу активність, по-третє, намагалися здійснити взаємозв'язок з блоком «Пізнання» для реалізації програми в експерименті.

Рішення задач першого етапу здійснювалося на основі даних показників рівня фізичної підготовленості дітей, рівня оволодіння ними ігровими вміннями і навичками. Аналіз даних дозволив систематизувати зміст ігрових вправ, визначити порядок їх реалізації.

Рішення задач другого етапу: реалізація блоку «Розвиток» в програмі експерименту і впровадження самостійних, комплексних і творчих завдань, насичених різноманітними ігровими вправами. Поєднання методичних прийомів з різних комплексом завдань (картки-завдання, ігри-завдання, творчі та комплексні завдання) представляють собою більш ефективний процес навчання, насичений різноманітними ігровими вправами.

Блоки «Пізнання» та «Розвиток» та їх взаємозв'язок дозволяли педагогу творчо і з великою ефективністю вирішувати завдання фізичного виховання, підвищувати фізичну підготовленість дітей. Разом з тим у дошкільників формувалися навички самостійності і творчої активності, а також купувалася ігрова практика.

При формуванні нових ігрових рухових навичок, їх удосконалення та закріпленні ми пропонували дітям гру «Творчість».

Структура гри складається з трьох етапів. На першому етапі проводилася гра «Вгадай-ка!», На другому - «Пограй-но!», А на третьому -

«Умій-ка!». Кожен етап гри мав свою мету і свої завдання. Процес навчання дитини ігровим рухам здійснювався відповідно до закономірностями формування рухових умінь і навичок. Вони умовно представляли собою послідовний перехід від знань і уявлень про дію до вміння виконувати його, а потім - від уміння до навички.

Ефективність навчання ігровим вправам залежала від того, наскільки дотримувалася в ньому об'єктивна послідовність дії і відповідних компонентів функціональних систем. У цьому полягав принцип системогенеза, сформульований П.К. Анохіним: для кожної функціональної системи є свої терміни дозрівання, тому ділянки мозку можуть дозрівати не одночасно, якщо вони відносяться до різних функціональних систем.

Для вироблення початкового вміння ми керувалися наступними факторами: постійна концентрація уваги в процесі дії; відносно висока ступінь участі рухових автоматизмів в управлінні рухом; мінливість техніки ігрових вправ, маловираженість, злитість рухів і обумовлена цим розтягнутість у часі.

Використання цієї гри дозволило навчити дітей створювати умови для рухової діяльності, підводити до самостійного виконання складних рухових дій, формувати ігрові навички та навички взаємодії в колективі, самоорганізації. Визначальним значенням гри є використання комплексного підходу в розвитку дитини, основний засіб якого - ігрові вправи.

На першому етапі навчання (початкове уявлення про рух) пропонувалася гра «Вгадай-ка!». Вона була заснована на питаннях до дітей, які педагог ставив до початку і після виконання вправи з метою з'ясування ступеня усвідомленості послідовного виконання рухових елементів, що складають даний рух. Використання цієї гри створювало у дітей емоційно-позитивний настрій, а виконання показуваних рухів сприймалося як успіх початкового етапу формування правильних рухових навичок.

На наступному етапі навчання проводилася гра «Умій-ка!» Основу цієї гри теж складали питання до дітей, а правильною відповіддю було

виконання вправи. В цьому випадку відбувалося уточнення окремих рухових рефлексів і всієї системи в цілому, яка сприяла розвитку внутрішніх диференційованих гальмувань, що обмежують поширення процесів збудження, при цьому підвищувалася роль другої сигнальної нервової системи. На цій стадії дитина усвідомлювала завдання і свої дії. Педагог же здійснював контроль за якістю виконання всієї вправи в цілому (підкинути і зловити м'яч двома руками, відбивати однією рукою або двома, ловити зверху, збоку, знизу). При цьому зверталася увага на окремі деталі вправи (частіше відбивати, сильніше відбивати, вище підкинути, зробити 2-3 тощо.), на правильність виконання дій (яким способом прийняти м'яч: однією рукою, двома руками і тощо).

На цьому етапі навчання основні рухові дії дітям вже знайомі, тому у них активізувалися увага, творче мислення і бажання самостійно виконати складніші рухи. Потім ми пропонували дітям самим придумати варіанти відбивання і ловіння м'яча. Вихователь створював умови для творчого розвитку дітей: задавав питання, давав конкретні вказівки дітям, рекомендував вибір інвентарю та місце для виконання вправи, а якщо необхідно, то показував елементи руху з поясненнями. Далі дитина сама з'єднувала ігрові елементи в єдиний цілий рух.

На третьому етапі навчання ми використовували гру «Пограй-но!», сутність якої полягала в застосуванні ігрових комбінацій при закріпленні рухової навички і в вихованні фізичних якостей. Рухи на даному етапі ставали економічними, вільними, точними. Дитина в цей час вже усвідомлювала рухову задачу, творчо використовувала рух в ігровій ситуації.

Отже, закріплення досвіду перевірялося в різних варіантах гри з м'ячем під керівництвом педагога, який здійснював контроль за якістю виконання вправи і культурою рухів у дітей. Відтворення правильно розученого руху дітьми стало результатом їхніх зусиль за весь попередній час.

При такій постановці навчання руху дітей відрізнялися чіткістю, упевненістю і емоційністю. Для закріплення рухових навичок (ігри з м'ячем) в заняття включалися більш складні завдання, наприклад: рухливі ігри з м'ячем, «Класики з м'ячем», «Школа м'яча», «Ловішка з м'ячем», «Кругова гілка» тощо.

Отже, спостереження за дітьми в процесі занять підтверджують, що використання гри «Творчість» сприяло успішному формуванню ігрових навичок. За таким же принципом проводилося навчання дітей й іншим ігровим вправам.

Методика застосування пропонованої моделі спрямована на подальше вдосконалення рухових навичок, що забезпечують підвищення функціональної працездатності, що дозволяють ефективно опановувати матеріал програми з фізичної культури, а також розвивати творчі і психічні здібності дітей.

Все вищевикладене дозволяє зробити висновок про те, що запропоновані блоки «Пізнання» та «Розвиток» і гра «Творчість» з різними ігровими завданнями надавали дітям додаткові можливості для прояву ініціативи та пізнавальної самостійності, приводили до усвідомлення способів досягнення рухової мети, підвищували інтерес до занять ігрової спрямованості, сприяли активізації уваги, взаємопов'язаному фізичному і особистісному розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Таким чином, ігрова форма заняття – це важливий крок до повсякденного і безперервного росту інтересу дошкільника до ігрових занять, їх фізичному, психічному і творчому розвитку.

Створені змістовні блоки і гра «Творчість» в заняттях виявили необхідність перевірки впливу фізичних навантажень в процесі реалізації ігрової програми. Фізичне навантаження регулювалося часом тривалості і темпом ігрових вправ, чергуванням завдань, зміною розмірів поля, майданчику, за допомогою використання ігрового інвентарю різної ваги, розміру.

Слід зазначити, що на заняттях дотримувалися основні фізіологічні принципи: динамічність фізичних вправ, рівномірний розподіл навантаження на всі м'язові групи, використовувалися різні вихідні положення - все це забезпечувало якісне виконання вправ. Враховувалося і те, що не тільки обсяг і інтенсивність м'язової діяльності визначали функціональні зрушення в організмі, а й значною мірою вони залежали від методики проведення занять. Спостереження за дітьми показали, що, якщо заняття викликали інтерес, підвищувався емоційний тонус. У цікавій, грамотно організованій грі діти виконували великий обсяг навантаження при менших функціональних зрушеннях.

Діяльність дітей в заняттях була досить різноманітною не тільки за змістом, але і за характером. Як фізичні, так і інтелектуальні і вольові зусилля дитини ми варіювали, щоб забезпечити оптимальний рівень її працездатності, необхідний для успішного вирішення намічених завдань. У розроблених нами поєднаннях вправи, різні за ступенем інтенсивності, об'єднувалися в такий спосіб: а) вправи високого ступеня інтенсивності поєднувалися з вправами низького ступеня інтенсивності (стрибки через гімнастичні палиці поєднувалися з метанням мішечка вдалину); б) вправи високої інтенсивності поєднувалися з вправою середньої інтенсивності, а потім знову високої інтенсивності (наприклад, десять високих подскоків на місці, потім пролізання під трьома дугами, перекид вперед в угрупованні і біг з прискоренням по 5м); в) вправи високого ступеня інтенсивності поєднувалися з вправами високим ступенем інтенсивності, наприклад, ігрове завдання.

Підбір вправ з таким їх розподілом дозволяв на занятті з фізичної культури різноманітно і всебічно впливати на організм з оптимальною для дітей навантаженням.

З огляду на, що ЧСС є найбільш інформативним показником реакції організму дитини на фізичне навантаження, аналіз фізіологічних кривих на

наших заняттях дозволив оцінити правильність підбору змісту й, відповідно, м'язового навантаження і функціональних можливостей дитячого організму.

Фізичне навантаження значною мірою визначалася наступними факторами: 1) індивідуальними особливостями дітей (сила впливу фізичних вправ залежала від їх віку, рівня активності, зацікавленості на занятті, рівня сформованих навичок і фізичного розвитку); 2) дозуванням фізичних вправ, тобто кількістю вправ, їх повторюваністю; 3) часу, відведеного на виконання вправ; 4) умовами їх виконання; 5) амплітудою і темпом рухів.

Оцінка рухової активності дітей на занятті проводилась шляхом обчислення загальної і моторної щільності. На початок експерименту в контрольній групі на занятті загальна щільність склала 80%, в експериментальній-82%. В кінці педагогічного експерименту в контрольній групі загальна щільність збільшилася до 85%, в експериментальній - до 97%.

Моторна щільність багато в чому залежала від різних факторів: раціонального способу організації дітей; їх рухової активності дітей; змісту, методики ведення заняття; наявності достатнього розвиваючого середовища і рухового досвіду дітей; творчого підходу педагога до заняття. На початку педагогічного експерименту в контрольній групі вона дорівнювала 53%, в експериментальній - 54%. В кінці експерименту в експериментальній групі моторна щільність збільшилася на 26%, що склало 80%. У контрольній групі приріст показника збільшився на 15% і склав 68%. Організаційно-методичною основою послідовності праці та дозування навантажень в занятті служив потоковий метод. Використовуючи даний спосіб в занятті, ми розраховували, головним чином, на комплексний розвиток фізичних якостей у єдності з закріпленням і вдосконаленням засвоєних рухових навичок. У наших заняттях ігрові завдання і ігрові вправи характеризувалися частою зміною положення тіла і його частин, рухів і рухових дій між сенсорними і моторними компонентами, різними рівнями їх організації, що супроводжувалося утворенням нових рухових умінь. Для збереження оптимальної збудливості уваги і емоцій дитини і попередження природного

стомлення, що розвивається, ми чергували навантаження з відпочинком. На нашу думку, в експериментальних групах фізичне навантаження була близькою до загальноприйнятих стандартів: у вступній частині частота пульсу збільшувалася на 25%, в основній частині - на 70% по відношенню до початкової величини, а під час рухливих ігор, ігрових завдань і вправ змагального характеру збільшення її склало на 90%. Це пояснюється тим, що під час рухливої гри досягалася максимальна частота пульсу як за рахунок збільшення навантаження, так і в зв'язку з великим емоційним збудженням. У заключній частині частота пульсу знижувалася і перевищувала вихідні дані на 13%, після заняття до 3-ій хвилині ЧСС у всіх дітей поверталася до вихідного рівня.

Для визначення інтенсивності м'язової навантаження на занятті ми проводили вимірювання ЧСС 10-секундними відрізками до заняття, після вступної частини, загальнорозвиваючих вправ, основних видів рухів, заключній частині і в відновлювальному періоді. Для експерименту взяли показники у двох дівчаток з однаковою ЧСС до навантаження - 88 уд. /хв.

Зміни, що відбулися в функціональних показниках, ми визначаємо як позитивні за рахунок природного фізичного розвитку і цілеспрямованої системи фізичного виховання і адаптації організму до фізичного навантаження в педагогічному процесі.

Фізичне навантаження в обох групах відповідало середнім статистичними показниками рівня ЧСС дошкільників даного віку. Найбільші зміни в роботі ЧСС відбулися в експериментальній групі.

Використання творчих, комплексних і самостійних видів ігрових завдань, які ми використовували в нашому дослідженні мали наступний аналіз.

Ігри для дітей є своєрідним засобом пізнання навколишнього світу. У зміст таких ігрових занять включали пізнавальний матеріал, який розширює кругозір дитини і уточнює його уявлення. Фізичні вправи з текстом і музичним супроводом спонукали дітей до творчості і самостійності на

фізкультурному занятті. Тому творчі завдання з'явилися одним з методів навчання дітей рухових дій.

Діти творчо вирішували завдання, без показу вихователя, самостійно відтворювали рухи «півника», «лисичок», рухи «веслярів на човні» тощо. При вдосконаленні і закріпленні навичок в основних видах рухів ми пропонували такі завдання. Наприклад, при закріпленні навичок стрибків і лазіння проводили гру: «Зайці в городі». Педагог читав текст, в якому закладено весь зміст гри: «Вийшли зайці на лужок, перед ними город».

Гра мала кілька варіантів творчих завдань. Перший варіант: вдосконалення навичок повзання, лазіння і переповзання. 1. «Зайці» повинні понести «капусту», не встаючи на задні лапи. 2. Кожен «заєць» повинен перенести не менше двох «качанів капусти» за паркан. 3. Перенести «капусту» в парах. Другий варіант: «зайці» повинні переносити «капусту» тільки стрибками. 1. «Зайці» переносять «капусту» в мішках і в парах. 2. Кожен «заєць» несе «капусту» в задніх лапах. 3. Кожен «заєць» несе по два «вилка капусти» в передніх лапах і один «вилко» - в задніх лапах.

В даному випадку педагог ставив завдання і створював умови для творчості, а діти придумували самі варіанти лазіння і стрибків. В інших випадках творчі завдання склалися з питань до дітей:

1. Яким способом можна пройти за двома лавками?
2. Якими способами можна тут проповзти?
3. Якими способами можна закинути м'яч в баскетбольну корзину?
4. Покажіть, як можна пройти по вузькому мосту?
5. Яким способом можна переплисти цю річку?

У третьому випадку, використовуючи віршований текст, просили дітей придумати вправу і виконати його. На музичній дискотеці дітям пропонувалося танцювати. У танці необхідно зображати різних тварин, птахів, комах відповідно до музики. Іноді музика явно не відповідала обраному персонажу. Наприклад, давалося завдання показати, як танцює ведмідь під пташину трель. Такі завдання викликали у дітей радість і сміх, у

них включалася творча уява, розхитувалися стереотипи залежності рухів від музики.

Коло випробувань представляло собою розставлені по периметру залу спортивні снаряди (лавки, драбинки, модулі, обручі, мати, тунелі тощо), за допомогою яких діти виконували певні вправи. Один з етапів обов'язково включав в себе елементи з суміжних методик (розвиток мови, формування математичних уявлень, образотворча діяльність, пропонувалися іноді музичні вправи). Наприклад, такі завдання:

- зобразити тварину і далі проходити перешкоди так, як проходив би намальований герой;
- скласти предмет (будинок, стіл), щоб вийшов цілісний образ;
- пройти перешкоди під музику, дотримуючись ритму;
- виконувати вправи: як роботи; як боягузливий людина; як людина, що йде по калюжах; перестрибував калюжі; замерзлий чоловік та інше;
- пройшовши тунель, кожна дитина повинна вирішити руховий ребус.

Всякий раз діти виконували одні й ті ж рухи по-різному, ігрові перевтілення переносили дітей в світ фантазії і дарували радість. Такі завдання носили, з одного боку, комплексний характер, з іншого, - ігровий, тому що будь-яка вправа мала сюжетну основу і супроводжувалася перевтіленням дітей в якихось героїв.

Для розвитку творчої уяви і поєднання її продукту (ідей) з рухами ми використовували гри, яких немає в програмах ЗДО, зміст ігор складали самі: «Чарівний лабіринт», «Кобра і Мауглі» або, наприклад, «Прикордонники». У цій грі діти подумки перевтілювалися в прикордонників, імітуючи їх поведінку: діяли швидко, але безшумно. Перед дітьми ставилися завдання: по-перше, проповзти під «містком» так, щоб тебе не почули вороги; по-друге, проповзати потрібно різними способами, не повторюючись, за допомогою натягнутого каната перебраться на інший берег річки тощо.. Кожна дитина включалася в цю гру з великим задоволенням і виконував завдання відповідно до ролі (командир, офіцери, сержанти, солдати, собаки,

порушники). У дітей відзначався високий рівень розвитку уяви: хлопці проповзали на животі, витягувалися в струну і підтягували себе руками, пролазили на четвереньках, перекидалися, перекочувалися боком, підтягувалися, лежачи на спині і відштовхуючись ногами, вставали на «місток» і пересувалися в такому положенні; деякі виконували завдання парами: один лягав, а інший тягнув його за руки, потім за ноги. Переправлялися на інший берег за допомогою човна, інших плавучих засобів, чіпляючись рукою за канат, за допомогою плоту, в висі на руках і ногах, на одних руках і т.д. Дана гра розкрила творчий руховий потенціал кожної дитини, а уявна ігрова ситуація допомогла цей потенціал реалізувати.

З метою перевірки і закріплення творчих здібностей дітей в підсумкових заняттях проводилися ігри-естафети, які користувалися великою популярністю у дітей. Щоб вони не були нудними (чекати свою чергу), ділили дітей на маленькі підгрупи не більше 5 осіб, тим самим забезпечували більшу пропускну здатність, так як вправу завжди потрібно виконати не один раз, а 3-5 разів. Це було обов'язковою умовою в наших естафетах.

Педагог показував картинку, на якій зображений заєць, що біжить з кошиком в лапах, а в кошику лежать 5 морквин. Завдання: чия колона швидше перенесе в свій кошик стільки морквин, скільки намальовано на картинці.

1 варіант. Передаючи морквину з хвоста колони до направляючого, перші гравці кожної колони, отримавши морквину, бігли до своєї кошику і залишали її там. Потім стрибками поверталися і ставали в хвіст своєї колони, брали з коробки морквину і передавали її по колоні вперед.

2 варіант. Діти, взявшись за руки, стоячи в шерензі боком до основного напрямку присідали, роблячи «паркан». Завдання: стрибаючи через паркан по одному, діти повинні перенести морквин вдвічі більше, ніж на картинці.

3 варіант. Кошики розташовані в різних точках залу, але на однаковій відстані (від центру залу до кутів). Від колон до кошиків розставляли кеглі або куби, що оббігали діти.

Завдання: перенести морквин на 3 більше, ніж на картинці. Спостереження показували, що діти підготовчої і старшої групи цілком справлялися з такими завданнями.

Наступні ігрові завдання, що вимагають групового рішення. Наприклад, гра «Зроби фігуру». Педагог: «Діти, прийшов час нам прощатися зі звірами, але перш ніж ми підемо, проведемо змагання. Хто перший виконає вперед завдання? 1, 2, 3, до колони біжи!»

Групу ділили на підгрупи по 3-5 чоловік. З початком музичної фрази кожна колона (підгрупа) рухалася в будь-якому напрямку і виконувала вправи в русі за завданням вихователя. У момент закінчення музичної паузи вихователь казав: «Сонечко!» І кожна колона становила фігуру «сонечко» з рук, ніг і тулуба всіх гравців своєї колони. На наступну музичну паузу педагог говорив: «Драбинка!». І команди зображують драбинку. Втретє педагог називав: «Купини!». І так чергує ці завдання. На наступному занятті давали інші завдання та інше.

Картки-завдання. Роздача карток була обумовлена завданнями і змістом заняття. Дітей ділили на підгрупи, і кожна підгрупа отримувала картку-завдання. На одній, наприклад, зображені предмети: чотири скакалки, кілька риб, одна велика щука, шнур, відерця, вудка. Необхідно скласти ігровий сюжет з цими предметами. В іншій картці: обручі, кеглі, м'ячі, дві лавки і мотузка. На третій - кілька купин, жаби, лелека, цеглинки і тощо.

Перший варіант. Дітям пропонували однакові картки-завдання. Кожна підгрупа придумувала свій варіант. Другий варіант - дітям давали різні картки, і вони виконували різні завдання. Третій варіант - діти самі вибирали за бажанням картку.

Такі завдання на заняттях сприяли розвитку творчості у дітей; формували наочно-дієве і наочно-образне мислення, яке впливало на розвиток уяви. Реально-умовна ситуація таких завдань допомагала дитині створити і відтворити відповідний їй життєвий або казковий образ.

Важливу роль у розвитку творчої активності дітей грала емоційно-образна методика керівництва грою з боку вихователя. Розширюючи руховий досвід дітей, впливаючи образним словом на уяву, вихователь стимулював і направляв творчо виконавську ігрову діяльність кожної дитини.

Комплексні завдання включали в себе закріплення знань, умінь з інших видів діяльності (ознайомлення з навколишньою природою, формування елементарних математичних уявлень, розвиток мови і ін.), використовуючи ігрові завдання.

Закріплення знань в галузі формування математичних, уявлень. Завдання: закріплення навичок кількісного рахунку і розвиток швидкісно-силових здібностей - спритності і швидкості. Гра «Ведмідь і бджоли». У грі вибирають двох «ведмедів», інші - «бджоли».

За сигналом «бджоли» розбігалися, а «ведмеді» ловили їх. На наступний сигнал «ведмеді» і «бджоли» зупиняються. «Ведмеді» у себе в барлозі рахували, скільки «бджіл» вони зловили («бджолу» Олю, «бджолу» Аню, «бджолу» Мішу тощо), а «бджілки», яких не зловили, рахували у себе в вулику, скільки їх залишилося. Гра тривала, поки «ведмеді» не переловили всіх «бджіл».

Гра «Поїзд». У цій грі діти закріплювали порядковий рахунок і вчилися виконувати спільні колективні дії. За сигналом діти будувалися один за одним і трималися за пояс дитини, що стоїть попереду, або кожен одягав обруч на попереднього гравця. На сигнал «Зупинка біля магазину «Будинок іграшок»» вихователь запитував у дітей, скільки на вітрині іграшок, або питав за видами (скільки ляльок, ведмедиків, машин). Діти давали правильну відповідь. Наступна зупинка - «Зоопарк». Вихователь показував на звірів,

що сидять в клітках, і питає, скільки їх. Потім на наступних зупинках питає, скільки великих качок плаває в озерці і скільки маленьких каченят. Далі зупинка у дитячого саду.

Під час руху діти виконували завдання: скласти короткий і довгий поїзд; поїзд йде швидше, повільніше; як стукають колеса; як поїзд подає сигнал; як майстер підтягує гайки і ін. завдання.

Гра «Школа Ма-Ка-Ка». У ній діти закріплювали кількісний і порядковий рахунок, основні види рухів: стрибки, лазіння. Віршований текст і рухові дії, пов'язані з сюжетом гри, викликали не тільки захоплення і задоволення, але і змушували дітей фантазувати і виконувати вправи більш правильно і точно. «Звірі місцем помінялися, діти знову тут з'явилися, білка стрибнула за Іру, мишка сховалася за Інну, їжак поповз в кущі за грушею, захотів він з'їсти вже тут же. Скільки тут звірів залишилося? Порахували - немає трохи».

Гра «Геометричні фігури», в якій діти закріплювали знання про коло, лінії, квадрат, криві, а також вдосконалювали бігові та стрибкові вправи в різних поєднаннях (по колу, спіраллю, вісімкою, змієюю і ін.), розвивали орієнтування в просторі. Крім того, в грі закладено подолання перешкод різного характеру.

Гра «Від 1 до 10». Гра на закріплення порядкового рахунку і розвиток швидко-силових здібностей. Діти будувалися в колони. На відстані, навпроти кожної колони, коло на підлозі, розділене на 10 частин. Біля кожного кола лежать цифри в безладді. За сигналом перші гравці кожної команди біжать до кола, шукають цифру 1 і кладуть її в один з секторів. Назад повертаються стрибками. Далі передають естафету наступному гравцеві в своїй команді. Той проробляє той же шлях, але шукає цифру 2 і кладе праворуч від цифри 1 тощо. Виграє команда, яка першою зібрала всі 10 цифр по порядку.

Гра «Великий і маленький». Ігри, в яких використовувався наочний матеріал (картинки із зображенням високого і низького будинку, великого і

маленького яблука, короткого і довгого олівця). За сигналом кожна команда або гравець збирали в дві коробки предмети, в одну всі великі: високі будинки, великі яблука і довгі олівці, в іншу - дрібні: низькі будинки, маленькі яблука і короткі олівці.

В іншому випадку діти складали довгі і короткі предмети, в третьому - в одну коробку квадрати і трикутники, в іншу - прямокутники і предмети круглої форми.

Гра «Коли це буває?» Вона використовувалася при закріпленні досвіду орієнтування в часі (ранок, вечір, день, полудень, ніч). На ігровому майданчику розкладені кружечки: рожеві - ранок, блакитні - день, білі - полудень, жовті - вечір, чорні - ніч. Текстом ми давали завдання, а діти, визначаючи час доби, швидко займали відповідні кружечки. Кружечків всіх кольорів, на один менше, ніж гравців. Хто залишився без місця вибував з гри. Після цього по одному кружечку знову прибирали, і гра тривала. Гру ускладнювали або додавали більш важкі завдання (стрибки, вправи з м'ячами, іграшками, скакалками тощо.).

Пропонуємо гри, пов'язані з методикою розвитку мовлення.

1. Гра «Ведмедик-невіглас». У даній грі мама-ведмедиця вчила ведмедика правильно поводитися в суспільстві. Ведмедик все робив навпаки. Всі ролі виконували діти, текст читав вихователь.

2. Гра «Річка біжить». Завдання: підбирали синоніми до словосполучень. Діти беруться за руки і йдуть по колу. Педагог пропонує підібрати синонім до словосполучення: «Річка біжить». Як сказати по-іншому? Варіанти: тече, ллється, дзюрчить, струмує, шумить. Хто придумував слово, плескав у долоні, оббігав коло і ставав в інше місце, де утворювався новий коло з дітей, які придумали синоніми до цього слова в словосполученні. Потім давали інші завдання, і так до тих пір, поки всі діти не перейдуть до наступного кола.

3. Гра на розвиток елементів логічного мислення. В якості моделі використовували «класифікаційне дерево», яке дозволяло наочно уявити

ієрархію понять. Наприклад, древо для понять «людина» (родове), «чоловік» і «жінка», «дитина», «дівчинка», «хлопчик», «бабуся», «дідусь». У даній грі (естафеті) діти збирали «древо-людина» з картинок і паличок. Для більш складного варіанта додавали і частини тіла людини.

4. Гра «Моя сім'я». За завданням вихователя діти підгрупою або індивідуально виконували певні рухові завдання (тато їде на машині на дачу, мама танцює, брат тренується тощо), а в кінці гри з кубиків з буквами становили слова з іменами членів своєї сім'ї. За таким же принципом будувалися і інші ігри: «Мій дім», «Зоопарк», «В лісі», «Мої друзі» тощо.

Отже, ми вважаємо, що комплексні завдання на фізкультурних заняттях: сприяли не тільки фізичному, але і психічному розвитку дошкільників; збагачували знання дітей про навколишній світ, явища природи, побуту; сприяли розвитку логічного мислення і допомагали вихователю ефективно готувати дітей до навчання в школі.

Самостійні завдання спрямовані на розвиток координації та орієнтування в просторі, розвиток розумових і творчих здібностей, а також на придбання досвіду самостійності.

1. На картці-завданні намальовано кілька видів постави, діти знаходили правильну поставу і показували її не тільки на картинці, але і відтворювали самі з поясненням виконуваної дії.
2. На картці-завданні зображені два варіанти одної і тієї ж вправи: один правильний, інший з дефектами. Дітям пропонували знайти правильну вправу і обґрунтувати педагогу правильність свого вибору.
3. На картці зображені кілька вправ, які виконувалися в певній послідовності (на картці намальовані різновиди стрибків у певній послідовності).
4. На картці зображено 10 рукавичок, на кожній свій малюнок. Діти по дорозі, стрибаючи з купини на купину, збирали парні рукавички.
5. На картці намальований будиночок з 6 паличок. Завдання: кожному гравцеві побудувати будиночок на протилежному боці з 6 паличок,

переносячи їх по одній. Педагог віршованим текстом просив виконати завдання: «Ось 6 паличок в руці, будиночок я несу до межі. Швидко будиночок зберу, і тому я втечу!»

Завдання-ромашки. Ромашка розміром 1х1м і зроблена з щільного паперу або з картону, лицьова частина виконана в кольорі як справжня ромашка. На зворотному боці кожної пелюстки намальовано завдання. У ромашці 6 пелюсток і 6 завдань.

Схеми-завдання. Діти вибирали собі картку, на якій зображено два завдання- малюнок: перше - виконання фізичної вправи, друге - математичне. Наприклад, перше: хлопчик набиває м'яч об підлогу (рахує кількість разів), друге: намальований телефон без цифр (записати кількість набитих м'ячем раз). У першому завданні дитина набивала м'яч, у другому - вписувала потрібні цифри. Таким чином, ми поєднали фізичну і математичну вправу, зробивши основний акцент дитини на самоконтролі виконання даного завдання.

Наступне завдання: наприклад, в гості приходить чарівний герой і приносить з собою чарівний мішок. Діти розбирали подарунки, принесені гостем: це кубики, на кожній стороні яких зображено завдання і цифра. Завдання виконується стільки разів, скільки показує цифра на кубіку. Дитина самостійно його виконувала, при цьому контроль здійснювала як сама дитина, так і герой, який приніс чарівні кубики.

В процесі проведення ігрових занять педагог поступово готував дітей до самостійної роботи: допомагав малюку впоратися із завданням; продумував прийоми спілкування з дітьми; сприяв їх емоційній зацікавленості при сприйнятті змісту; уточнював наочно-образну ситуацію на картинці.

В результаті систематичної роботи всі діти успішно освоювали вправи, правильно, свідомо відповідали на них практичними рухами. Вони добре орієнтувалися в словесних завданнях і чітко переводили їх в руху. Діти старшої і підготовчої груп самостійно давали нескладний варіант будь-

якого руху і придумували нову комбінацію із знайомих їм рухових елементів.

Підводячи підсумок, можна зробити висновок, що ігрові заняття успішно вирішують освітні, оздоровчі і виховні завдання. У процесі занять діти освоювали нові ігрові вправи, які вплинули на підвищення рівня фізичної підготовленості і сприяли творчому розвитку, вони допомогли багато чого довідатися: про явища природи, звички тварин, види транспорту; про назви спортивного обладнання та інвентарю, спортивних терміни, назви видів спорту; про властивості предметів: м'ячів, скакалок, кубів, обручів, кілець, води. Крім того, ці заняття розвивали мовленнєві і образотворчі навички, розширювали найпростіші математичні дії, вчили рахунку.

Таким чином, заняття, що включають новий зміст вправ ігрового характеру і змодельовані різні варіанти ігрової практики для дітей дошкільного віку, а також розроблена методика комплексного використання ігрових занять надають можливості для підвищення рівня рухової підготовленості та рівня функціональних показників у дошкільників. Для дітей створюються умови для формування навичок самостійної діяльності і творчої активності на фізкультурних заняттях.

2.3 Зміни показників функціонального стану старших дошкільників в процесі педагогічного експерименту

На підставі комплексного використання гри в умовах ЗДО здійснювалася оцінка функціонального стану старших дошкільників. Розглядаючи динаміку функціонального стану в досліджуваних групах, слід зазначити, що у всіх дошкільників рівень функціонального стану став вище за всіх досліджуваних показників як в контрольній, так і в експериментальній групах.

Аналіз результатів функціональних показників в цілому дозволив відзначити зростання морфофункціональних якостей експериментальної групи в порівнянні з контрольною. Разом з тим приріст досліджуваних

показників в контрольній та експериментальній групах був різним як у хлопчиків, так і у дівчаток.

У процесі педагогічного експерименту аналізувалися якісні функціональні характеристики показників у дівчаток контрольної і експериментальної груп, а також ступінь приросту і достовірність відмінностей досліджуваних показників між групами.

На початок експерименту були досліджені показники: сила м'язів правої кисті, життєва ємкість легенів, час затримки дихання на вдиху, частота серцевих скорочень в спокої у хлопчиків і дівчаток в обох групах.

Порівняльний аналіз отриманих результатів свідчить про відсутність достовірних відмінностей між досліджуваними показниками обох груп, зокрема, достовірних відмінностей між дослідженими показниками дівчаток контрольної і експериментальної груп на початку педагогічного експерименту не виявлено. Це вказує на однорідність сформованих груп, що входило в методику проведеного експерименту.

На завершальному етапі експерименту приріст функціональних показників у дівчаток контрольної і експериментальної груп виявився різним. Зазначена різниця в ступені приростів функціональних показників зажадала виявлення статистично достовірних відмінностей в досліджуваних показниках між групами. Аналіз результатів, виявив, що динаміка всіх досліджуваних показників функціонального стану у дітей експериментальної групи вище аналогічних показників контрольної групи. Збільшення рівня функціональних показників у дітей експериментальної групи обумовлено, з одного боку, фактором природного фізичного розвитку, що підтверджує генетичну залежність основних морфологічних показників. З іншого боку, отримані результати свідчать про ефективності цілеспрямованих педагогічних впливів занять ігрового характеру, які використовуються в системі.

У контрольній групі у дітей найбільший приріст виявився в показниках ЖЄЛ і часу затримки дихання на вдиху. Приріст досліджуваних показників

(сила м'язів правої руки, ЖЄЛ, час затримки на вдиху, ЧСС) виявився меншим, ніж в експериментальній групі, і склав 18,4%, 14,3%, 30,5%, 13,6%, відповідно. Ймовірно, з одного боку, це залежить від чинників зовнішнього середовища, в тому числі від фізичного навантаження, з іншого боку, можливо, зумовлено індивідуальними відмінностями в темпах дозрівання, так званою внутрішньогруповою акцелерацією, яка відбилася на середніх величинах групового результату.

Позитивні зміни в педагогічному експерименті підтверджуються в функціональних показниках у дівчаток як в експериментальній, так і в контрольній групах, що відбилося на досить хороших темпах приросту їх морфофункціонального статусу і достовірності відмінностей між групами (від $p < 0,01$ до $p < 0,001$).

Підсумкові результати свідчать, що темпи приросту функціональних показників у дітей експериментальної групи перевищують аналогічні показники контрольної. Середньогрупова величина приросту зазначених функціональних якостей у дітей контрольної групи склала: сила м'язів правої кисті -25%, ЖЄЛ - 19,2%, час затримки на вдиху -27,5%, ЧСС -14,2%. Найбільший же приріст цих показників виявився у дітей експериментальної групи - 35,6%, 48,0%, 41,4%, 19,2%, відповідно.

Значне підвищення темпів приросту спостерігалось у хлопчиків експериментальної групи. Менший приріст всіх досліджуваних показників підтвердився в контрольній групі.

Аналіз результатів виявив, що у дітей експериментальної групи в показнику сили правої кисті приріст достовірно вище на 10,6%. У показнику ЖЄЛ приріст вище на 26,8%, часу затримки дихання на вдиху вище на 13,9% і ЧСС вище результатів у контрольній групі на 5%.

Значне підвищення темпів приросту спостерігалось у дітей експериментальної групи. Менший приріст всіх досліджуваних показників підтвердився в контрольній групі.

Проведений аналіз середніх показників функціонального стану дітей експериментальної і контрольної груп виявив, що зростання морфофункціональних характеристик експериментальної групи достовірно вище в порівнянні з контрольною на рівні значущості.

Отримані дані вказують на певні позитивні зміни показників у дітей експериментальної та контрольної груп. Це вказує на відносно стійку зміну в ряді показників дошкільників експериментальної групи і побічно підтверджує ефективність запропонованих ігрових моделей та методики ігрових занять.

Проведений аналіз виявив, що змінилися показники сили м'язів правої кисті, час затримки дихання на вдиху, що пояснюється, по-перше, триваючим розвитком систем організму дошкільників даного віку, по-друге, розвитком м'язової системи і дрібної моторики рук в результаті використання великої кількості ігрових вправ, по-третє, рівнем рухового режиму.

Зміна функціональних показників, як в експериментальній, так і в контрольній групах після педагогічного експерименту визначається як позитивна. Виявлено, що за усіма дослідженими показниками функціональних характеристик дошкільників експериментальної групи перевершували своїх однолітків з контрольної групи.

Таким чином, проведене дослідження виявило достовірно більш високі показники всіх досліджених функціональних характеристик у дошкільників експериментальної групи після проведення експерименту. З аналізу даних видно, що найбільш значущі зміни відбулися в експериментальній групі в порівнянні з даними, отриманими у дошкільників контрольної групи.

На наш погляд, це свідчить про ефективність реалізації дошкільниками експериментальної групи ігрових моделей і розроблені методичні умови ігрових занять у фізичному вихованні зі старшими дошкільниками.

Виходячи з того, що темпи зростання фізичних показників дитини служать критерієм, що визначає його потенційні можливості, а також

об'єктивно характеризують якість і ефективність запропонованої методики, оцінити кондиційні здібності дошкільників можливо за темпом приросту показників фізичних якостей.

Розглядалася динаміка показників фізичної підготовленості дітей, які входять до складу експериментальної і контрольної груп, а також ступінь приросту і достовірність відмінностей досліджуваних показників між групами.

На початку педагогічного експерименту за всіма досліджуваними показниками контрольної та експериментальної груп, що відображають рівень фізичної підготовленості, статистично достовірних відмінностей між середніми показниками у дітей виявлено не було.

Це пояснюється тим, що групи на початок педагогічного експерименту були сформовані з однаковим рівнем фізичної підготовленості, одного віку і, відповідно, одним рівнем фізичного розвитку.

Найменший приріст спостерігався у розвитку швидкісних здібностей, достовірною величиною якого в бігу на 30 м. Склала 10%, а в показнику координаційних здібностей (човниковому бігу) величина приросту - 5,5% відповідно. У показнику фізичної якості (гнучкість) величина приросту спостерігалася найбільша: 61,3%. Необхідно відзначити, що дані результати показників за шкалою оцінок темпів приросту фізичних якостей відповідають оцінці «задовільно» в розвитку швидкісних і координаційних здібностей (біг 30м.), в швидкісно-силових (метання м'яча) оцінюється «відмінно», а в інших фізичних якостях відповідно «добре», були досягнуті за рахунок природного зростання і цілеспрямованої системи фізичного виховання.

В експериментальній групі найбільший приріст спостерігався в показнику швидкісно-силових здібностей (метання м'яча), де приріст показників високий - 17,6%, і стрибок в довжину з місця збільшився на 11,3%. У розвитку координаційних здібностей (човниковий біг) приріст показників становить 7,2%, в швидкісних (біг 30м.) збільшився на 8,3%.

Аналіз середніх величин показників в експериментальній і контрольній групах виявив, що вони в експериментальній групі достовірно вище, ніж у контрольній, на рівні значущості. Відзначається більший приріст за показниками фізичної підготовленості в експериментальній групі в порівнянні з контрольною, обумовлений використанням ігрових вправ в експериментальних заняттях.

На початку другого етапу експерименту було проведено тестування з рухової підготовленості дітей. В результаті дослідження в експериментальній групі виявлено такі результати: найбільший приріст в показнику гнучкості - 56,3%, в показнику метання м'яча він склав 18,3% і оцінюється «відмінно», в показнику «стрибок» в довжину він збільшився, відповідно, на 14,2%, в швидкісних і координаційних тестах приріст невисокий - 13,0% і 10,8.

У контрольній групі об'єктивну картину представляють наступні показники: стрибок в довжину з місця, метання м'яча і біг 30м., відповідно, зросли на 11%, 12,5% і 10,4% і оцінюються за шкалою оцінок як «добре», а в показнику гнучкості виявлено високий приріст - 61%.

Так, у дітей експериментальної групи, отримані середні величини за усіма дослідженими показниками достовірно вище результатів у контрольній групі.

Порівнюючи результати підсумкового тестування дітей, необхідно відзначити очевидну різницю в показники фізичної підготовленості в контрольній та експериментальній груп. Так, у дітей, що входять до складу експериментальної групи, найбільший приріст спостерігався в показнику гнучкості, який склав 140,5%, в швидкісно-силових показників - стрибок в довжину з місця покращився на 27,2% і метанні м'яча - на 34,3 %. У показниках швидкісних і координаційних склав 20,3% і 17,2. Ці дані за шкалою оцінок темпів приросту фізичних якостей дітей дошкільного віку оцінюються на «відмінно». Так, в контрольній групі приріст високий: в тесті на гнучкість - 100%, в метанні м'яча і стрибок в довжину з місця, відповідно,

- 27,9% і 18,1%. Показника швидкісних і координаційних нижче, ніж в інших тестах, - 14,9% і 9,8%. Отримані середні величини у всіх показниках достовірно вище результатів у контрольній групі.

Таким чином, аналіз отриманих результатів дає підставу стверджувати, що в кінці експерименту у дітей експериментальної групи відбулося достовірне підвищення рівня їх фізичної підготовленості у всіх показниках.

Достовірно високі темпи приросту фізичних показників дітей експериментальної групи, на наш погляд, обумовлені експериментальним фактором; використанням ігрових занять в системі педагогічного контролю фізичних показників дітей.

Таким чином, результати показників експериментальної групи оцінюються за шкалою оцінок як на «відмінно». Середньовікова величина приросту у всіх показниках спостерігається вище, ніж у контрольній групі.

Певне покращення в експериментальній групі пояснюється тим, що закладена підготовленість дошкільників експериментальної групи продовжує підвищується, оскільки збільшений обсяг рухової активності стає для них звичним, а ігрові заняття, побудовані на інтересі і емоційному підйомі, сприяли виконанню більшого обсягу фізичного навантаження.

У підсумку результати дослідження підтверджують припущення про те, що впровадження ігрових моделей і розроблених методичних умов в ігрову практику в фізичному вихованні старших дошкільників сприяють підвищенню рівня рухової підготовленості хлопчиків і дівчат експериментальної групи зі статистичною достовірністю за усіма дослідженими показниками на рівні значущості.

Виявлена різниця в темпах приросту свідчить про високий рівень фізичних якостей хлопчиків експериментальної групи. Це підтверджують статистично достовірні відмінності в показниках рухової підготовленості хлопчиків контрольної і експериментальної груп.

Таким чином, отримані результати дослідження темпів приросту показників рухової підготовленості хлопчиків експериментальної групи

підтверджують високу ефективність використання ігрових занять в фізичному вихованні старших дошкільників.

Старші дошкільники в умовах цілеспрямованої педагогічної діяльності успішно опановують елементами рухливих і спортивних ігор, ігрових завдань і вправ, що, на наш погляд, є одним з основних шляхів розвитку рухових здібностей.

В кінці першого етапу педагогічного експерименту виявлено розходження: перевищення ряду досліджених показників (вміння вибрати рухливі ігри для заняття; вміння виконувати ігрові завдання; вміння підвести підсумки заняття з рухливими іграми, ігри з бігом і стрибками, ігри з використанням групових дій, ігри на логічне мислення) в групі дошкільників експериментальної групи в порівнянні з дошкільниками з контрольної групи. Це пояснюється тим, що в якості засобу виховання використовували вдосконалену модель ігрового характеру з новим змістом фізичних вправ: ігри-естафети, ігрові вправи, ігрові завдання і рухливі ігри, що містять різноманітні комбінації рухів.

Після закінчення педагогічного експерименту спостерігалися зміни за показниками техніки ігрових вправ і були виявлені достовірні відмінності між групами за наступними досліджуваними показниками: знання, вміння вибрати гру, виконувати ігрові завдання, підготувати місце для гри, вміння ускладнити гру і підвести підсумок гри. За іншими показниками також виявлені відмінності між експериментальною і контрольною групами.

Найбільші зміни в педагогічному експерименті відбулися в наступних показниках: ігри з бігом і стрибками, ігри з використанням групових дій, ігри на логічне мислення, ігри з метанням. Це свідчить про те, що на останньому етапі експерименту в програму вводився фактор незвичності (більш складні координаційні рухи) при виконанні звичних дій, які висувають додаткові вимоги до руховим можливостям дошкільників.

За всіма досліджуваними показниками виявлена позитивна динаміка і висока вірогідність зростання фізичних показників у дошкільників

експериментальної групи узгоджується з достовірними змінами комплексу функціональних показників і інтелектуальних здібностей дітей.

Крім того, кількісний аналіз приросту рівня фізичних якостей дошкільників експериментальної групи дозволив оцінити вплив і ефективність цілеспрямованих педагогічних впливів при комплексному підході до ігрової діяльності.

Таким чином, підбиваючи підсумок, можна зробити висновок про те, що проведене дослідження експериментальної роботи та аналіз отриманих результатів підтверджує гіпотезу дослідження, що реалізовані ігрові моделі з використанням творчих, сюжетно-рольових завдань комплексного характеру підвищили рівень фізичних і функціональних здібностей дітей старшого дошкільного віку.

Висновки до другого розділу

1. Вивчено стан проблеми дослідження в психолого-педагогічній літературі і обґрунтовано, що істотну роль в розвитку і навчанні старших дошкільників належить методу гри.

2. Встановлено, що розробка моделі ігрової практики дітей, нового змісту фізичних вправ ігрового характеру, основу якого складають творчі, самостійні і комплексні види ігрових завдань, пов'язаних з розвитком мови, розумових операцій, формуванням математичних уявлень, сприяла розвитку фізичних і творчих якостей для реалізації рухових завдань.

3. Розроблені блоки «Пізнання» та «Розвиток» з метою реалізації комплексного підходу використання гри створювали широкі можливості для прояву пізнавальної самостійності, підвищували інтерес до занять ігрової спрямованості, сприяли взаємопов'язаному фізичній і особистісному розвитку дітей.

4. Створена модель гри «Творчість», в основі якої лежать закономірності формування рухових навичок, сприяла успішному оволодінню дітьми новими ігровими уміннями і вдосконаленню освоєних ігрових вправ. Результатом гри з'явилися активізація уваги, розвиток творчості, усвідомлення способів досягнення рухової завдання.

5. Розроблені організаційно-методичні умови комплексного використання гри дозволили реалізувати вибір змісту, форм, методичних прийомів, що сприяло підвищенню рівня рухової і функціональної підготовленості дошкільників, і, як результат, прискорювався процес оволодіння дітьми вправами ігрової спрямованості. Проведена дослідно-експериментальна робота показала свою ефективність:

- ✓ виявлено, що за всіма показниками функціональних характеристик дошкільниками в ЕГ переважали своїх однолітків з КГ.

- ✓ рівень фізичної підготовленості в цілому, як і за окремими показниками у дітей в ЕГ, відображає більш значущі достовірні зміни в порівнянні з дошкільниками КГ.
- ✓ створення і реалізація ігрових занять за розробленою нами методикою дозволяють статистично достовірно покращувати в експериментальній групі наступні характеристики: функціональні показники; рухову підготовленість; сформованість навичок володіння окремими ігровими елементами

6. Загальні позитивні результати проведеної експериментальної роботи дозволяють вважати поставлену мету досягнутою; висунуту гіпотезу - підтвердженою; завдання дослідження – виконаними.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз наукової літератури засвідчив свідчать про те, що сьогодні переважна кількість дітей має одне або кілька захворювань, лише п'ята частина малюків народжуються цілком здоровими, у кожної третьої дитини фіксуються відхилення у фізичному або психічному розвитку, смертність удвічі переважає народжуваність. У дітей дошкільного і шкільного віку переважають захворювання органів дихання, травлення, серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату, нервової системи.

2. Провідне місце на етапі дошкільного онтогенезу займає ігрова діяльність. Низка досліджень вказує на глибокий інтерес науковців до розв'язання проблеми розроблення та впровадження ігрових технологій в практику фізичного виховання дітей дошкільного віку. Як бачимо, ігрові технології мають великі можливості для розвитку фізичних можливостей, когнітивних процесів, морально-вольових, соціальних, комунікативних здібностей та характеру дитини. Незважаючи на значну кількість досліджень, проблема рухливих ігор в системі ЗДО залишається невивченою. Недостатньо повно розкриваються питання ігрової форми навчання фізичним вправам, методики проведення ігрових занять.

3. Численні дослідження педагогів, психологів, фізіологів доводять, що гра є формою підготовки дитини до повноцінної соціальної діяльності, формою підготовки дітей до життя в суспільстві і до праці, формою пошуково-експериментальної поведінки, формою організації дитячого життя, формою самовиховання і виховання колективу, формою мови спілкування, формою розвитку творчих здібностей.

4. Результати формувального експерименту дають підстави стверджувати, що заняття, які спираються на створену методичну основу, мають: по-перше, освітнє значення: вони забезпечували навчання рухам і руховим діям; по-друге, розвивали фізичні якості; по-третє, створювали умови для самостійного пізнання навколишньої дійсності в руховій сфері за допомогою власних зусиль дитини; по-четверте, сприяли в процесі навчання

рухових дій розвитку емоційної сфери; по-п'яте, виховне значення: завдяки руху діти швидше виявляли розумну сміливість, рішучість, упевненість в своїх силах; в-шостих, розвивали творчі здібності і самостійність у вирішенні рухового завдання.

5. Змодельовані під час експериментальної роботи різні варіанти ігрової практики для дітей дошкільного віку, а також розроблена методика комплексного використання ігрових занять надають можливості для підвищення рівня рухової підготовленості та рівня функціональних показників у дошкільників.

6. Після закінчення педагогічного експерименту спостерігалися зміни за показниками техніки ігрових вправ у дітей експериментальної групи і були виявлені достовірні відмінності між групами за наступними досліджуваними показниками: знання, вміння вибрати гру, виконувати ігрові завдання, підготувати місце для гри, вміння ускладнити гру і підвести підсумок гри.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксьонова О.П. Школа розумного руху : програма фізичного виховання в системі “ДНЗ – початкова школа” . Запоріжжя : ЗАППО, 2010. 62 с.
2. Антропова М.В., Г.В. Бородкина, Л.М. Кузнецова [и др.]. Здоровье и функциональное состояние сердечно-сосудистой системы школьников, завершивших начальное обучение. М.: Школа здоровья, 2000. № 3. С. 16–21.
3. Апанасенко Г.Л. Попова Л.А., Магльований А.В. Санологія (медичні аспекти валеології) : підручник [для лікарів-слухачів закл. (факульт.) післядипл. освіти]. Л.: Кварт, 2011. 303 с.
4. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / наук. кер. : А.М. Богуш, дійсний член НАПН України, проф, д-р пед. наук; авт. кол-в : А. М. Богуш, Г. В. Беленька, О. Л. Богініч, Н. В. Гавриш, О. П. Долинна, Т. С. Ільченко, О. В. Коваленко, Г. М. Лисенко, М. А. Машовець, О. В. Низковська, Т. В. Панасюк, Т. О. Пироженко , Т. І. Поніманська, О. Д. Сидельникова, А. С. Шевчук, Л. Ю. Якименко. *Спецвип. журн. “Вихователь-методист дошкільного закладу”*. К., 2012. 30 с.
5. Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека. М.: Теория и практика физ.культуры, 2009. 218 с.
6. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения. Київ: Олімп. л-ра, 2009. 528 с.
7. Безруких М.М., Сонькин ВД., Фарбер ДА. Возрастная физиология : Физиология развития. М.: Академия, 2002. 416 с.
8. Богініч О.Л. Сутність здоров’язберігаючого середовища у життєдіяльності дітей дошкільного віку. *Вісник Прикарпатського університету. Педагогіка*. Івано-Франківськ : ПНУ ім. В. Стефаника, 2008. Вип. XV II–XV III . С. 191-199.

9. Ващенко О. Готовність педагога до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі . *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 8. С. 1- 6.
10. Богініч О. Л. Фізичне виховання дітей дошкільного віку засобами гри: навч. посіб. М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. 2-ге вид., стереотип. К.: НПУ, 2003. 140 с.
11. Богініч О.Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. Київ : Шк. світ, 2007. 120 с.
12. Боднарчук О.М. Взаємодія школи та сім'ї у фізичному вихованні учнів перших класів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: [спец.] 24.00.02 *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення*. Л., 2013. 20 с.
13. Бойко Ю. В. Пластик-шоу-класик (або з чого починати засвоювати цю технологію у дошкільному навчальному закладі) : Вип. 1. Вінниця : ТОВ "Нілан-ЛТД", 2013. 36 с. : іл.
14. Булич Э.Г., И.В. Мурахов. Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции. К.: Олімп. л-ра, 2003. 424 с.
15. Бурова А. Гра – ефективний засіб виховання самостійності дітей дошкільного віку . *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2010. № 5. С. 17–27
16. Бусел В. Т. Великий тлумачний словник сучасної української мови / В. Т. Бусел. Київ, Ірпінь: Перун, 2005. 728 с.
17. Бусловская Л.К. Здоровьесбережение в начальной школе и адаптация детей к учебным нагрузкам. *Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт*. 2013. с. 9–12.
18. Ващенко О. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах / О. Ващенко, С. Свириденко . *Директор школи*. 2006. №20. С. 12-15.

19. Вершинин М.А. Методика комплексного использования подвижных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста / М.А. Вершинин, Д.В. Решетов . *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. 2009. № 9 (55).
20. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 128 с.
21. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський. — Львів : ВНТЛ, 1998. 335 с.
22. Вільчковський Е. С. Теорія й методика фізичного виховання дітей дошкільного віку / Вільчковський Е. С. – Л. : ВНТЛ, 1998. – 336 с.
23. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч.посіб. 2-ге вид., перероб. та доп. Суми: «Університ. книга», 2008. 428 с.
24. Вольчинський А. Я. Українські народні рухливі ігри в системі фізичного виховання дошкільнят : монографія / А. Я. Вольчинський, Н. О. Вольчинська. – Луцьк : РВВ “Вежа” ВНУ ім. Лесі Українки, 2009. 146 с.
25. Вольчинський А. Я. Педагогічні умови застосування українських народних ігор у фізичному вихованні дітей 5–6 років : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.02 *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення* . Луцьк, 1998. 16 с.
26. Вплив мікросередовища на стан здоров'я дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, які проживають в екологічно несприятливих районах / Антипкін Ю. Г., Арабська Л. П., Толкач С. І. [та ін.]. *Перинатология и педиатрия*. 2005. № 1/2 (23). С. 92—95.
27. Всесвітня організація охорони здоров'я «Цель устойчивого развития в области здравоохранения» [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.who.int/topics/sustainabledevelopmentgoals>.

28. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам: старший возраст. Москва : ВЛАДОС, 1999. 262 с.
29. Глобальная стратегия охраны здоровья женщин и детей /. ВОЗ, 2010. 23 с. [Электронный ресурс]. — Режим доступа : [http://www.who.int/publications/list/pmnch_strategy_2010/ ru/](http://www.who.int/publications/list/pmnch_strategy_2010/ru/).
30. Говорушина Т. К. Особенности формирования здоровьесберегающей среды в 92 учреждении дополнительного образования детей: автореф. дис. на соиск. учен. степ. к.п.н.: спец. 13.00.01 - Великий Новгород, 2005. 26 с.
31. Гончаренко С. Український педагогічний словник . Київ : Либідь, 1997. 376 с.
32. Дворкина Н.И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие . Москва : Советский спорт, 2005. 184 с.
33. 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.
34. Долинна О. Про організовану і самостійну діяльність дітей у дошкільному навчальному закладі / О. Долинна, О. Низковська . *Дошкільне виховання*. 2010. № 10. С. 7–15.
35. Доман Г. Как сделать ребенка физически совершенным / Глен Доман. Москва : Аквариум, 2000. 336 с.
36. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / авт.-упоряд. Л.В. Калуська, З.В. Калуський, М.М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.
37. Дубогай О.Д. Комплексна методика вивчення й оцінки рухового розвитку організму молодших школярів. *Основи здоров'я та фізична культура*. 2007. №6 С. 10–13.
38. Ефименко Н. Н. Авторские тренажеры в физическом воспитании и двигательной реабилитации детей / Н. Н. Ефименко, Н. Д. Мога. – Винница, 2011. 223 с., ил.

39. Ефименко Н. Н. Горизонтальный пластический балет: новая система физического воспитания, оздоровления и творческого самовыражения детей и взрослых / Н. Н. Ефименко. — Таганрог : Познание, 2001. 176 с., ил.
40. Ефименко Н. Н. Групповой боди-тренинг взрослых и малышей 1–3 лет : методические рекомендации для родителей, педагогов и медиков / Н. Н. Ефименко, В. В. Беседа. — Винница : Эдельвейс и К°, 2008. 43 с., ил.
41. Ефименко Н. Н. Конструирование архетипических образов в коррекции двигательных нарушений у детей методом игрового полисенсорного воздействия / Н. Н. Ефименко. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. — К., 2012. . Вип. 22. . С. 69–74. — (Сер. 19 : корекційна педагогіка та спеціальна психологія).
42. Ефименко Н. Н. Коррекционный боди-тренинг взрослых и малышей до 3 лет (церебральный тип двигательных нарушений) : методические рекомендации для родителей, педагогов и медиков / Н. Н. Ефименко, В. В. Беседа. — Винница : ФОП Корзун Д. Ю., 2010. 52 с.
43. Ефименко Н. Н. Коррекционный боди-тренинг взрослых и малышей до 3 лет (шейный тип двигательных нарушений) : методические рекомендации для родителей, педагогов и медиков / Н. Н. Ефименко, В. В. Беседа . Винница : ФОП Корзун Д. Ю., 2011. 60 с.
44. Ефименко Н. Н. Коррекционный боди-тренинг взрослых и малышей до 3 лет (поясничный тип двигательных нарушений) : методические рекомендации для родителей, педагогов и медиков / Н. Н. Ефименко, В. В. Беседа. — Винница : ООО “Нилан-ЛТД”, 2012. 44 с.
45. Ефименко Н. Н. Коррекция нарушений речевого развития в “Театре физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Основные направления коррекционной работы. / Н. Н. Ефименко, Т. Н. Измайлова. Таганрог : Центр развития личности, 2007. 48 с. : ил.

46. Ефименко Н. Н. Методика игрового тестирования двигательного развития и здоровья детей в норме и при патологии / Н. Н. Ефименко. — Изд. 2-е доп. и перераб. — Винница : Эдельвейс и К°, 2004. — 132 с., ил.
47. Ефименко Н. Н. Новые подходы к физическому воспитанию и оздоровлению детей . *Инструктор по физкультуре* . 2011. № 2. С. 4–14.
48. Ефименко Н. Н. Плантография — или о чем говорят отпечатки детских стоп?! 3-е изд., исправ. и доп. Таганрог : Типография НП “ЦРЛ”, 2012. 82 с.
49. Ефименко Н. Н. Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. 6-е изд., перераб и доп. : Авторская программа / Н. Н. Ефименко. — Таганрог : ПТ Ньюанс, 2013. 68 с.
50. Ефименко Н. Н. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста / Н. Н. Ефименко. — Москва : ЛИНКА-ПРЕСС, 1999. 256 с., илл.
51. Ефименко Н. Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Театр физического воспитания и оздоровления дошкольников. Методическое пособие / Н. Н. Ефименко. — Москва : ДРОФА, 2014. 288 с.
52. Єфименко М. М. Адаптивне фізичне виховання та оздоровлення дітей / М. М. Єфименко, М. Д. Мога. Програма розвитку дошкільників з порушеннями опорно-рухового апарату. — Одеса, 2013. 42 с.
53. Єфименко М. М. Денна гімнастика пробудження / М. М. Єфименко *Дошкільне виховання*. 2014. № 4. С. 8–11.
54. Єфименко М. М. Казкова гімнастика / М. М. Єфименко. — Харків : Ранок, 2007. 64 с. : іл.
55. Єфименко М. М. Кумедні фізкультурники / М. М. Єфименко. *Дошкільне виховання*. 2014. № 2. С. 17–19.
56. Єфименко М. М. Нові підходи до класифікації рухових порушень у дітей . Зб. наук. праць Кам’янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка / за ред. О. В. Гаврилова, В. І. Співака. — Кам’янець-Подільський : Медобори-2006, 2012. Вип. XIX, у 2 ч., ч. 2. С. 281–290. (Сер. : Соціальнопедагогічна).

57. Єфименко М. М. Оптимальний руховий режим . *Дошкільне виховання*. 2014. № 7. С. 26–30.
58. Єфименко М. М. Ранкова гімнастика пробудження. *Дошкільне виховання*. 2013. № 11. С. 10–13.
59. Єфименко М. М. Сучасні підходи до корекційно спрямованого фізичного виховання дошкільників з порушеннями опорнорухового апарату : монографія / М. М. Єфименко. Вінниця : ТОВ “Нілан-ЛТД”, 2013. 356 с.
60. Єфименко М. М. Фізкультура в дитсадку : час змін . *Дошкільне виховання*. 2013. № 8. С. 18–19.
61. Жикаренцев В. В. Жизнь без границ : Концентрация ∞ Медитация / В. В. Жикаренцев. Санкт-Петербург : ДИЛЯ, 2004. 224 с.
62. Кирпиченков А. А. Компонентный состав здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении . *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*. 2011. № 1 (71). С. 51-54.
63. Кліш І.С. Фізичне виховання дітей до 3-річного віку засобами етнопедагогіки : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення* / Кліш Ірина Степанівна . Волин. держ. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2000. 20 с.
64. Козина Ж.Л. Маленькие волшебники. Веселая детская гимнастика в стихах : учеб. пособие / Ж.Л. Козина, В.Ю. Козин. 3-е изд., доп. Харьков, 2009. 78 с., ил.
65. Концепція дошкільного виховання в Україні. К. : Освіта, 1993. 16 с.
66. Кудикіна Н. В. Теоретичні засади педагогічного керівництва ігровою діяльністю молодших школярів у позаурочному навчально-виховному процесі : дис. ... д-ра. пед. наук: 13.00.01 / Надія Василівна Кудикіна. – Київ, 2004. 404 с.
67. Лахно О.Г. Інноваційні технології розвитку психомоторних здібностей у фізичному вихованні дітей 2-ого – 5-ого років життя : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 *Фізична культура, фіз.*

виховання різних груп населення / Лахно Олена Геннадіївна ; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту. Київ, 2013. 21 с.

68. Левінець Н. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти [Електронний ресурс] / Н. Левінець . *Вісник інституту розвитку дитини*. Зб. наук. праць. – Серія: Філософія. Педагогіка. Психологія. – Вип. 16. – К., 2011. – Режим доступу: http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/VIrd/2011_16/Pdf/18.pdf

69. Левінець Н. Моделювання здоров'язберігаючого середовища дошкільного навчального закладу: сучасні підходи [Електронний ресурс] / Н. Левінець. – Режим доступу: // <http://www.ird.npu.edu.ua/files/levinec.pdf>

70. Лук'янова О. М. Стан здоров'я дітей молодшого шкільного віку та шляхи його корекції / О. М. Лук'янова, Л. В. Квашніна . *Перинатологія та педіатрія*. 2004. № 1. 2004. С. 3—5.

71. Луцик І.В. Рухливі ігри в дитячому садку.– Харків : Основа , Тріада+, 2008. 110 с.

72. Макущенко І.В. Рухливо-пізнавальні ігри як ефективний компонент в доцільності центрів „Спорт для всіх“ у школах . Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С.С. Єрмакова. Харків, 2008. № 4. С. 72–75.

73. Медичні кадри та мережа закладів охорони здоров'я системи МОЗ України за 2013—2014 роки. Київ : ДЗ «Центр медичної статистики Міністерства охорони здоров'я України», 2015. 67 с.

74. Моїсеєнко Р. О. Особливості динаміки здоров'я учнів початкової та основної школи / Р. О. Моїсеєнко, Г. М. Даниленко, Л. І. Пономарьова . *Современная педиатрия*. 2013. № 1 (49). С. 13—17.

75. Морозова Т. Ю. О современных подходах к обеспечению здоровьесберегающей среды в условиях детского сада / Ю. Т. Морозова, И. Ю. Лебедеенко . *Дошкольная педагогика*. 2009. № 5. С. 4-5.

76. Національна доповідь. Цілі розвитку Тисячоліття. Україна, 2005—2015. [Електронний ресурс]. — Режим доступу : http://un.org.ua/images/stories/docs/2015_MDGs_Ukraine_Report_ukr.pdf. — Назва з екрану.
77. Новоселова С. Л. Классификация детских игр . *Источник*. 1999. —№ 2. С. 69-74.
78. Пангелова Н. Є. Методично-організаційні і оздоровчо-виховні основи фізичного виховання в дошкільних закладах малого міста : метод. рек. / Н. Є. Пангелова, М. І. Горбенко. Переяслав-Хмельницький : [б. в.], 2001. 71 с.
79. Пангелова Н.Є. Формування гармонійно розвиненої особистості дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання : [монографія]/ Наталія Євгенівна Пангелова. Переяслав-Хмельницький : ФОП Лукашевич О.М., 2013. 432 с.
80. Пивовар А. Взаємозв'язок фізичного стану і розумового розвитку старших дошкільників / А. Пивовар . *Молода спортивна наука України* : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Л., 2006. Вип. 10. Т. 1. С. 15–20.
81. Піроженко Т. Зберегти та розвинути творчу активність дитини . *Вихователь-методист*. 2010. № 5 (травень). С. 4–9.
82. Подоляка А.Є. Диференціація рухливих ігор у фізичному вихованні дошкільників 5–6 років засобами інформаційних технологій : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення* / Подоляка Анастасія Євгеніївна . Харків. держ. вкад. фіз. культури. Харків, 2011. 22 с.
83. Поніманська Т. Дошкільна педагогіка : навч. посіб. для ВНЗ / Тамара Поніманська. К. : Академвидав, 2004. 456 с.
84. Про розроблення програм для дошкільної освіти : лист МОНмолодьспорт №1/9-152 від 28.02.13 року.
85. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О. М. Степанов. Київ : «Академвидав», 2006. 424 с.

86. Розвиток “рухового інтелекту” дітей на заняттях з фізичної культури / за ред. О. П. Аксьонової, Н. Ф. Денисенко, О. І. Миронюк, С. О. Ціба. Запоріжжя, 2009. 130 с. (з ілюстр.).
87. Рунова М.О. Рухова активність дитини в дитячому садку: посіб. для працівників дошк. закл., викл. і студ. педвузів і коледжів: пер. з рос. мови. Х.: Ранок, 2007. 192 с. («Програма розвитку»).
88. Теория и методика физического воспитания. Том 2: Методика физического воспитания различных групп населения / под. ред. Т. Ю. Круцевич. К. : Олимпийская литература, 2003. 392 с.
89. Трофимова О.С. Интегрированное развитие физических способностей и мышления детей подготовительной к школе группы средствами игровой деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Трофимова О.С.— Краснодар, 2010. 25 с.
90. Філімонова Т. В. Дитяча гра в суспільному дошкільному вихованні України : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Філімонова Тетяна Віталіївна. Київ, 2003. 190 с.
91. Фомина Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика в детском саду : учеб. пособие / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова. Волгоград : ВГАФК, 2007. 244 с.
92. Характеристика діяльності служби надання медичної допомоги матері і дитині / Дудіна О. О., Моїсеєнко Р. О., Терещенко А. В. [та ін.] . *Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2015 рік*. Київ, 2016 . С. 222—280.
93. Чепелевская Л. А. Современные проблемы смертности детского населения от несчастных случаев, травм и отравлений в Украине / Л. А. Чепелевская, Е. А. Дудина, А. И. Баторшина . *Современная педиатрия*. 2004. № 2 (3). С. 19—23.

94. Швалева Т.А. Комплексное использование игры в физическом воспитании старших дошкольников : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Швалева Тамара Алексеевна.– Красноярск, 2006. 179 с.
95. Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка* / за ред. О. В. Гаврилова, В. І. Співака. — Вип. XX у двох частинах. Ч. 2. — Кам'янець Подільський : Медобори-2006, 2012. 468 с. С. 446–455. (Серія : соціально-педагогічна).
96. Шлапаченко О.А. Корекція рухової активності та пізнавальних процесів у дітей 5–8 років з ДЦП в умовах сонаторно-курортного лікування з використанням рухливих ігор : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.03 *Фізична реабілітація* / Шлапаченко Ольга Анатоліївна ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. Львів, 2008. 20 с.
97. Шуть М. М. Гра як фундаментальна технологія виховання людини. *Вихователь-методист..* 2010. № 5 (травень). С. 11–16.
98. Яковлева Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет : пособие для педагогов дошк. учреждений: в 3 ч. / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина – Москва : ВЛАДОС, 2003. Ч. 1. 320 с.
99. Яхно Є.Г. Комплексний розвиток фізичних і моральних якостей дітей старшого дошкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення*. Дніпр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. Дніпропетровськ, 2011. 21 с.

Додаток А**Рухливі ігри та ігрові вправи**

1. З ходьбою і бігом: «Ловішка», «Куточки», «Парний біг», «Ми веселі хлопці», «Зроби фігуру», «Перебіжки», «Швидко візьми», «Карасі і щуки», «Хитра лисиця», «Зустрічні перебіжки», «Бери стрічку», «Переміни предмет», «До жени свою пару», «Жмурки», «Коршун і квочка», «День і ніч», «Білі ведмеді», «Горілки», «Снігова карусель», «Два Мороза», «Совушка», «Побудуй коло», «Хто вперед прибіжить», «Чия команда швидше побудується».
2. З стрибками: «Не залишайся на підлозі», «Вище ноги від землі», «З купини на купину», «Жаба і чаплі», «Вовк у рові», «З гуртка в гурток», «Купа мала», «Коники», «Класики».
3. З повзання і лазіння: «Хто швидше до прапорця», «Ведмідь і бджоли», «Пожежні на вченні», «Переліт птахів», «Ловля мавп».
4. З киданням, метанням, ловом: «Кинь за прапорець», «Влуч у обруч» «Збий кеглю», «Збий м'яч», «Мисливці і звірі», «Хто найвлучніший», «Ловішка з м'ячем», «Школа м'яча», «Забий в ворота», «Літаючі тарілки»»
5. Ігри-естафети: «Естафета парами», «Веселі змагання», «Чарівна дорога», «За золотим ключиком», «Садіння картоплі» «Збери урожай», «Скласти слово», «Скласти цифри».
6. Ігри, забави: «Мотузочка», «Біг в мішках», «Біг парами», «Біг зі зв'язаними ногами», «Удар по м'ячу», «Пройди на ходулях», «Перетягування каната», «Хто сильніший», «Бій півнів».
7. Ігрові вправи з м'ячем (елементи футболу): обведення змієюю кеглів, передача м'яча ногами в парах, удари м'яча об стінку, удари м'ячем у ворота.
8. Рухливі ігри: «Спритні хлопці», «Проведи м'яч», «М'яч у стінку», «Гол у ворота», «Пас», «Точно обведи», «Збий кеглю».
9. Ігрові вправи з м'ячем з елементами баскетболу: «М'яч у сітку», «Підкинь-поймай», «М'яч у кошик», «Передача м'яча», «Низько-високо», «М'яч навколо себе», «М'яч по колу», «Обведи кеглю».

10. Вправи з елементами волейболу: «Злови м'яч» «Хто довше утримає м'яч», «Відбий об стінку», «Не впусти», «Точніше пас», «Точна передача», «Вчися подавати».