

37  
В53

**ВІСНИК**  
**МІЖНАРОДНОГО**  
**ДОСЛІДНОГО ЦЕНТРУ**

**“ЛЮДИНА: МОВА, КУЛЬТУРА,  
ПІЗНАННЯ”**



**Том 9**

## Литература

1. Минковский Г. Пространство и время // Принцип относительности. – М.: Атомиздат, 1973. – С.173.
2. Эйнштейн А. Относительность и гравитация // Собр. науч. трудов в 4-х т., т.1. – М.: Наука, 1965. – С.219.
3. Логунов А.А., Мествиришвили М.А. Основы релятивистской теории гравитации // Физика элементарных частиц и атомного ядра, 1988, т.17, с.1.
4. Эйнштейн А. Обобщенная теория относительности и теория гравитации // Собр.Науч. трудов в 4-х т., т.1. – М.: Наука, 1965. – с.323.
5. Зельманов А.Л. К релятивистской теории анизотропной неоднородной Вселенной // труды 6-го совещания по космогонии. – М.: Наука, 1969. – С.149.
6. Форд К. Мир элементарных частиц. – М.: Наука, 1965. – С.260.
7. P.A. Dirac. M.Proc. Soc. A 117, 610(1928),118,356
8. Эйнштейн А. К электродинамике движущихся тел // Собр. науч. трудов в 4-х т., т.1. – М.: Наука, 1965. – С.18.
9. Фейнмановские лекции по физике, т.6. – М.: Наука, 1966. – С.128.
10. Эйнштейн А. О космологической проблеме // Собрание научных трудов в 4-х т., т.2. – М.: Наука, 1965. – С. 229.

## МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

**В.С.Андріанов**

*м. Кривий Ріг, Україна*

### ПРОФЕСІЙНА НАПРАВЛЕНІСТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ВИХОВАТЕЛІВ ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ТА УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

*В статтє подається методика разработки студенто-практиканто-в внедрения спортивной абетки для детей дошкольного и младшего школьного возраста.*

*This article deals with methods of introducing sports ABC to the students of pre-school and primary school age.*

Першочерговими завданнями дошкільної і початкової освіти є забезпечення фізичного та психологічного здоров'я дітей, вдосконалення дитячого організму.

Розв'язання цього надзвичайно важливого завдання залежить в значній мірі від професійного рівня вихователя дошкільного закладу, вчителя початкової школи. Кафедрою фізичного виховання проводиться значна робота щодо поліпшення методики викладання фізичної культури для дітей дошкільного виховання і молодших школярів. Навчальні програми з методики фізичного виховання нами були переглянуті і доповнені.

У процесі вивчення теорії і методики фізичного виховання дітей дошкільного віку та молодших школярів студенти засвоюють основи професійної діяльності педагога в галузі фізичного виховання цієї категорії дітей, оволодівають системою знань в галузі теорії і методики фізичного виховання, практичними вміннями та навичками з організації і проведення активних форм роботи з фізичної культури.

Ми вчимо студентів тому, що фізкультурно-оздоровча робота з дошкільнятами і молодшими школярами має бути націлена на пошук резервів повноцінного фізичного розвитку.

Одним із таких резервів є використання спортивної абетки при роботі з дітьми.

Суттю абетки є:

1. Проведення нетрадиційних проблемних лекцій, лекцій-зустрічей, лекцій-бесід, лекцій-конференцій тощо.

2. Залучення до різних видів рухливих ігор, народних ігор, ігор-естафет, змагань, спортивних ігор та вправ.

3. Організація змагальної діяльності спрямовані на вдосконалення основних природних рухів та розвитку фізичних якостей.

4. Ознайомлення дітей з термінами спортивного обладнання та суддівською термінологією.

5. Виховування соціальних стосунків між учнями, звички узгодження особистих інтересів з інтересами колективу, зміцнення дисципліни, розвиток ініціативи, самостійності.

Впровадження елементів абетки положено на прикладі проведення студенткою-практиканткою Діаконошвілі Тамари спортивного свята - «Спортивна абетка».

**Спортивна абетка  
(сценарій свята)**

Дівчинка Аліса іде з мамою у дитячий садок. Її вітає вихователь, вона іде до дітей і вони граються. Вихователь проводить ранкову гімнастику, проводиться заняття з грамоти, на якому діти вивчають абетку, потім діти йдуть на заняття з фізкультури. Повертаються в групу і лягають спати. Дівчинці Алісі наснився сон, як вона із своєю групою потрапила в незвичайну країну, яка має назву Спортивна абетка. Діти спочатку не зрозуміли, де вони знаходяться. І раптом вони побачили мешканця цієї країни, це була літера Г, яка робила ранкову гімнастику.

**Діти:** Добрий день! А ви не могли б сказати мені, де ми знаходимося? Що це за місце?

**Літера Г:** Добрий день! Ви знаходитесь у казковій країні чарівних літер.

**Діти:** Мене звать Аліса, а це мої друзі! А ви хто?

**Літера Г:** Дуже приємно! А я – літера Г.

**Діти:** А що ви робите?

**Літера Г:** Я роблю ранкову гімнастику, але не звичайну, а на літеру Г. А знаєте чому? Тому що гімнастика починається на літеру Г, а ще є багато спортивних термінів на цю літеру, таких як: гандбол, гребля... А зараз давайте зробимо разом ранкову гімнастику.

**Діти:** Ой, як це цікаво!

(Аліса разом з дітьми роблять гімнастику разом з літерою Г)

**Літера Г:** Вам сподобалось?

**Діти:** Так, а ще це дуже цікаво та корисно!

**Літера Г:** А хочете, я вас познайомлю зі своїми друзями, іншими літерами – мешканцями цієї країни?

**Діти:** Так-так, дуже хочемо!

**Літера Г:** Ну, тоді ходімо.

(Аліса, діти і літера Г йдуть до літери А. По дорозі літера Г розповідає, що у кожної літери є свої види спорту і спортивні терміни. А діти відповіли, що дуже хочуть дізнатися, які це!)

**Літера Г:** Привіт, літера А! Я зі своїми друзями, прийшли до тебе в гості, ми хочемо, щоб ти нам розповіла про види спорту і спортивні терміни на літеру А.

**Літера А:** Привіт! Я буду дуже рада вам допомогти. Альпініст – людина, яка підіймається на вершини гір.

Ця людина у житті

Не боїться висоти,

Він на гору лізе вміло

Альпіністом є сміливим.

Аквалангіст – спортсмен, який плаває з аквалангом під водою.

Цій людині глибина

Зовсім, зовсім не страшна,

Акваланг важкий він має

І на дно морів пірнає.

Акробатика – вид циркового мистецтва.

Що за вмілець та дивак  
Робить він і так, і сяк  
Може він усяк зробити,  
Все тому що акробат.

Аеробіка – вид спорту, в ході якого групою людей виконуються спортивні рухи під музику, синхронно й повторно.

Атлетика – систематичні заняття фізичними вправами, які ведуть до гармонійного фізичного розвитку.

Атлетика – корисна річ,  
Та все не просто, ясна річ,  
Лише тренуючись весь час,  
Покажеш кращий результат.  
Стрибки, метання, штанга, біг –  
Фізично розвивають всіх.

*Літера А:* Ну ось ми і розглянули основні види спорту і спортивні терміни на літеру А. А які вам найбільше запам'яталися? (відповіді дітей) Молодці!

*Літера Г:* А тепер ходімо далі, в гості до літери Б.

*Діти:* Ходімо швидше!

*Літера Г:* Ось ми і прийшли!

*Літера Б:* Добрий день! А хто це до мене завітав?

*Літера Г:* Це мої друзі, вихованці дитячого садочку. Ми прийшли до тебе в гості, щоб дізнатися які існують спортивні терміни і види спорту на літеру Б.

*Літера Б:* Добре, я дуже рада і вам допоможу.

Бадмінтон – це гра, яка ведеться воланом та ракетками. Волан відбивається тільки з повітря.

Баскетбол – це командна спортивна гра з м'ячем. М'яч потрібно закинути у кошик підвішений на висоті.

Баскетбол – цікава гра  
В неї грає дівчора.  
В кошик м'яч наш залетів  
І суперник не зрадив.

(А зараз ми з вами спробуємо влучити у кошик. У кожній команді повинна бути рівна кількість дітей. Команда підходить до лінії перед кільцем, яку визначу я і з цієї лінії по черзі будете намагатися влучити у кошик, кожна команда по черзі. Переможе той, хто більше влучить.)

Кошик – м'ячик,  
М'ячик – гол,  
А насправді – баскетбол.

Боротьба – це вид спорту, у якому потрібно покласти суперника на лопатки або змусити його доторкнутися до землі стегном чи плечем.

Бокс – це бій, який ведеться у шкіряних рукавицях на спеціальній площадці – ринг.

Добре діти, ви всі молодці !!! Ви все запам'ятали? Тож які види спорту починаються на літеру Б? (відповіді дітей).

*Літера Г:* Ви чудово все запам'ятали! А тепер йдемо до літери В.

*Діти:* Так-так, ходімо швидше!

*Літера Г:* Привіт літера В, ми прийшли до тебе вчитись. Розкажи нам, будь ласка, які існують види спорту і спортивні терміни на літеру В!

*Літера В:* Привіт! Я рада вас бачити і охоче все вам розповім.  
Весловий спорт – збірна назва різних видів спортивного веслування.

Веслування – робота веслами на судні з метою його пересування по воді.

Весляр – це спортсмен, який займається весловим спортом.

Весло – це предмет завдяки якому судно пересувається по воді.

Волейбол – це спортивна гра, в якій грають дві команди, перекидають м'яч один одному так, щоб він не торкнувся землі.

Волан – це спортивний інвентар, який використовується у грі бадмінтоні.

Ворота – це знаряддя спортивних ігор таких, як футбол, хокей та ін.

*Літера Г:* Вам сподобалось?

*Діти:* Так.

*Літера Г:* Дякуємо тобі літера В, а нам час вирушати!

*Літера В:* Була рада вас бачити, приходьте ще! До побачення!

*Діти:* До побачення!!! А яка наступна буде літера?

*Літера Г:* А зараз ми йдемо до літери Е. Ось побачите, вона вам щось приготувала.

*Діти:* Ну тоді ходімо швидше!

*Літера Е:* Добрий день діти, а я вас вже чекаю. Бо літера Г мене вже попередила, що ви прийдете в гості!

*Діти:* Добрий день!

*Літера Е:* Діти, а ви знаєте, що на літеру Е починається таке змагання, як естафета, і зараз ми позмагаємось.

(Діти діляться на три команди, і змагаються хто перший викладе квітку. У кожної дитини знаходиться якась її частина).

Ви всі добре виконали це завдання, молодці!!!

*Літера Г:* Дякуємо тобі літера Е. До побачення.

Діти, а відгадайте загадку: Струнка, тоненька ніби паличка  
Та над нею висить крапочка,  
Ніби маленька шапочка.

*Діти:* Так, відгадали, це літера – „і”.

*Літера Г:* Молодці! Наша подруга дуже сором'язлива і щоб вона з'явилася, треба всім показати, як вона виглядає. (діти показують, як виглядає літера „і”).

*Літера І:* Привіт-привіт, я рада вас бачити.

*Діти:* Літера „і”, а розкажи нам будь ласка, які спортивні терміни починаються на літеру „і”.

*Літера І:* З радістю, на літеру „і” починаються такі терміни, як інвентар, інтервал і інструктаж.

Інвентар – це предмети, завдяки яким ми виконуємо вправи. Це може бути: м'яч, скакалка, гімнастична палиця і т.д.

Інтервал – це відстань між кимось, або чимось.

Інструктаж – це розповідь-пояснення, за допомогою якої ми дізнаємось про правила гри і безпечно користування інвентарем.

*Літера Г:* Дякуємо тобі літера „і” за корисну інформацію! До зустрічі!

*Літера І:* До побачення!

*Літера Г:* Діти, а зараз ми разом з вами підемо до літери К.

*Діти:* Добрий день!

*Літера К:* Добрий день, я рада вас бачити і зараз вам розповім багато цікавого. Бо на мою літеру починається багато спортивних термінів.



*Діти:* Чекаємо з нетерпінням, і обіцяємо слухати все уважно.

*Літера К:* А зараз давайте виконаємо з вами фізкультхвилинку.

Коник плигає – скок, скок.

Прибігає ще й цапок.

Раз, два, три, чотири, п'ять

Будем разом ми стрибать.

Поскакали, пострибали.

Раз – присіли, два – привстали.

Вліво, вправо нахилились,

І як дзиги покрутились.

Ми до сонця потягнулись

І на місце повернулись.

Молодці! Ви гарно виконали всі вправи, тож якщо ви готові, то можемо продовжувати.

Карате – це вид самозахисту без зброї.

Кінний спорт – включає в себе верхову їзду, вміння керувати конем.

Ковзанярський спорт – змагання на швидкість бігу на ковзанах.

Діти відгадайте загадку: В літку відпочивають,

А взимку дітей катають.

(Ковзани)

Ковзани – спеціальне взуття для катання по кризі.

Кріль – це вид плавання.

Крос – забіг на великі дистанції.

Канат – спортивний інвентар.

Кубок – спортивна винагорода за перемогу у змаганнях.

Каток – крижаний майданчик для катання на ковзанах.

Кеглі – спортивний інвентар.

Команда – група людей, виконуючих одне і теж саме завдання.

Ось бачите, як багато існує різних термінів на літеру К.

*Діти:* Так, дуже багато!

*Літера К:* Діти, а ви запам'ятали ці терміни?

*Діти:* Так, запам'ятали.

*Літера К:* Тоді давайте пограємо з вами в гру. Я буду називати різні слова, якщо ви будете чути серед них спортивні терміни, то будете плескати в долоні, якщо – ні, то тупотіти ногами. (Літера К називає різні слова, серед яких прості слова та терміни змішані. Так вони побачать чи засвоїли діти новий матеріал).

Діти ви всі молодці! Ви добре все запам'ятали.

*Літера Г:* Дякуємо тобі літера К, тепер ми можемо йти далі.

*Діти:* До побачення!

*Літера К:* До зустрічі!

*Літера Г:* А зараз йдемо до літери Л, але перед тим, як до неї йти потрібно тепло вдягтись.

*Діти:* Добрий день, літера Л.

*Літера Л:* Привіт!

*Літера Г:* Ми прийшли до тебе в гості, щоб дізнатись які існують зимові види спорту та спортивні терміни.

*Літера Л:* Я з радістю вам розкажу, тож слухайте.

Лижі – спеціальне спортивне знаряддя для пересування по снігу.

Лижний спорт – зимовий вид змагання на швидкісну їзду на лижах по снігу.

А тепер запам'ятайте:  
Щоб на лижах покататись,  
Треба тепло вам вдягатись.  
Пам'ятайте це малята!  
Бо з морозом – годі грати!

*Діти:* Дякуємо тобі літера Л, ми все запам'ятали. До зустрічі зимою.

*Літера Л:* Бувайте здорові!

*Літера Г:* А зараз ми йдемо ще до одної зимової літери, яка зветься літера С.

*Діти:* Добрий день літера С, розкажи нам будь ласка про свої спортивні терміни і види спорту.

*Літера С:* Добрий день! Охоче розповім. Але у мене є одна умова, мене потрібно дуже уважно слухати.

*Діти:* Ми згодні!

*Літера С:* Тож слухайте!

Сани – це спеціальне знаряддя, на якому їздять по снігу.

Санний спорт – включає в себе змагання на швидкісну їзду по спеціальних льодових спусках.

Стрибки – спортивна вправа.

Стрибки в довжину – змагання, хто далі стрибне.

Стрибки у висоту – змагання, хто вище стрибне.

Зараз давайте позмагаємось. Для цього усім потрібно стати у шеренгу і за моїм сигналом стрибнути як найдалі. Хто стрибне далі той і переможе. (діти стрибають)

Діти вам сподобалось?

*Діти:* Так! Дуже!

*Літера С:* Я дуже рада, чекаю на наступних змаганнях! До побачення!

*Діти:* До побачення!

*Літера Г:* А зараз ми з вами йдемо до літери Т.

*Діти:* Привіт літера Т! Ми прийшли до тебе, щоб дізнатися, які існують види спорту та спортивні терміни на літеру Т.

*Літера Т:* Добрий день! У цій справі я майстер, тож слухайте і запам'ятовуйте! Але спочатку давайте виконаємо фізкультхвилинку.

Хмарка сонечко закрила,  
Срібні зірочки зронила.  
Ми ті зірки пошукаєм  
На подвір'ї позбираєм.  
Пострибаєм зайченятами,  
Політаєм пташенятами.  
Потанцюємо ще трішки,  
Щоб спочили наші ніжки.  
Чудово! А тепер до праці знову.

Танцювальні вправи – вправи, які впливають на формування правильної постави, легкої не вимушеної ходи, виразності і граціозності рухів.

Темп – певна частота виконання рухової дії за одиницю часу.

Трамплін – спортивне знаряддя, яке призначення для збільшення шляху польоту при стрибках.



Тренер – спеціаліст в якомусь з видів спорту, що керує підготовку спортсменів.

Турнік – гімнастичне знаряддя-перекладаина для виконання певних спортивних вправ.

Теніс – вид спорту, спортивна гра з м'ячем на спеціальному майданчику – корті.

Туризм – це різноманітні за формою, змістом та тривалістю походи і подорожі спрямовані на активний відпочинок, пізнання рідного краю, всебічний фізичний розвиток та загартування дітей.

А тепер давайте пограємо у гру але для цього давайте спочатку поділимося на дві команди за допомогою лічилки:

Сів метелик на травичку,  
На духмяну полуничку.  
Раз, два, три; раз, два, три,  
Тут повіяли вітри,  
Раз, два, три; раз, два, три,  
З ним летиш у гору ти!

Перша команда повинна перейти через вузький місток (перевернута гімнастична лавка), перелізти через паркан (натягнуту мотузку) і перейти через річку по бревну. Друга команда повинна перейти струмок по камінцям (по кубиках), пролізти під колючими кущами (натягнуту мотузку) й вилзти на дерево (гімнастичну стінку). Потім команди міняються маршрутами. Переможе той, хто найкраще виконає ці вправи

Молодці всі гарно виконали завдання!

*Діти:* Дякуємо тобі літера Т.

*Літера Т:* Я була рада вас бачити, на все добре!

*Літера Г:* А зараз ми йдемо з вами до моїх двох подруг, які живуть в одному будинку, це літери Ф та Х. Он вони, діти, подивіться.

*Діти:* Добрий день!

*Літери Ф,Х:* Добрий день!

*Літера Г:* Ми прийшли до вас дізнатись, чи існують спортивні терміни і види спорту на літери Ф та Х.

*Літери Ф,Х:* Авжеж, існують!

*Літера Ф:* Це футбол.

*Літера Х:* Та хокей.

*Літера Ф:* Футбол – спортивна гра, в якій грають дві команди, намагаючись забити м'яч один одному у ворота, але польовим гравцям м'яч у руки брати неможна.

*Літера Х:* А хокей – спортивна гра, в якій грають дві команди на льоді. Вони пересуваються на ковзанах та намагаються один одному забити шайбу у ворота клюшкою.

*Літера Г:* Дуже дякуємо! На все добре!

*Діти:* До побачення!

*Літери Ф,Х:* Бувайте!

*Літера Г:* А зараз ми прийшли до фінішу нашої подорожі, до останньої літери, до літери Я.

*Діти:* Привіт, літера Я, ми дуже хочемо, щоб ти познайомила нас зі своїми спортивними термінами та видами спорту на літеру Я.

*Літера Я:* Привіт, я охоче вам допоможу. Ось послухайте:

Ядра хтось штовхати любить,  
 Я ж підняти їх не можу.  
 Я ж підняти їх не можу.  
 Ялик тільки воду мутить.

Ядро – це спортивне знаряддя, для змагань „штовхання ядра”.  
 Яхта човен для їзди по морю.

Яхт спорт – це змагання, хто швидше пропливе дистанцію.

*Літера Г:* Дякуємо тобі літера Я, до нових зустрічей.

*Діти:* До побачення!

І тут закінчилася подорож Аліси і дітей до казкової країни „Спортивна абетка”, бо у дитячому садочку скінчився сонний час і вихователь розбудила всіх дітей.

Результати впровадження спортивної абетки виявлялися нами за допомогою різноманітних методів дослідження: бесід, тестування, проведення проміжних та рубіжних зрізів показників рівня сформованості рухових вмінь та навичок у дітей, порівняльного аналізу тощо.

Аналіз результатів показав, що впровадження спортивної абетки сприяло формуванню у студентів стійкого інтересу до навчальної дисципліни, оволодінню методикою творчого використання нестандартних спортивних вправ і ігор, зокрема рухливих ігор та ігор-естафет, змагань у роботі з дітьми тощо.

### Література

1. Андріанов В.Є. Абетка молодших школярів. Збірник наукових та науково-методичних праць кафедри педагогіки і психології КДПУ. Випуск 2. – Кривий Ріг. 2003. – С. 10-15.
2. Андріанов В.Є. Система фізичного виховання молодших школярів. – Кривий Ріг. 2004. – 42 с.
3. Ведмеденко Б.Ф. Теоретичні основи і практика виховання молоді засобами фізичної культури. – К. 1993. – 151 с.
4. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания в 2 т /Под ред. – К.: Олимпийская литература, 2003.
5. Папуша В.Г. Практикум з методики проведення уроку фізичної культури та позаурочних форм фізичного виховання в школі. Тернопіль. 2002. – 82 с.