

Спортивно орієнтоване фізичне виховання дітей старшого дошкільного віку в умовах дитячого навчального закладу

Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Благотворний вплив рухової активності на здоров'я дитини є аксіомою та багаторазово підтверджено різними дослідниками [1; 4; 5; 6]. У дітей таїться закладена природою невгамовна потреба руху. Для них бігати наввипередки, стрибати на одній нозі, штовхатися настільки ж природно й потрібно, як дихати. Але збільшення навантаження на розумову діяльність під час занять у дошкільному закладі та, як наслідок, зменшення рухової активності, відсутність достатнього навантаження на заняттях із фізичного виховання, а також у режимі дня, не задовольняє потребу дитини в русі. Очевидна необхідність пошуку нових, більш ефективних засобів і методів для підвищення фізичної підготовленості й покращення здоров'я дітей дошкільного віку. Одним із таких засобів є спортивно орієнтоване фізичне виховання дошкільників в умовах ДНЗ.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми свідчить, що одним із перспективних інноваційних напрямів удосконалення фізичного виховання є його спортизація на основі запропонованої В. К. Бальсевичем концепції конверсії обраних елементів технологій спортивного тренування в інтересах удосконалення змісту й форм організації фізичного виховання в дошкільних освітніх закладах. На думку В. К. Бальсевича, концепція тренування – поки єдина науково обґрунтована концепція управління розвитком фізичного потенціалу людини [3].

Спортивно орієнтоване фізичне виховання – це особлива педагогічна технологія, заснована на адаптації досягнень у спорті в інтересах цілеспрямованого перетворення фізичного потенціалу підростаючого покоління за допомогою тренування як провідного та найбільш ефективного способу такого перетворення.

Необхідність використання оздоровчого тренування з метою вдосконалення фізичного виховання дітей дошкільного віку сьогодні признається багатьма спеціалістами. Це пов'язано насамперед із тим, що методика проведення занять із фізичної культури, яка склалася в системі дошкільної освіти, не задовольняє повною мірою реалізації оздоровчих завдань, оскільки направлена переважно на засвоєння рухових навичок і за своїм фізичним навантаженням недостатня для досягнення тренуваності організму дітей [2; 7].

Для підвищення оздоровчої ефективності фізичного виховання під час його планування перевагу слід надавати фізичним вправам, які різнобічно впливають на організм та мають виражений тренувальний ефект, оскільки фізичні навантаження, не викликаючи напруги фізіологічних функцій і не забезпечуючи тренувального ефекту, не надають достатнього оздоровчого впливу [3; 6; 7].

Для підтвердження сформульованої гіпотези потрібно розв'язати такі **завдання**:

1. Експериментально обґрунтувати перевагу застосування спортивно орієнтованого фізичного виховання дітей 6-го, 7-го років життя.
2. Провести аналіз рівня фізичного розвитку, фізичної підготовки та рівня фізичного стану досліджуваного контингенту дошкільників.

Серед методів дослідження слід назвати літературний аналіз, аналіз медичної документації, послідовний порівняльний педагогічний експеримент, методи статистичної обробки даних.

Із метою перевірки робочої гіпотези, визначення ефективності спортивно орієнтованого фізичного виховання на базі дошкільного навчального закладу № 300 Деснянського району м. Києва було проведено послідовний порівняльний педагогічний експеримент із вересня 2008 по травень 2009 р. У ньому взяли участь діти старших груп – експериментальної – ЕГ (n=20) та контрольної – КГ (n=20), які не мають медичних обмежень у заняттях фізичною культурою. Експериментальним чинником стало збільшення дозування навантаження як за обсягом, так і за інтенсивністю, і їх хвилеподібна структуризація, застосування періодизації фізичної підготовки, визначення макроциклу (вересень–

травень) й виділення в ньому мезо- та мікроциклів [5]. Планування навчального процесу із фізичного виховання дітей ЕГ здійснювалося відповідно до річного плану-графіка роботи ДНЗ. У його розробці застосовано повторно-циклічний метод, у якому виділено три цикли – загальнопідготовчий, спеціальної фізичної підготовки та змагально-ігровий.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Обстеження вихідного рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості проводили у вересні, проміжних показників – у січні й кінцевих – у другій половині травня. Для обстеження рівня фізичного розвитку, фізичного стану та фізичної підготовки дітей використовували антропометричні показники, оцінку результатів тестування фізичного стану й показники фізичної підготовки згідно з даними оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку (рис. 1, 2, 3) [4; 6].

Після завершення експерименту достовірно покращення всіх показників спостерігалось в обох групах, але різною мірою. Якщо показники фізичного розвитку за обстежуваний період покращилися в обох групах, то показники фізичного стану й фізичної підготовленості дітей ЕГ, за результатами тестування, вищі, ніж показники КГ.

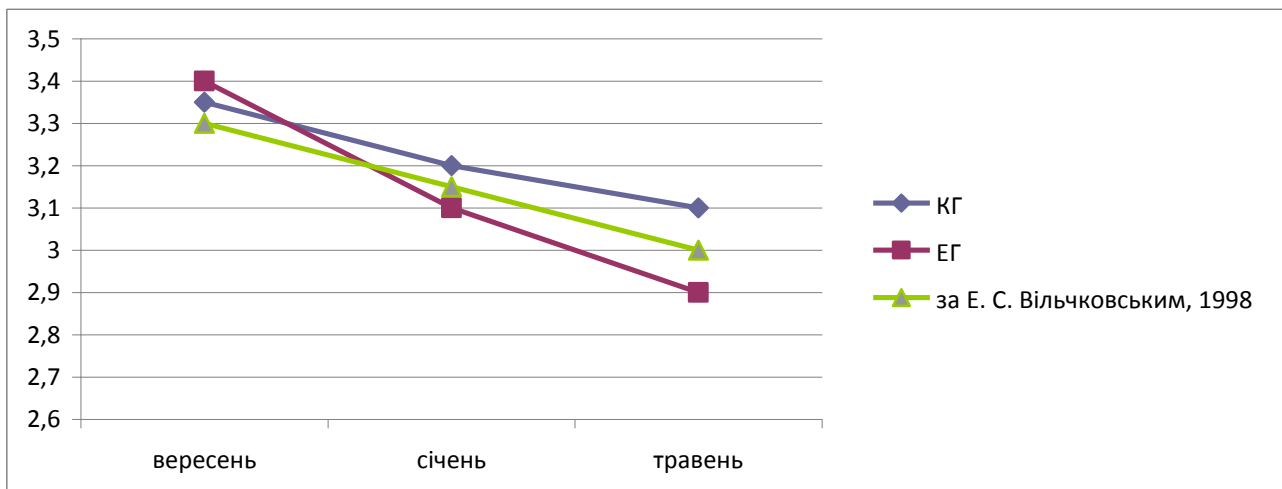


Рис. 1 Середні показники бігу на дистанції 10 м, с

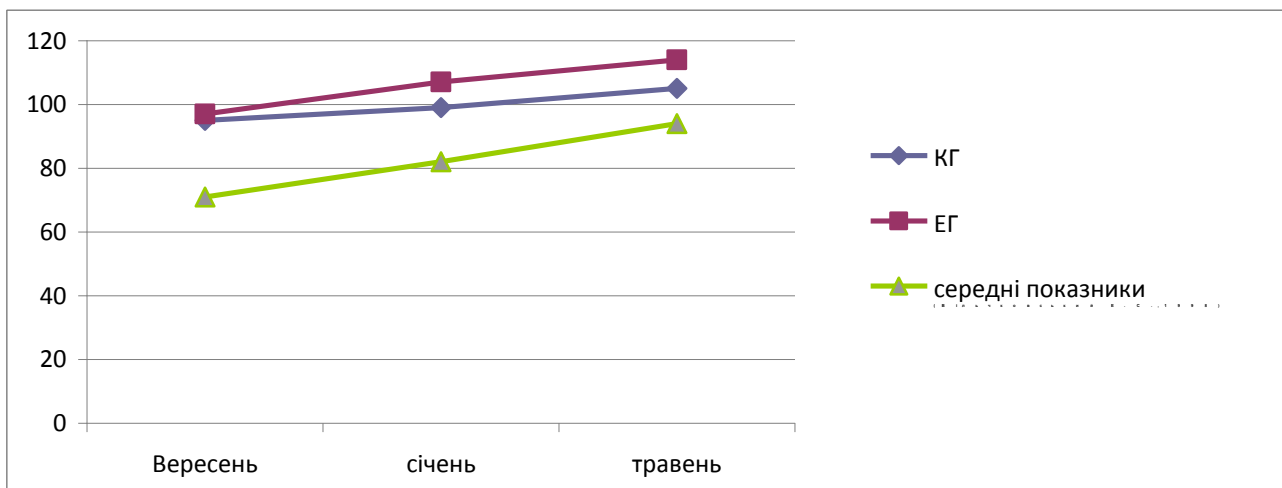


Рис. 2 Середні показники стрибків у довжину з місця, см

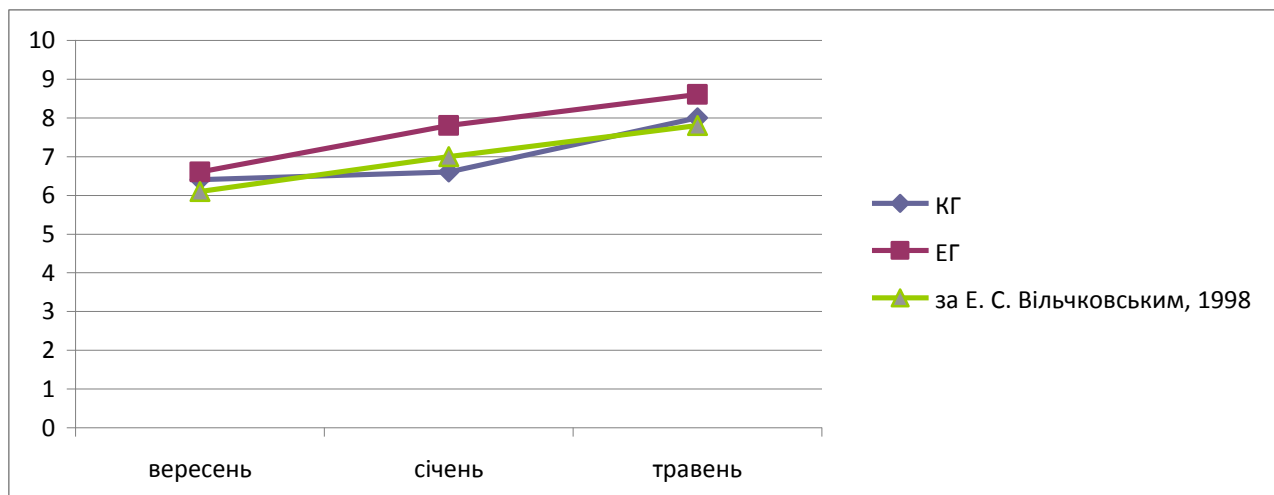


Рис. 3 Середні показники метання тенісного м'яча на дальність, м

Висновки й перспективи подальших досліджень. Результати експерименту підтвердили ефективність застосування в умовах дитячого навчального закладу спортивно орієнтованого фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Експериментальна програма мала виражений прогресивний вплив на ріст показників фізичного стану та розвитку рухової підготовленості дітей ЕГ.

Отримані дані дають підставу стверджувати, що такі заняття підвищують рухову активність дітей у зимовий період, компенсуючи сезонне зменшення рухової активності.

Проведене дослідження, спираючись на теоретичні концепції, педагогічний досвід і результати експерименту, дає підставу стверджувати, що робоча гіпотеза дослідження підтвердилась.

Список використаної літератури

1. Бальсевич В. К. Конверсія високих технологій спортивної підготовки як актуальне направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех / В. К. Бальсевич // Теория и практика физ. культуры. – 1993. – № 4. – С. 21–23.
2. Бальсевич В. К. Развитие быстроты и координации движений у детей 4–6 лет / В. К. Бальсевич, М. Н. Королева, Л. Г. Майорова // Теория и практика физической культуры. – 1986. – № 10. – С. 21–25.
3. Бальсевич В. К. Онтокинезиология человека / Бальсевич В. К. – М. : Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.
4. Вільчковський Е. С. Критерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Вільчковський Е. С. – К. : ІЗМН, 1998. – 64 с.
5. Волков Л. В. Спортивно-игровой метод в физическом воспитании детей дошкольного возраста : программа и метод. рек. / Волков Л. В. – Переяслав-Хмельницкий : [б. и.], 1990. – 64 с.
6. Рунова М. О. Рухова активність дитини в дитячому садку : посіб. для працівників дошк. закл., викладачів і студ. педвузів і коледжів : [пер. з рос. мови] / Рунова М. О. – Х. : Ранок, 2007. – 192 с.
7. Теория и методика физического воспитания : в 2-х т. Т. 2. Методика физического воспитания различных групп населения / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимпийская лит., 2003. – С. 12–20, 60–64.

Анотації

Із метою обґрунтування ефективності застосування спортивно орієнтованого фізичного виховання на базі дитячого садка № 300 Деснянського району м. Києва проведено педагогічний експеримент із дітьми старшого дошкільного віку. Експериментальним фактором стало введення в практику фізичного виховання дошкільників елементів технологій спортивного тренування.

Педагогічне спостереження, здійснюване в процесі дослідження, показало перевагу застосування спортивно орієнтованого фізичного виховання над традиційною програмою фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку, що виражається в позитивній динаміці показників функціонального стану, фізичної підготовленості й формування стійкого інтересу дітей до фізичної культури та спорту.

Ключові слова: діти старшого дошкільного віку, спортивно орієнтоване фізичне виховання.

Геннадий Петренко. Спортивно ориентированное физическое воспитание детей старшего дошкольного возраста в условиях детского учебного заведения. С целью обоснования эффективности применения спортивно ориентированного физического воспитания на базе детского сада № 300 Деснянского района г. Киева был проведён педагогический эксперимент с детьми старшего дошкольного возраста. Экспериментальным фактором стало введение в практику физического воспитания элементов технологий спортивной тренировки.

Педагогическое наблюдение, осуществляемое в ходе исследования, показало преимущества использования спортивно ориентированного физического воспитания над традиционной программой физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, что выражается в позитивной динамике показателей функционального состояния, физической подготовленности и формирования стойкого интереса детей к физической культуре и спорту.

Ключевые слова: дети старшего дошкольного возраста, спортивно ориентированное физическое воспитание.

Gennadiy Petrenko. Sports Oriented Physical Education of Senior Preschool age Children in a Kindergarten. In the kindergarten № 300 (Kyiv, Desnyanskiy district) with senior preschool age children was held a pedagogic experiment in order to substantiate the usage effectiveness of sports oriented physical education. Experimental factor was to introduce into preschool physical education practice the sports training technology elements.

Pedagogic observation carried out during this experiment revealed the advantages of sports oriented physical education over the traditional physical education program for senior preschool children that evidenced by the positive dynamics indices of functional state, physical fitness and a strong children interest in physical culture and sports.

Key words: senior preschool age children, sports oriented physical education.