



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

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



**Том 11**

## ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА СПОРТ

В.Є. Андріанов, Т.В. Андріанов, О.М. Письменний  
*м. Кривий Ріг, Україна*

### ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИКІВ ПРИ РІЗНИХ МОТИВАХ ДИТЯЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

*В статтє раскрыт процес формирования двигательных навыков при различных мотивах деятельности дошкольников.*

*У статті розкритий процес формування рухових навичок при різних мотивах діяльності дошкільників.*

*This article explained the process of forming moving skills in different conditions of preschool children.*

Постановка проблеми. Серед великої кількості проблем, які сьогодні хвилюють педагогічну науку, значне місце належить фізичному вихованню. Для підвищення ефективності цієї роботи важливо враховувати і використовувати ті інноваційні програми, які вже розроблені і застосовуються на практиці спеціалістами в інших країнах. У цьому аспекті визначається необхідність розробки теоретичних та практичних основ формування рухових навиків при різних мотивах дитячої діяльності у дошкільних закладах освіти.

Фізичний розвиток дитини, стан її здоров'я, рухова підготовленість залежать від тих умов, у яких вона живе, та запропонованого загального режиму, невід'ємною частиною якого є руховий режим, до його змісту входять комплекс організаційних форм фізичної культури (заняття, ранкова гімнастика, фізкультурхвилинка та ін.), який використовується в педагогічному процесі дошкільного закладу, та самостійна рухова діяльність дітей.

Дитині властива потреба у рухах. У ранньому віці вона відбувається у зв'язку з предметною діяльністю, а пізніше реалізується в різноманітних іграх, виконанні фізичних вправ та посильній праці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започаткована дана проблема, відображений в працях [1; 2; 3], зокрема про різний вплив рухово-ігрових мотивів на основні здібності дитини на сильні та слабкі сторони збудження нервової системи малюка.

Мета дослідження – розкриття особливостей планування прогулянок в дошкільних закладах освіти з метою розробки педагогічних умов професійної підготовки майбутнього вихователя до організації фізкультурно-оздоровчої роботи.

Результати дослідження та їх обговорення.

Для вирішення поставлених завдань застосовується комплекс педагогічних методів. Дослідження і педагогічний експеримент проводився на базі КДПУ на педагогічному факультеті, спеціальність "Дошкільне виховання".

Можна констатувати, що на підвищення рухової активності малюків у самостійних іграх та вправах впливає правильне розміщення обладнання, іграшок та посібників, новизна ігрового матеріалу, достатня площа для ігор. Бажаємо, щоб у груповій кімнаті для дітей двох-трьох років була гімнастична стінка (один-два прольоти), драбина-стрем'янка, гімнастична лавка, куби, м'ячі, обру-

чі, різні іграшки (автомобілі, візки), які стимулюють різноманітну рухову діяльність дітей. Вони розміщуються з таким розрахунком, щоб сприяти виникненню рухової творчості малюків, закріпленню набутих вмінь та навичок.

Керівництво самостійною руховою діяльністю передбачає постійне спостереження вихователя за дітьми і своєчасне переключення їх на інший вид діяльності. Необхідно спонукати дітей робити самим все те, що їм під силу. Привчати їх до правильного виконання рухів у побутовій діяльності, під час ігор та на прогулянці. Враховуючи швидку стомлюваність малюків від одноманітних рухів та поз, їх невміння доцільно регулювати свою діяльність, необхідно слідкувати за зміною рухів у чергуванні з короткочасним відпочинком.

Починаючи з другої молодшої групи, викликати рухову активність у дітей допомагає створення сприятливих оточуючих умов. Якщо у груповій кімнаті або майданчику є цікаві рухові іграшки, дрібний фізкультурний інвентар (м'ячі, обручі, скакалки та ін.) та встановлені відповідні прилади, все це стимулює активність дошкільнят і викликає бажання застосовувати це в іграх та фізичних вправах. У групових кімнатах обладнують фізкультурний куточок, у якому встановлюють дитячі тренажери, драбинку, канат або шест. Вони дають можливість закріплювати вміння та навички у лазінні, рівновазі, розвивати фізичні якості (спритність, силу, витривалість та ін.).

Підвищення рухової активності дошкільників досягається перш за все захопленням їх до індивідуальних ігор з м'ячами, іграшками, а також підвищення рухливості дітей у сюжетно-рольових іграх. Однак найсуттєвіше значення для створення повноцінного рухового режиму мають рухливі ігри, що організуються вихователем, та різноманітні самостійні ігри, а також вправи та ігри спортивного характеру, які виконуються дітьми під час прогулянок.

Успішна організація самостійної рухової діяльності дітей залежить від їх фізичної підготовленості та наявного рухового досвіду. Тому під час прогулянок її доцільно спрямовувати на удосконалення рухів та повторення ігор, які вже знайомі дітям. Підвищення рухової активності під час ігор сприяє і спілкуванню дітей. Ігри, у яких вони беруть участь підгрупою, більш тривалі та рухливі, ніж індивідуальні ігри.

Основні умови підвищення рухової активності дітей в іграх, на нашу думку, такі:

- 1) правильний вибір іграшок, достатня кількість рухових іграшок, зручне їх розміщення для ігор, новизна ігрового матеріалу;
- 2) своєчасна допомога дитині у виборі іграшки, сюжету та змісту гри, особливо при переході від одного режимного моменту до іншого;
- 3) збагачення рухових навичок дітей у процесі гри з різними іграшками та предметами;
- 4) організація активного спілкування дітей в іграх.

Прогулянка – найбільш сприятливий час для проведення різноманітних фізичних вправ та рухливих ігор. Засоби фізичного виховання підбираються з урахуванням періоду року та погодних умов; раціонального використання обладнання та фізкультурного інвентарю на майданчику; активізації самостійності дітей, створення у них позитивних емоцій, стимулювання індивідуальних можливостей кожної дитини.

В усіх групах протягом дня проводиться 4-5 рухливих ігор, а влітку - 5-6.

Одна планується на майданчику вранці під час ранкового прийому та огляду дітей. В основному це гра середньої рухливості, яка була раніше розучена з дітьми. У цей час також можна запропонувати окремим дітям тренування з м'ячем, пострибати зі скакалкою (старші діти). Слід заохочувати тих дітей, що проявляють самостійність, за власною ініціативою повторити вправи, які їм до вподоби. Загальна тривалість виконання вправ та участі в іграх під час прийому для дошкільнят різних вікових груп від 15 до 20 хвилин.

Кожний тиждень з дітьми розучують одну рухливу гру, яка повторюється протягом місяця чотири-шість разів залежно від складності її змісту. Крім того, кожний місяць по 8-10 рухливих ігор, які були розучені раніше.

Зі старшими дітьми слід частіше проводити ігри спортивного характеру та естафети. Крім рухливих ігор, необхідно широко застосовувати різноманітні вправи в основних рухах: біг у різному темпі, стрибки, метання предметів у ціль та на дальність, лазіння по гімнастичній стінці, вправи з рівноваги та ін.

При розподілі ігор та фізичних вправ протягом дня слід враховувати співвідношення програм матеріалу, який планується на занятті з фізичної культури (як в залі, так і на майданчику), з щоденними вправами та іграми, які виконуються дітьми під час ранкової та вечірньої прогулянок.

Застосовуючи ці засоби, враховують період року та погодні умови. У теплий період (влітку, травень та вересень) реальні для виконання практично всі основні рухи, а також ігри, де переважає біг та метання, ігри-естафети.

Восени та ранньою весною до змісту прогулянок вводять різноманітні вправи з рівноваги, з м'ячами, обручами, скакалками, рухливими іграшками. Їх можна організовувати у непогожу погоду на веранді або під навісом.

Взимку планують ходьбу по колоді, снігових валах, метання в ціль та ін., катання на санчатах, лижах та ковзанах, у будь-яку пору року під час прогулянок широко застосовуються рухливі ігри.

Якщо дозволяють погодні умови, з метою закріплення та удосконалення навичок в основних рухах, розвитку спритності та швидкості, починаючи з середньої групи, дітям пропонують виконання вправ у певній послідовності, використовуючи смугу "перешкод" (колода, дуги, обруч для прорізання, ходьба по закопаних у землю автомобільних покришках та ін.). Оскільки названі вправи вже вивчалися з дітьми під час занять, то виконання їх на смугі перешкод не викликає особливих ускладнень у дітей.

Значне місце на прогулянці відводиться вправам спортивного характеру, які планують залежно від періоду року (взимку – катання на санчатах, ковзання на льодових доріжках; ходьба на лижах; весною та влітку – катання на велосипеді або самокаті, роликів ковзанах). Регулярно впроваджуючи їх під час прогулянок можна істотно активізувати рухову діяльність дітей, особливо в несприятливих умовах (низька температура, сніг).

Поряд із вправами спортивного характеру старшим дітям пропонують ігри з елементами спорту: баскетбол, футбол, городки, бадмінтон, настільний теніс, хокей з м'ячем (у теплій порі року) та хокей з шайбою без ковзанів (взимку). Навчання вправ спортивного характеру та елементів більшості спортивних ігор проводиться під час занять з фізичної культури, а закріплюються вони в процесі прогулянок.

Важливим моментом у розподілі ігор та вправ під час прогулянок є чергу-

вання фізичного навантаження з відпочинком, більш інтенсивних фізичних вправ з менш рухливими. Наприклад, якщо діти середніх групи вправлялися у метанні торбинок з піском у ціль або прокочували м'яч одне одному, їм після цієї вправи пропонують гру з бігом "У ведмеда у бору" або "Знайди собі пару". Епізодично допускається застосування одного й того самого руху під час вправлення на якому-небудь приладі та в рухливій грі. Діти старшої групи виконують кидки великого м'яча у баскетбольний кошик, а потім вихователь розподіляє їх на 3-4 команди і пропонує позмагатися у грі "Закинь м'яч у кошик".

При проведенні ігор та вправ слід застосовувати різні способи організації дітей. Так, рухливі ігри вихователь проводить зі всією групою. Кожна гра повторюється 3-5 разів. У вправах спортивного характеру беруть участь також всі діти. У деяких іграх (городки, настільний теніс, серсо) та вправах (катання на велосипеді, стрибки зі скакалкою та ін.) беруть участь декілька дітей, які мають бажання поуправлятися у них.

Намагаючись збагатити прогулянки рухливими іграми та фізичними вправами, треба пам'ятати, що рухову активність дітей наприкінці слід знижувати. Тому незалежно від змісту ранкової прогулянки за 10-15 хвилин до її закінчення рухливість дітей обмежується. Цим забезпечується спокійний перехід їх до обіду та денного сну.

Необхідно доцільно розподіляти рухову активність дітей протягом перебування їх у дошкільному закладі. Особливої уваги потребує друга половина дня, коли часто проводяться малорухливі та спокійні види діяльності у дошкільнят. Тому на вечірній прогулянці слід застосовувати більш динамічні засоби фізичної культури (основні рухи, вправи спортивного характеру, ігри, естафети).

У керівництві руховою діяльністю дітей під час прогулянки можна виділити два етапи. Спочатку вихователь виявляє у дитини інтереси до ігор та вправ, взаємовідносини з однолітками, виявляє й рухову підготовленість. Для розвитку самостійної діяльності дітей створюються необхідні умови: своєчасна допомога кожній дитині у виборі гри та вправ, фізкультурних посібників. На цьому етапі застосовуються такі методи та прийоми: спільне виконання вправ дитини зі своїми однолітками, пояснення та показ більш складних елементів рухів, заохочення. Основним напрямком у керівництві руховою активністю дітей у процесі самостійної діяльності є збагачення їх різноманітними рухами.

На другому етапі здійснюється більш інтенсивний вплив вихователя на рухову активність дітей. Малорухливі діти залучаються до діяльності, яка сприяє розвитку інтересу до ігор та фізичних вправ. Дуже рухливих та збудливих дітей спрямовують на вправи, які вимагають від них точності рухів (метання в ціль, вправи у рівновазі), вони стримують їх від значної рухливості і сприяють формуванню уваги та стриманості. Індивідуальний підхід до дітей різних вікових груп повинен застосовуватися з урахуванням інтересу дитини до ігор та різних видів фізичних вправ.

Вихователю потрібно добре знати стан здоров'я, фізичний розвиток, рухову підготовленість, особливості поведінки та інші показники індивідуального розвитку дитини. У процесі самостійної рухової діяльності діти в основному самі регулюють фізичне навантаження, змінюючи більш інтенсивні рухи менш інтенсивними і за необхідності роблять паузи. Однак слід спостерігати за станом самопочуття дітей, здійснюючи індивідуальне керівництво їх діяльністю.

Індивідуальна робота повинна також спрямовуватися на активізацію малорухливих дітей, покращення фізичної та рухової підготовленості більш слабких дошкільнят. Враховуючи індивідуальні особливості дітей, вихователь одним з них надає допомогу у виконанні вправ, а іншим нагадує, як їх робити, підбадьорює та оцінює рухові дії. Деяким дітям пропонує відпочити, попереджаючи їх втому та занадто велике перегрівання від рухової діяльності.

Особливого підходу потребують діти, рухова активність яких обмежується після перенесених хвороб. Слід порадитися з лікарем, які вправи їм можна виконувати і в яких іграх брати активну участь. Поступово цим дітям пропонують більш інтенсивні рухи та динамічні ігри.

Треба слідкувати, щоб діти частіше вправлялися у тих способах виконання рухів, якими вони володіють гірше. Підтримувати бажання дитини допомагати своїм одноліткам оволодіти важкою для них вправою.

Наприклад, у старших групах – стрибки зі скакалкою, кидки баскетбольного м'яча в кошик та ін.

Для нашого дослідження важливо виділити особливості змісту планування прогулянок як однієї з форм фізкультурно-оздоровчих заходів дитячого садка. Вона, на наш погляд, передбачає:

1. Наявність фізичних вправ та ігор для всебічного розвитку особистості.
2. Задоволення потреби малюків у руховій активності для формування навичок.
3. Використання під час прогулянки педагогічних принципів.
4. Вплив мотивів діяльності на процес навчання руховим навичкам.

#### Висновки.

Фізкультурно-оздоровча діяльність майбутніх вихователів дошкільних закладах освіти представляє складну, організаційну систему, яка потребує вдосконалення усіх ланок і ресурсів для вирішення існуючих проблем у освітнянській сфері.

#### Література

1. Андріанов В.Є. Професійна направленість фізичного виховання у підготовці майбутніх вчителів початкових класів та вихователів дошкільних закладів // Вісник міжнародного дослідного центру "Людина: мова, культура, пізнання". Т. 9. – Кривий Ріг, 2006. – С. 219-222.
2. Вільчковський Б.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – Львів: ВНТН, 1998. – С. 206-210.
3. Поліщук О.В. Педагогічна практика студентів з курсу "Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку". Навчальний посібник. – К.: Міленіум, 2005. – 144 с.