



Маріупольський  
державний  
університет

**ІННОВАЦІЇ  
В ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ:  
ТЕОРІЯ, ПЕРСПЕКТИВИ, ШЛЯХИ ЗАГРОВАДЖЕННЯ У  
ПРАКТИКУ**

**Збірник матеріалів  
III Всеукраїнської науково-практичної конференції**



**Київ - 2024**



Інновації в дошкільній освіті: теорія, перспективи, шляхи запровадження у практику: збірник матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної конференції, 28 березня 2024 року / за заг. ред. Ю.О.Демидова. Маріуполь: МДУ, 2024. 207 с.

**Редакційна колегія:**

**Голова**

– Микола ТРОФИМЕНКО, ректор МДУ, кандидат політичних наук, професор;

**Заступник голови**

– Олена БУЛАТОВА, перший проректор МДУ, доктор економічних наук, професор;

**Члени оргкомітету:**

– Юлія ДЕМИДОВА, завідувач кафедри дошкільної освіти, кандидат педагогічних наук, доцент;

– Катерина КРУТІЙ, доктор педагогічних наук, професор кафедри дошкільної освіти;

– Ольга ФУНТИКОВА, доктор педагогічних наук, професор кафедри дошкільної освіти;

– Світлана МАКАРЕНКО, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти;

– Оксана ПОПОВСЬКА, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти;

– Вікторія ЯЙЛЕНКО, старший викладач кафедри дошкільної освіти;

– Ірина ДЕСНОВА, в. о. завідувача кафедри практичної психології, кандидат педагогічних наук, доцент;

– Оксана ГОЛЮК, завідувач кафедри педагогіки та освіти, кандидат педагогічних наук, доцент.

Рекомендовано до друку Вченою радою психолого-педагогічного факультету  
Маріупольського державного університету  
(протокол № 10 від 28 березня 2024 року)

Статті публікуються в авторській редакції

© Колектив авторів, 2024

© Кафедра дошкільної освіти МДУ, 2024



6. STREAM-освіта, або Стежинки у Всесвіт : альтернативна програма формування культури інженерного мислення в дітей передшкільного віку / автор. колектив ; наук. керівник К. Л. Крутій. — Запоріжжя : ТОВ “ЛІПС” ЛТД, 2020. 148 с.

7. Nora S. Newcombe & Mike Stieff. Six Myths About Spatial Thinking. International Journal of Science Education. 2012. № 34:6. P. 955-971.

**Рожко С.В.,**

здобувачка 2 курсу першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
освітня програма «Дошкільна освіта»

Маріупольський державний університет, м. Київ

**Науковий керівник:**

**Поповська О.А.**

к. пед. наук, доцентка,

доцентка кафедри дошкільної освіти,

Маріупольський державний університет, м. Київ

### **ФОРМУВАННЯ ЗВИЧКИ МОЛОДШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Фізичне виховання є ключовим елементом у розвитку дітей молодшого дошкільного віку, забезпечуючи основу для здорового способу життя та оптимального фізичного та емоційного розвитку. В сучасній Україні, як і у багатьох країнах світу, актуальність цієї теми зумовлена кількома факторами:

1. Збільшення випадків ожиріння серед дітей: за оцінками Всесвітньої організації охорони здоров'я, кількість дітей з ожирінням у світі зростає, що є індикатором недостатньої фізичної активності та неправильного харчування.

2. Порушення постави та мускульно-скелетні проблеми: недостатня фізична активність сприяє розвитку порушень постави та інших мускульно-скелетних проблем у дітей з раннього віку.

3. Зниження фізичної витривалості: дослідження показують, що діти сьогодні мають меншу фізичну витривалість порівняно з попередніми поколіннями, що також є наслідком зменшення часу, проведеного в активних іграх та заняттях.

4. Емоційні та психологічні проблеми: фізична активність має позитивний вплив на емоційний стан і психічне здоров'я дітей, зменшуючи ризик розвитку стресу, депресії та тривожності [1, с. 49]

Аналіз академічної літератури свідчить про вагому увагу дослідників до проблеми фізичного виховання в дошкільному віці як невід'ємної частини розвитку здорового суспільства. Це питання залишається актуальним і добре висвітлене в дослідженнях як українських, так і міжнародних вчених (Т. Андрющенко, О. Богініч, Е. Вільчковський, А. Кошель, В. Кошель, К. Крутій, О. Худолій та інші), які внесли значний вклад, досліджуючи та розробляючи концепції та класифікації технологій збереження здоров'я [1-3].



Проблематика формування звички до занять фізичними вправами серед молодших дошкільників в контексті фізичного виховання стає особливо релевантною на тлі зростаючої тривоги за стан здоров'я молодого покоління, яке визначає майбутнє процвітання та розвиток суспільства. За останні десятиліття фіксується занепокоєння через зниження рівня фізичного здоров'я дітей, що робить питання їхнього здоров'я вкрай актуальним. В цьому контексті, важливість інтеграції фізичних вправ у повсякденне життя дітей дошкільного віку набуває нового значення, оскільки освітні програми для цієї вікової категорії постійно еволюціонують, що спричиняє зростання розумового, емоційного та психологічного навантаження. Отже, однією з ключових задач закладу дошкільної освіти є розробка освітнього процесу, що не лише зберігатиме високий рівень розумової активності дітей, але й сприятиме поліпшенню їхнього фізичного здоров'я через систематичні фізичні вправи.

У рамках сучасної системи дошкільної освіти України активно впроваджуються програми та методики фізичного виховання, спрямовані на покращення здоров'я та розвиток фізичних та психологічних функцій дитини, що сприяє збільшенню її розумового та освітнього потенціалу. Зокрема, освітня лінія «Особистість дитини» в Базовому компоненті дошкільної освіти (БКДО) встановлює ключові компетентності, такі як рухова компетентність, яка забезпечує мотивацію до регулярної рухової активності і здоров'язбережувальну компетентність, включаючи знання про здоровий спосіб життя та самопізнання, формуючи основу для здоров'язбережувальної поведінки в дошкільному віці [2].

Формування звички молодших дошкільників до щоденних занять фізичними вправами, як визначає Е. Вільчковський, є «ключовим елементом організованого педагогічного процесу фізичного виховання» [3, с. 46]. Цей процес спрямований на морфологічне і функціональне вдосконалення організму дитини, а також на розвиток основних рухових умінь та навичок через систематичні заняття фізкультурою, ранкову гімнастику та рухливі ігри, відповідно до програми дошкільної освіти. Вільчковський підкреслює значення регулярної фізичної активності для здорового розвитку та формування стійких здорових звичок у молодших дошкільників, що є фундаментом для підтримки активного способу життя у майбутньому.

Звичка до фізичних вправ в дітей молодшого дошкільного віку формується як внутрішнє спонукання через повторення та утронування дій до рівня навичок, на відміну від інтересу, який виникає після перших спроб і є результатом активності. Важливість регулярної підтримки звички підкреслена для перетворення її в стійку потребу займатися фізичними вправами. Інструктори з фізкультури та батьки несуть відповідальність за формування фізкультурних знань у дітей та розвиток відповідних технік виконання вправ, а також за стимулювання емоційного задоволення від фізичної активності.

Педагогічне спостереження вказує на недостатність уваги, приділеної педагогами створенню емоційного задоволення дітей від фізичних вправ, що є критичним для підтримки активної навчальної діяльності та формування



інтересу до фізкультури. Застосовувані заохочення «зазвичай обмежуються схваленням, сприянням та похвалою, і хоча ці заходи важливі, вони не завжди ефективно сприяють формуванню звички до фізичних вправ у дітей. Зазначається, що рівень кваліфікації освітянина впливає на кількість та якість заохочень, що застосовуються під час занять» [4, с. 278].

Основні методи виховання звички до фізичних вправ у дітей молодшого дошкільного віку охоплюють регулярність та послідовність у фізичній активності, залучення дитини через ігрову форму та поступове ускладнення вправ. Ефективним є також заохочення та позитивне підкріплення з боку батьків і вихователів, які підтримують інтерес та внутрішню мотивацію дитини.

Рухливі ігри та естафети, такі як «Мисливці і качки», «Білі ведмеді», «Тягти бука», «Чий батько дужчий?», «Хвостач», «Затягни в коло», «Перетягни лину без линви», «Боротьба навколішки», «Бій вершників», «Гопак», «Два цапки», та «Сильна рука», ефективно сприяють зростанню емоційного задоволення від занять фізичною культурою серед молодших дошкільнят [5, с. 55]. Використання цих практичних вправ та ігор є доцільним, адже вони допомагають розвивати орієнтування, швидкість реакції, кмітливість, спритність та точність, водночас виховуючи важливі соціальні якості, такі як колективізм і сміливість. Зокрема, ігри, що включають передавання м'яча, сприяють вдосконаленню навичок ловіння та передавання, важливих для командної взаємодії в нападі та захисті. Такий підхід поєднує фізичну активність з веселощами, надаючи додаткову мотивацію дітям до участі в заняттях фізичною культурою.

Отже, важливість формування звички до фізичних вправ у молодшому дошкільному віці як фундаменту здорового способу життя полягає в ефективності залучення дітей до фізичної активності через гру та позитивні емоції. Багаторазове і послідовне виконання вправ, а також підтримка і заохочення дорослих є ключовими для перетворення рухової активності в повсякденну потребу дітей молодшого дошкільного віку. Таке виховання не лише розвиває стійкий інтерес до фізичних вправ, але й закладає основу для здорового майбутнього нації.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрющенко Т. Фізичне здоров'я учнів старшого шкільного віку під впливом занять з використанням засобів скіпінгу. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2021. № 3. С. 48-55.
2. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/bazovij-komponent-doshkilnoyi-osviti-v-ukrayini> (дата звернення: 21.03.2024).
3. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму у дошкільних навчальних закладах: навч.-метод. посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2018. 126 с.
4. Кошель А., Кошель В., Калімбет О., Рябченко А., Хаблова М. Фізичне виховання дітей дошкільного віку як основа формування здоров'я сучасного суспільства. ГРААЛЬ НАУКИ, 2021. № (5). С.277-284.
5. Шепеленко Т. В., Буц А. М., Бодренкова І. О. Фізичне виховання у формуванні здорового способу життя : навч. посіб. Харків : УкрДУЗТ, 2018. 125 с.