

Анотація досвіду

Збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління, забезпечення необхідних для цього умов життєдіяльності, навчання та виховання на сьогодні є одним із пріоритетів державної політики України.

Аналіз фольклорних, літературних, історичних матеріалів свідчить про те, що в Україні з найдавніших часів цінували самобутні форми й методи фізичного вдосконалення людини. Про те, що здоров'ю надавалося першорядного значення, свідчать колядки, щедрівки, веснянки, які й сьогодні любить та цінує український народ.

Для того, щоб виховання було по-справжньому розвиваючим, необхідно активізувати діяльність дитини. Звичайно рухова активність є однією із необхідних умов фізичного розвитку дитини. Рухова активність дошкільника включає в себе обсяг різноманітних рухових дій, які виконуються ним протягом дня.

Позитивний вплив на рухову підготовленість дітей-дошкільників має систематичне проведення занять фізичної культури та інших організаційних форм з фізичного виховання, забезпечення оптимальної самостійної рухової діяльності дітей. До числа важливих проблем педагогічної науки належать питання підвищення рухової активності дітей на заняттях з фізичної культури, створення ефективної системи засобів та методів, спрямованих на удосконалення розвитку рухової функції дітей дошкільного віку. Як один із основних засобів і методів фізичного виховання, рухлива гра сприяє ефективному вирішенню оздоровчих та навчально-виховних завдань.

В основі досвіду Ючинської М.С. є теорія про значення задоволеності для рухово-творчої діяльності дітей на навчальних заняттях. Задоволеність підвищує активність дітей, а незадоволеність, як правило, знижує її. Особистісно-зорієнтований підхід сприяє реалізації природного потенціалу особистості, спирається на внутрішній світ дитини, врахування її індивідуальних особливостей, віру в її можливості.

Досвід включає систематизовані за віком дітей народні, хороводні, рухливі ігри; авторські розробки сюжетних комплексів ЗРВ, заняття з фізкультури та ЛФК (для груп спеціального призначення з вадами опорно-рухового апарату) у вигляді казок, подорожей, ігор, імітацій діяльності. Частина з віршованим супроводом. Поряд з традиційними формами, методами та прийомами роботи щодо розвитку рухово-творчих здібностей у дітей під час занять із фізичної фізкультури, вихователь Ючинська М.С. пропонує такі методичні прийоми, за основу яких взята проблематизація: імітація, інверсія, імпровізація, символізація, пластичне інтонування, «діалог з органами свого тіла».

Таким чином, застосування ігрових вправ у процесі навчання, роблять його більш привабливим, радісним, сприяють кращому засвоєнню матеріалу. Задоволення потреби дошкільника у русі є найважливішою умовою його життєдіяльності й нормального розвитку — не тільки фізичного, але й інтелектуального. Достатня, за об'ємом, рухова активність дітей сприятливо позначається на функціональному стані головного мозку, збільшенні працездатності, підвищенні довільності у виконання різних дій дошкільнят. Матеріал зорієнтовано на роботу з дітьми дошкільних навчальних закладів.

Для вихователів дошкільних закладів, фахівців з дошкільного виховання.

Рецензент: Сокиринська Н.Д., методист міського методичного кабінету.

**Опис досвіду роботи
вихователя
дошкільного навчального закладу №23**



**Ючинської
Марії Степанівни**

Тема досвіду роботи	<i>Вплив гри на підвищення рухової активності дошкільників на заняттях з фізкультури</i>
Автор	<i>Ючинська Марія Степанівна</i>
Сфера застосування	<i>В роботі з дітьми дошкільного віку</i>
Актуальність	<p><i>На сучасному етапі розвитку суспільства спостерігається тенденція до погіршення стану здоров'я дітей. Серед різноманітних факторів, які впливають на стан здоров'я та працездатність дитячого організму, важливе місце посідає рухова активність, тобто природна потреба в русі, задоволення якої є необхідною умовою всебічного розвитку та виховання дітей.</i></p> <p><i>Результати комплексного обстеження дітей у дошкільних закладах свідчать про те, що в більшості випадків їхній загальний руховий режим не сприяє досягненню належного рівня рухової активності. Педагоги не повною мірою враховують індивідуальні особливості рухової активності дітей під час організованої та самостійної діяльності.</i></p>
Наукові концепції та теорії	<p><i>Однією з основних умов удосконалення рухового режиму було глибоке вивчення індивідуальних особливостей дітей у різних видах рухової діяльності та здійснення на цій основі принципу індивідуально диференційованого підходу. Його основою є концептуальні положення дошкільної педагогіки та психології щодо формування особистості в процесі діяльності (О.М.Леонт'єв, О.П.Усова, О.В.Запорожець).</i></p> <p><i>Гра є провідною діяльністю дітей дошкільного віку, а також виступає засобом усебічного розвитку й виховання малюків. Гра може бути включена у будь-який вид людської діяльності. Цю її особливість суспільство завжди використовувало як засіб навчання дітей і дорослих трудових процесів, військової справи, пізнання тощо. Учені зазначають, що гра може стати засобом самооновлення, самовдосконалення, подолання внутрішнього конфлікту, а також стимулювання піднесеного настрою, активної мобілізації людей.</i></p>
Основна ідея	<ul style="list-style-type: none"> ✓ визначення пріоритетної діяльності, що сприяє повноцінному задоволенню потреб дитини в русі; ✓ пошук шляхів і засобів раціональної організації рухової активності дітей в організованій і самостійній діяльності; ✓ реалізація потреб дошкільників в рухах;

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ розвиток руховотворчих умінь і навичок; ✓ створення цілісної системи організації ігрової діяльності; ✓ виховання дбайливого ставлення до власного здоров'я; ✓ залучення дітей дошкільного віку до активної рухової самостійної діяльності на основі отриманих під час організованої діяльності знань і навичок.
Технологія реалізації ідеї	<ol style="list-style-type: none"> 1. Створення в дошкільному навчальному закладі належного фізкультурно-оздоровчого, розвивального предметно-ігрового середовища (в приміщеннях груп та залах, на території ДНЗ). 2. Підвищення професійної компетентності, зацікавленості педагогів ДНЗ в збереженні, зміцненні здоров'я дітей. 3. Забезпечення цілеспрямованої взаємодії всіх учасників навчально-виховного процесу (дітей, педагогів, батьків, громадськості) з метою відновлення, збереження, зміцнення, формування здоров'я.
Форми, методи, прийоми, засоби	<p>Поряд з традиційними формами, методами та прийомами роботи щодо розвитку рухово-творчих здібностей у дітей під час занять із фізичної фізкультури, вихователь Ючинська М.С. пропонує такі методичні прийоми, за основу яких взята проблематизація: імітація, інверсія, імпровізація, символізація, пластичне інтонування, «діалог з органами свого тіла», узагальнених О. В. Чічігіною.</p>
Результат застосування	<p>Використання гри, під час організації фізкультурно-оздоровчої роботи, рухово-творчих прийомів під час занять сприяє:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ підвищенню результативності та якості виконання вправ; ✓ покращенню фізичних якостей у дошкільників: пластики, гнучкості, координації рухів, рівноваги, загальної вправності. <p>Спеціальні вправи сприяють удосконаленню точності рухів, збільшується рухливість хребта, покращується постава.</p> <p>Підтверджується теорія Б.Шаяна [9], про значення для рухово-творчої діяльності дітей на навчальних заняттях задоволеності. Задоволеність підвищує активність дітей, а незадоволеність, як правило, знижує її.</p> <p>Особливо потрібно відзначити, що сюжетні ігри-комплекси, запам'ятовуються дітьми на 87% швидше, ніж «сухі» вправи. Уже на третьому занятті після вивчення комплексу, діти декламують вірші.</p> <p>Тематичні комплекси в системі тематичного планування, сприяють створенню цілісної картинки формування знань, збагачують дієвими навиками, розширюють кругозір, збуджують мислительні операції.</p>
Критерії ефективності	<p>Педагог систематизувала за віком дітей народні, хороводні, рухливі ігри; сформулювала мету та розробила ускладнення до ігор. Пропонує авторські розробки сюжетних комплексів ЗРВ, заняття з фізкультури та ЛФК (для груп спеціального призначення з вадами опорно-рухового апарату) у вигляді казок, подорожей, ігор, імітацій діяльності. Частина з віршованим супроводом.</p> <p>З метою формування знань колег та батьків щодо</p>

	здоров'язбереження та здоров'яформування дітей дошкільного віку, було проведено відкриті перегляди для студентів ВОКГПК, слухачів курсів ВОПОПП (вихователів, інструкторів з фізкультури), семінари-практикуми для батьків.
Наукові джерела	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навчальний посібник. – Львів: ВНТЛ, 1998. 2. Денисенко Н.Ф., Аксьонова О.П. Через рух – до здоров'я дітей: Навчально-методичний посібник. – Тернопіль: Мандрівець, 2009. 3. Євмінов Є. Як назавжди побороти біль в спині: мистецтво бути здоровим. Науково-практичний посібник. – Київ, 2007. 4. Єфименко М.М. Театр фізичного виховання та оздоровлення дошкільнят: Авторський стиль роботи. Методичні рекомендації. – Київ: ІСДО, 1995. 5. Займайтеся гімнастикою. Практичний посібник. Під редакцією Ренат Віковські. – Берлін, 1982. 6. Методичні рекомендації до «Програми виховання і навчання дітей від двох до семи років «Дитина»». Наукові редактори Н.В.Кудикіна, В.У.Кузьменко. – Київ, 2012. 7. Програма виховання і навчання дітей від двох до семи років «Дитина». Науковий керівник проекту В.О.Огнев'юк, К.І.Волинець. – Київ, 2012. 8. Хухлаєва Д.В. Методика фізичного виховання в дошкільних закладах. – Москва: Просвещение, 1993. 9. Чічігіна О.В. Методи виховання творчої особистості дитини у системі фізичного виховання// Дошкільний навчальний заклад. – 2009. - №5.
Висновки	<p>Успішне розв'язання завдань фізичних здібностей дітей здебільшого залежить від доцільної організації фізичного виховання з раннього дитинства. У цьому зв'язку значну увагу слід приділяти науковому обґрунтуванню ефективних методів та методичних прийомів фізичного виховання, що сприяли б не тільки фізичному розвитку дитини, а й творчому. Адже ці процеси тісно пов'язані між собою: творча людина завжди знайде доцільні засоби, як у різних ситуаціях зберегти та зміцнити своє здоров'я.</p> <p>Народна мудрість говорить: якщо ви хочете навчити дитину вчитись – грайтесь, якщо ви хочете навчити дитину працювати – грайтесь, якщо ви хочете навчити дитину жити – грайтесь. Все дошкільнятко може зрозуміти, все досягнути в цьому житті, якщо йому пояснити цікаво, адже: якщо цікаво, то не важко.</p> <p>Без перебільшення потрібно відмітити рівень позитивно-емоційної сфери, яка напряму впливає на психічне, фізичне, та духовне здоров'я дітей.</p> <p>Виконання вправ та навчання дітей любити своє тіло, є основою формування здорового способу життя.</p> <p>Об'єднання всіх цих факторів зробимо велику справу – виховаємо та виростимо по-справжньому здорову та міцну націю.</p>

*«Фізичні вправи можуть замінити багато ліків,
але ніякі ліки в світі не можуть
замінити фізичні вправи»*

А. Моссо

ВСТУП

Дошкільний навчальний заклад №23 фізкультурно-оздоровчого напрямку, базовий з цивільного захисту, з впровадження пілотного проекту інклюзивної освіти розташований за адресою: вул. Ленінградська, 3-а м. Вінниці.

Увесь режим дошкільного закладу – це певна система, у якій кожний фрагмент направлений на зміцнення здоров'я дитини.

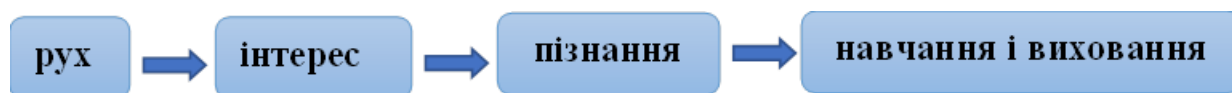
Тому фізкультурно-оздоровчі заходи, яким відводиться переважна частина часу, взаємно переплітаються з усіма видами навчально-виховної роботи.



Весною чи восени, влітку чи взимку, в приміщенні чи на повітрі, але все життя дитини підпорядковане рухам. Рухам побутовим і спеціальним чи організованим і самостійним, але і ті і інші є цеглинками в багатогранному житті маленької людини. Фізіологи вважають рух вродженою, життєво необхідною потребою людини. Лікарі стверджують, що без рухів дитина не може вирости здоровою. На думку психологів маленька дитина – діяч, маніпулятор, і діяльність його виражається насамперед в рухах. Педагоги відмічають що рух – найважливіший засіб виховання і навчання дітей.

В рухах дитина пізнає навколишній світ, вчиться захоплюватися, любити, перетворювати, діяти в ньому. Рух – перше джерело радості, сміливості, волі, витривалості, рішучості. А хіба може бути праця – основа основ життя – без точних розвинутих рухів?

Рухи дають дітям яскраві хвилини чудового людського спілкування, розвивають досвід поведінки. Відчуття уміння красиво рухатися приносить істинну радість і естетичне задоволення. То ж можна вивести формулу життя в русі:



Природний потенціал дошкільника не розкриється, а впливи освітніх закладів виявляться малоефективними, якщо не будуть підкріплені розвивальним середовищем — головним фактором становлення і розвитку повноцінної, творчої, самодостатньої особистості.

Щоб дитина могла задовольнити свої інтереси, прагнення у діяльності, слід забезпечити організацію предметного середовища: інформативного, різнобічного, комплексного і тематичного, динамічного і мобільного, дієвого і діючого, варіативного і близького до побуту.



Хто про здоров'я звик турбуватись?
В спортивнім куточку радим вам позайматись,
Усе для заняття та гри, й для розваги,
Поліпшить здоров'я, додасть ще й наснаги.
Розвинути пластику, довершеність, вроду –
Єфименко стане усім при нагоді.



Як же потрібно вчити дітей цих різноманітних рухів? Які ж рухи корисні дітям? Якою повинна бути рухова активність дітей? Як же зробити рухи цікавими? І звичайно нам на допомогу приходить гра: гра-маніпуляція, гра-імітація, гра-подорож, гра-розвага, гра-фантазування. В програмі виховання та навчання дітей від двох до семи років «Дитина» цій темі присвячено розділ – «Граючись, зростаємо».

Багато педагогів минулого та теперішнього сприяли розробленню прийомів розвитку рухово-творчих здібностей. Серед них Е.Стоунс, Б.Шиян, Дж. Локк, В.Т.Кудрявцева, М.М.Єфименко, А.М.Матюшкін Вони пропонували прийоми, за основу яких взята проблематизація та пізнавальний інтерес, який спонукає дитину до дій, що в свою чергу робить рухи досконалими, красивими, привабливими і легкими.

Отже, інтерес, зацікавленість є найважливішою ланкою пізнання та розвитку.

Вихователь ДНЗ №23 Ючинська М.С., системно працює над даною темою. Недарма народна мудрість говорить: якщо ви хочете навчити дитину вчитись – грайтеся, якщо ви хочете навчити дитину працювати – грайтеся, якщо ви хочете навчити дитину жити – грайтеся. Марія Степанівна абсолютно переконана, що все дошкільнятко може зрозуміти, все посягнути в цьому житті, якщо йому пояснити цікаво та доступно, адже: **якщо цікаво, то не важко**. Свою роботу по-

чала з того, що систематизувала за віком ігри, які сприяють розвитку рухової активності дошкільників - рухливі, народні та хороводні. Вони вражають своїм колоритом, образністю героїв та мовленням, цікавими звертаннями та гумором, загадковістю та близькістю до фантазій дітей.



Друге спрямування роботи - авторські розробки тематичних сюжетних комплексів ЗРВ, сюжетних занять з фізкультури та ЛФК для дітей з вадами опорно-рухового апарату, що є у вигляді казок, подорожей, ігор, імітацій діяльності. Багато з них з віршованими текстами. Вони легкі, цікаві для дітей, тому що не примушують дітей сухо і прагматично виконувати рухи, а поступово вводять їх в загадковий і такий простий світ гри, відповідають вимогам «Програми виховання і навчання дітей від двох до семи років «Дитина»».



Успішне розв'язання завдань фізичного розвитку дітей здебільшого залежить від доцільної організації фізичного виховання з раннього дитинства. У цьому зв'язку значну увагу слід приділяти науковому обґрунтуванню ефективних методів та методичних прийомів фізичного виховання, що сприяли б не тільки фізичному розвитку дитини, а й творчому. Адже ці процеси тісно пов'язані між собою: творча людина завжди знайде доцільні засоби, як у різних ситуаціях зберегти та зміцнити своє здоров'я.

Використовуючи в роботі рухово-творчі прийоми можна зробити такі висновки.

1. Збільшується результативність та якість виконання вправ.
2. Поліпшуються фізичні якості: пластика, гнучкість, координація рухів, рі-

вновага, загальна вправність.

3. Спеціальні вправи сприяють удосконаленню точності рухів, збільшується рухливість хребта, покращується постава.
4. Підтверджується теорія Б.Шаяна, про значення для рухово-творчої діяльності дітей на навчальних заняттях задоволеності. Задоволеність підвищує активність дітей, а незадоволеність, як правило, знижує її.
5. Особливо потрібно відзначити, що сюжетні ігри-комплекси, запам'ятовуються дітьми на 87% швидше, чим чіткі вправи. Уже на третьому занятті після вивчення комплексу, діти декламують вірші.
6. Тематичні комплекси в системі тематичного планування, сприяють створенню цілісної картинки формування знань, збагачують дієвими навиками, розширюють кругозір, збуджують мислительні операції.
7. Без перебільшення потрібно відмітити рівень позитивно-емоційної сфери, яка на пряму впливає на психічне, фізичне, та духовне здоров'я дітей.
8. Виконання вправ та навчання дітей любити своє тіло, є основою формування здорового способу життя.

Об'єднавши всі ці завдання в своїй роботі зробимо велику справу – виховаємо та виростимо по справжньому здорову та міцну націю.

Рекомендації

1. Надати матеріали досвіду Ючинської Марії Степанівни «Вплив гри на підвищення рухової активності дошкільників на заняттях з фізкультури» для апробації в дошкільному навчальному закладі.
2. Внести досвід до картотеки позитивного педагогічного досвіду.
3. Ознайомити педагогічний колектив з передовим педагогічним досвідом Ючинської М.С. підвищення рухової активності дошкільників на педагогічній раді.

Бібліографія

1. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навчальний посібник. – Львів: ВНТЛ, 1998.
2. Денисенко Н.Ф., Аксьонова О.П. Через рух – до здоров'я дітей: Навчально-методичний посібник. – Тернопіль: Мандрівець, 2009.
3. Євмінов Є. Як назавжди побороти біль в спині: мистецтво бути здоровим. Науково-практичний посібник. – Київ, 2007.
4. Єфименко М.М. Театр фізичного виховання та оздоровлення дошкільнят: Авторський стиль роботи. Методичні рекомендації. – Київ: ІСДО, 1995.
5. Займайтеся гімнастикою. Практичний посібник. Під редакцією Ренат Віковські. – Берлін, 1982.
6. Осокіна Т.І., Тимофєєва Є.А. Гімнастика в дитячому садку: Навчальна книга. – Москва: Просвещение, 1969.
7. Методичні рекомендації до «Програми виховання і навчання дітей від двох до семи років «Дитина»». Наукові редактори Н.В.Кудикіна, В.У.Кузьменко. – Київ, 2012.
8. Програма виховання і навчання дітей від двох до семи років «Дитина». Науковий керівник проекту В.О.Огнев'юк, К.І.Волинець. – Київ, 2012.
9. Стрибайте – нахиляйтесь – тягніться. Практичний посібник. Під редакцією Ренате Віковські – Берлін, 1982.
10. Хухлаєва Д.В. Методика фізичного виховання в дошкільних закладах. – Москва: Просвещение, 1993.
11. Чічігіна О.В. Методи виховання творчої особистості дитини у системі фізичного виховання// Дошкільний навчальний заклад. – 2009. - №5.
12. Internet-ресурси:
 - www.librar.org.ua
 - www.tovievich.ru
 - www.matyushkin.rsyhstoru.ru