

Динамика показателей физической культуры образованности старших дошкольников под влиянием комплекса мероприятий по оптимизации физического образования

Старченко А.Ю.

Сумской государственной педагогический университет имени А.С.Макаренка

Анотации:

Цель: рассмотреть изменения показателей физической культуры образованности старших дошкольников под влиянием экспериментального комплекса мероприятий. **Материал:** в эксперименте приняли участие 117 детей старшего дошкольного возраста. **Результаты:** получены достоверные изменения в показателях теоретических знаний по физической культуре. Интегральный показатель теоретических знаний по физической культуре улучшился на 52 % и составил 20,5 баллов. Уровень овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками статистически достоверно изменился, особенно в результатах бега – на 42 % и прыжков – на 41 %. После применения средств детского фитнеса отмечены статистически достоверные улучшения показателей основных жизненно важных двигательных умений и навыков. **Выводы:** комплекс проведенных мероприятий по оптимизации физического образования доказал свою эффективность, что позволяет рекомендовать его использование в дошкольных учебных заведениях.

Старченко А.Ю. Динамика показателей физической культуры образованности старших дошкольников под влиянием комплекса заходів з оптимізації фізичної освіти. Мета: розглядаються зміни показників фізичної культури освіченості старших дошкільнят під впливом експериментального комплексу заходів. **Матеріал:** в експерименті взяли участь 117 дітей старшого дошкільного віку. **Результати:** отримані статистично вірогідні зміни у показниках теоретичних знань з фізичної культури. Інтегральний показник теоретичних знань з фізичної культури покращився на 52% і склав 20,5 балів. Рівень оволодіння життєво важливими руховими вміннями та навичками статистично достовірно змінився, особливо в результатах бігу – на 42% і стрибків – на 41%. Після застосування засобів дитячого фітнесу відмічено статистично вірогідні зміни показників оволодіння життєво важливими руховими вміннями і навичками. **Висновки:** комплекс проведених заходів з оптимізації фізичної освіти довів свою ефективність, що дозволяє рекомендувати його використання у дошкільних навчальних закладах.

Starchenko A.U. Dynamics of values in physical training scholarship of senior preschoolers under the influence of set of activities connected with physical scholarship optimization. Purpose: to consider changes of values in physical scholarship of senior preschoolers under the influence of experimental set of activities. **Material:** 117 children of preschool age took place in the experiment. **Results:** achieved actual changes in values of theoretical knowledge in physical culture. Integral indicator of theoretical knowledge of physical culture has improved by 52% and amounted to 20.5 points. Level of mastery of vital motor skills significantly altered, especially in the results of races – by 42% and jumps – 41%. After one uses means of children fitness there were marked significant improvements of basic values of vitally important skills and habits. **Conclusions:** set of held activities on optimization physical education proved its efficiency that makes it possible to recommend its use in preschool educational establishments.

Ключевые слова:

физическая культура, образованность, комплекс, двигательные, умения, навыки, дети, фитнес.

фізична культура, освіченість, комплекс, рухові, вміння, навички, діти, фітнес.

physical culture, education, complex, motor, skills, children, fitness.

Введение.

По мнению большинства ученых [6; 8; 11; 12] усвоение физических знаний, составляющих интеллектуальную основу физической культуры, является основным компонентом физического образования, оказывая воздействие на формирование осознанного отношения детей к физическим занятиям и самостоятельному использованию физических упражнений в повседневной жизни.

Применительно к дошкольному возрасту, физическое образование направлено на формирование у детей знаний об основах физической культуры, понимания значения физических упражнений, осознанного отношения к своему здоровью, физическому развитию на основе сформированных двигательных умений навыков [8].

Особенной остроты необходимость обновления современного содержания дошкольного образования, в частности, физического, приобретает в связи с тем, что в Украине сегодня наблюдается снижение уровня «здоровья нации» как интегративного показателя физического, психического и социального здоровья граждан, и особенно детей дошкольного возраста [5].

Как отмечает С.О. Филиппова, в настоящее время в дошкольных учреждениях в подавляющем большинстве случаев можно встретиться с занятиями по

физической культуре, связанными доминантно только с реализацией двигательной активности детей. Однако вся система физического воспитания должна быть направлена на то, чтобы наряду с решением оздоровительных задач решались и чрезвычайно важные задачи формирования знаний дошкольников в области физической культуры [13].

По мнению Н.Ф. Денисенко, уже в дошкольном возрасте ребенок способен бережно относиться к своему здоровью при условии, если он владеет необходимыми знаниями, понимает свое физическое и психологическое состояние, умеет ухаживать за своим телом, владеет гигиеническими навыками [4].

Согласно утверждению ученых [2; 3; 7; 9; 15; 16], традиционные подходы в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками часто не отвечают современным требованиям и требуют замены на такие, которые бы эффективнее оказывали свое влияние на улучшение здоровья, физической подготовленности, своевременного физического, интеллектуального и морального развития ребенка, формирование представлений о здоровом образе жизни.

В последние годы многие ученые (Т.С. Овчинникова, А.А. Потапчук, 2002; Филиппова С.О., Волосникова Т.В., 2006; Т.В. Левченкова, 2007; О.М. Байер, К.Л. Крутий, 2008; Сайкина Е.Г., 2012) отводят важную роль в решении проблем физического воспита-

ния и образования дошкольников детскому фитнесу.

На наш взгляд проблема изучения влияния средств детского фитнеса на физкультурную образованность детей старшего дошкольного возраста является актуальной и требующей более глубокого изучения.

Данные исследования были проведены в соответствии с планом научно-исследовательской работы СумГПУ имени А.С. Макаренко, Министерства образования и науки Украины на 2007 – 2011 гг. по теме «Оптимизация процесса обучения и воспитания разных групп населения средствами физической культуры», утвержденной отделом государственной регистрации Украинского института научно-технической информации в городе Киеве (номер 0107U002255) и «Повышение уровня здоровья и физической подготовленности разных групп населения средствами физической культуры» (номер 0111U005736) на 2011 – 2015 гг.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Цель исследования: определить влияние экспериментального комплекса мероприятий по оптимизации физкультурного образования на показатели физкультурной образованности старших дошкольников.

Задачи исследования:

1. Раскрыть структуру и задачи экспериментального комплекса мероприятий по оптимизации физкультурного образования.

2. Исследовать изменения показателей уровня теоретических знаний, двигательных умений и навыков у детей 5-6 лет под влиянием комплекса мероприятий по оптимизации физкультурного образования.

Методы и организация исследований: анализ научно-методической литературы, педагогический эксперимент, тестирование [8; 12], методы математической статистики.

Исследования проводились в период с сентября 2012 по май 2013 года на базе дошкольных учебных заведений №18 и №28 г. Сумы. В них принимали участие 117 детей старшего дошкольного возраста: 58 – контрольная группа и 59 – экспериментальная.

Результаты исследования.

Для улучшения уровня физкультурной образованности детей старшего дошкольного возраста был разработан комплекс мероприятий, целью которого было создание специальных условий для усвоения интеллектуальных ценностей физической культуры, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков и повышение интереса к занятиям физической культурой средствами детского фитнеса.

Комплекс мероприятий включает четыре раздела:

1. Теоретический (усвоение необходимых теоретических знаний по физической культуре).
2. Практический (обучение жизненно-необходимым двигательным умениям и навыкам средствами детского фитнеса).
3. Контрольный.
4. Работа с родителями.

Учитывая возрастные возможности детей, были разработаны такие темы: «Особенности строения ор-

ганизма человека», «Личная гигиена», «Путешествие в страну Питания», «Физическая культура и спорт в жизни человека», «Здоровье и безопасность на занятиях физической культурой». На протяжении эксперимента данные темы систематически рассматривались при проведении физкультурных и секционных занятий, утренней гимнастики, а с целью их закрепления мы давали домашние и самостоятельные задания, выполнение которых контролировалось родителями.

Главной задачей практического раздела комплекса мероприятий было улучшение уровня развития жизненно важных двигательных умений и навыков средствами детского фитнеса. С этой целью содержание основных форм занятий экспериментальной группы было дополнено элементами детского фитнеса, а именно фитбол-гимнастикой, звероаэробикой, игрофитнесом.

Дети из контрольной группы, занимались по традиционным программам [1; 10], а также посещали секционные занятия по танцам.

На первом этапе исследования был определен исходный уровень физкультурной образованности у детей. Для определения теоретических знаний по физической культуре проводилось тестирование по методике И.Н. Моргун (табл. 1), каждый тест максимально оценивался в 5 баллов [8].

Анализ результатов в начале эксперимента показал низкий уровень теоретических знаний по физической культуре в обеих группах по следующим темам: «Познать себя – познать мир» – 2,4 бала; «Я и мое здоровье» – 2,7 балла; «Чистота – залог здоровья» дошкольники контрольной группы (КГ) набрали – 2,6 балла, а в экспериментальной (ЭГ) – 2,5 балла. Результаты среднего арифметического по теме «Путешествие в страну Питания» у детей контрольной группы составили 2,8 балла, в экспериментальной – 3 балла. По результатам ответов детей КГ и ЭГ групп на пятый тест «Здоровье и безопасность» мы также получили низкий уровень знаний.

Одним из важных результатов исследования после применения комплекса мероприятий по оптимизации физкультурного образования, стали достоверные изменения показателей теоретических знаний по физической культуре (табл. 2). Анализ результатов исследований показал, что интегральный показатель физкультурной образованности у детей ЭГ улучшился на 39,4 % по сравнению с КГ ($p < 0,05$).

По окончании эксперимента в ЭГ средний бал по основным темам составил: «Путешествие в страну Питания» и «Здоровье и безопасность» – 4,2 балла ($p < 0,05$); «Познать себя – познать мир» – 4 балла ($p < 0,05$); «Я и мое здоровье» – 4 балла ($p < 0,05$); «Чистота – основа здоровья» – 4 балла ($p < 0,05$).

В контрольной группе было отмечено незначительное улучшение уровня теоретических знаний – на 6,5 %, но эти изменения оказались статистически не достоверными ($p > 0,05$).

По методике Ю.К. Чернышенко [12] в исследуемых группах были определены показатели жизненно

Таблица 1

Показатели физкультурных знаний детей 5-6 лет в начале эксперимента

Тесты	балы ($\bar{x} \pm m$)		P
	КГ (n=58)	ЭГ (n=59)	
1. Познать себя – познать мир	2,4±0,10	2,4±0,09	> 0,05
2. Я и мое здоровье	2,7±0,08	2,7±0,08	> 0,05
3. Путешествие в страну Питания	2,8±0,08	3±0,07	> 0,05
4. Чистота – залог здоровья	2,6±0,08	2,5±0,08	> 0,05
5. Здоровье и безопасность	3±0,09	2,8±0,07	> 0,05
Интегральный показатель	13,8±0,36	13,5±0,33	> 0,05

Примечание: КГ – контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа.

Таблица 2

Изменения показателей теоретических знаний в контрольной и экспериментальной группах

Тесты	балы ($\bar{x} \pm m$)		Изменения %	p
	КГ	ЭГ		
1. Познать себя – познать мир	2,5±0,08	4±0,09	60	<0,05
2. Я и мое здоровье	2,9±0,08	4±0,07	38	<0,05
3. Путешествие в страну Питания	3±0,06	4,2±0,09	40	<0,05
4. Чистота – залог здоровья	2,8±0,07	4±0,09	43	<0,05
5. Здоровье и безопасность	3,2±0,07	4,2±0,08	31	<0,05
Интегральный показатель	14,7±0,31	20,5±0,3	39,4	<0,05

Примечание: КГ – контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа.

Таблица 3

Динамика показателей жизненно важных двигательных умений и навыков в ходе эксперимента

Тесты	КГ (n=58)			ЭГ (n=59)		
	до	после	разница %	до	после	разница %
Ходьба	1,92±0,04	2,02±0,04	5,2**	1,93±0,04	2,62±0,04	36*
Бег	1,96±0,04	2,08±0,04	6**	1,97±0,04	2,72±0,03	42,4*
Прыжок в длину с места	1,7±0,05	1,82±0,04	7**	1,72±0,04	2,42±0,04	41*
Метание мяча	1,78±0,06	2±0,06	12,3*	1,74±0,05	2,39±0,04	37,3*
Лазанье по гимнастической стенке	2,11±0,07	2,28±0,07	8**	2,04±0,04	2,8±0,04	37,2*

Примечание: КГ – контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа. * – уровень достоверности $p < 0,05$, ** – уровень достоверности $p > 0,05$

важных двигательных умений и навыков (бег, ходьба, прыжки, метание, лазание) в начале эксперимента и после реализации комплекса мероприятий по оптимизации физкультурного образования старших дошкольников. Каждый тест оценивался по трехбалльной системе, минимальная оценка составляла 1 бал.

На первом этапе исследований по всем показателям статистически достоверных отличий не наблюдалось. Полученные результаты свидетельствуют, что уровень двигательных умений и навыков в обеих группах не превышал 2,1 балла по трехбалльной шкале (табл. 3).

Анализируя средние значения жизненно важных двигательных умений и навыков, можно сказать, что статистически достоверные изменения после эксперимента произошли в экспериментальной группе. Следует отметить, что применение на физкультурных и секционных занятиях фитбол-гимнастики, игрофитнеса и звероаэробики значительно улучшили уро-

вень двигательных умений и навыков дошкольников ($p < 0,05$). Статистически достоверно улучшились результаты бега – на 42 % и прыжков – на 41 %, ходьбы – на 36 %, метания и лазанья – на 37 %.

В контрольной группе достоверные изменения были получены при результатах оценивания навыка метания ($p < 0,05$), которые улучшились на 12,3%. Также были отмечены незначительные улучшения в результатах бега, ходьбы, прыжков и лазанья ($p > 0,05$).

После проведения комплекса мероприятий по оптимизации физкультурного образования дети из экспериментальной группы показали более высокий уровень усвоения теоретических знаний и двигательных умений и навыков, чем те, которые учились по традиционной программе, что свидетельствует об эффективности проведенных мероприятий.

Выводы:

1. С целью улучшения уровня теоретических знаний по физической культуре, жизненно важных дви-

гательных умений и навыков, а также повышения интереса к занятиям у детей старшего дошкольного возраста, нами был разработан комплекс мероприятий, включающий 4 раздела: теоретический, практический, контрольный и работу с родителями.

- В результате внедрения комплекса мероприятий в основные формы занятий с дошкольниками были отмечены достоверные изменения уровня теоретических знаний по всем темам. Интегральный показатель теоретических знаний по физической культу-

ре в ЭГ достоверно улучшился на 52 % и составил 20,5 баллов, что соответствует высокому уровню. Уровень овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками также статистически достоверно изменился, особенно в результатах бега – на 42 % и прыжков – на 41 %.

Перспективы дальнейших исследований будут связаны с дальнейшим изучением средств детского фитнеса в целях оптимизации физкультурного образования дошкольников.

Литература

- Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» / [наук. кер. та заг. ред. О. Л. Кононко]. – 3-є вид., виправ. – К. : Світоч, 2009. – 430 с.
- Волосникова Т.В. Использование фитнес-технологий в процессе оздоровления дошкольников / Т.В. Волосникова // Сборник материалов научно-практической конференции, посвященной 210-летию РГПУ им. А.И. Герцена, 60-летию факультета физической культуры. – СПб.: Изд-во РГПУ им.А.И. Герцена, 2006. – С. 151 – 155.
- Голубева Г.Н. Детский фитнес в системе ДОУ / Г.Н. Голубева, Р.Ф. Исхакова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2010. – №4(17). – С. 20 – 22.
- Денисенко Н. Оздоровчі технології – в освітній процес / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2009. – № 11. – С. 7 – 11.
- Круцевич Т.Ю. Перспективы оптимизации содержания и организации физического воспитания в контексте формирования целостной гармонично развитой личности дошкольника / Т.Ю. Круцевич, Н.С. Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – №2. – С. 4–7.
- Лиджиева Г.Н. Содержание и организация процесса освоения детьми 3-6 лет интеллектуальных ценностей физической культуры : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Лиджиева Галина Николаевна. – Краснодар, 2005. – 177 с.
- Магомедов Р.Р. Азбука физической культуры для детей старшего дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2011. – 90 с.
- Моргун И.Н. Физкультурное образование детей 5–6 лет на основе взаимодействия семьи и педагогов дошкольных образовательных учреждений: дисс. ... кандидата пед. наук : 13.00.04 / Моргун Ирина Николаевна. – К., 2001. – 181 с.
- Пангелова Н. Оздоровчо – розвивальна програма «СА-ФІ-Дансе» як засіб корекції фізичного стану дітей старшого дошкільного віку / Н. Пангелова, О Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпропетровськ. держ. ін-т фіз. культури і спорту. – Дніпропетровськ. – 2010. С. 21 – 23.
- Проскура О. В. Оновлення програми «ДИТИНА» / О.В. Проскура, В.У. Кузьменко, Н.В. Кудикіна // Дитячий садок: управління. – 2010. – № 3 (17). – С. 14 – 16, 17 – 18.
- Томенко О. А., Старченко А. Ю. Зміст та особливості фізкультурної освіти дошкільнят та учнівської молоді різних вікових груп / О.А. Томенко, А.Ю. Старченко // Теорія та методика фізичного виховання. – №4. – 2011. С. 86 – 91.
- Чернышенко Ю. К. Научно-педагогические основания инновационных направлений в системе физического воспитания детей дошкольного возраста: дисс. ... доктора пед. наук : 13.00.04. / Чернышенко Юрий Константинович. – К., 1998. – 392 с.
- Филиппова С.О. Формирование у дошкольников знаний в области физической культуры как средство активизации их познавательной деятельности / Филиппова С.О., Рогачева Т.И., Панова Т.Н. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – №12. – 2011. – С.181 – 186.
- Obeng C.S. Physical Activity Lessons in Preschools. *Journal of Research in Childhood Education*. 2009, vol. 24(1), pp. 50 – 59.
- Iivonen S., Sakselahti A., Nissinen K. The development of fundamental motor skills of four to five year old preschool children and the effects of a preschool physical education curriculum // *Journal: Early Child Development and Care*, 2011, vol.181(3), pp. 335 – 343.
- Saykina E.G. The use of the fitness technologies in pre-school educational establishments / E.G. Saykina // *Innovative pedagogical technologies in the system of physical education and health-improving*. SPb.NIIFK, 2006. – P. 86 – 91.

References:

- Kononko O. L. *Bazova programa rozvutku ditini doshkil'nogo viku "IA u Sviti"* [Basic program of a child under school age, "I am in the world."]. Kiev, Torch, 2009, 430 p.
- Volosnikova T.V. *Ispol'zovanie fitness-tekhnologij v processe ozdorovleniia doshkol'nikov* [Using fitness improvement technologies in preschoolers], Sankt Petersburg, 2006, pp. 151 – 155.
- Golubeva G.N. *Pedagogiko-psikhologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoi kul'tury i sporta* [Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical culture and sport], 2010, vol.4(17), pp. 20 – 22.
- Denisenko N. *Doshkil'ne vikhovannia* [Pre-school education], 2009, vol.11, pp. 7 – 11.
- Kruevich T.I.U., Pangelova N.E. *Sportivnij visnik Pridniprov'ia* [Dnipro Sports Bulletin], 2012, vol.2, pp. 4–7.
- Lidzheva G.N. *Soderzhanie i organizaciia processa osvoeniia det'mi 3-6 let intellektual'nykh cennostej fizicheskoi kul'tury* [The content and organization of the process of development of children 3-6 years of intellectual values of physical culture], Cand. Diss., Krasnodar, 2005, 177 p.
- Magomedov R.R. *Azbuka fizicheskoi kul'tury dlia detej starshego doshkol'no go vozrasta* [The ABCs of physical education for preschool children], Stavropol, 2011, 90 p.
- Morgun I.N. *Fizkul'turnoe obrazovanie detej 5-6 let na osnove vzaimodejstviia sem'i i pedagogov doshkol'nykh obrazovatel'nykh uchrezhdenij* [Physical education of children of 5-6 years based on the interaction of families and teachers of preschool educational institutions], Cand. Diss., Krasnodar, 2001, 181 p.
- Pangelova N.Ie. *Sportivnij visnik Pridniprov'ia* [Dnipro Sports Bulletin], 2010, pp. 21 – 23.
- Proskura O. V., Kuz'menko V.U., Kudikina N.V. *Ditiachij sadok: upravlinnia* [Kindergarten: management], 2010, vol.3(17), pp. 14 – 18.
- Tomenko O. A., Starchenko A. Iu. *Teoriia i metodika fizicheskogo vikhovannia i sportu* [Theory and methods of physical education and sport], 2011, vol.4, pp. 86 – 91.
- Chernyshenko Iu. K. *Nauchno-pedagogicheskie osnovaniia innovacionnykh napravlenij v sisteme fizicheskogo vospitaniia detej doshkol'no go vozrasta* [Scientific and pedagogical foundation of innovative directions in the system of physical education of preschool children], Dokt. Diss., Krasnodar, 1998, 392 p.
- Filippova S.O., Rogacheva T.I., Panova T.N. *Uchenye zapiski* [Scientific notes], 2011, vol.12, pp.181 – 186.
- Obeng C.S. Physical Activity Lessons in Preschools. *Journal of Research in Childhood Education*. 2009, vol. 24(1), pp. 50 – 59.
- Iivonen S., Sakselahti A., Nissinen K. The development of fundamental motor skills of four to five year old preschool children and the effects of a preschool physical education curriculum. *Early Child Development and Care*, 2011, vol.181(3), pp. 335 – 343.
- Saykina E.G. The use of the fitness technologies in pre-school educational establishments. *Innovative pedagogical technologies in the system of physical education and health-improving*. SPb.NIIFK, 2006, pp. 86 – 91.

Информация об авторе:

Старченко Анастасия Юрьевна: ORCID: 0000-0002-7973-5397; anstarchenko@yandex.ru; Сумской государственной педагогический университет имени А.С. Макаренко; ул. Роменская 87, г. Сумы, 40002, Украина

Information about the author:

Starchenko A.U.: ORCID: 0000-0002-7973-5397; anstarchenko@yandex.ru; Sumy State Pedagogical University; Romenskaya str.87, Sumy, 40002, Ukraine.

Цитуйте цю статтю як: Старченко А.Ю. Динамика показателей физкультурной образованности старших дошкольников под влиянием комплекса мероприятий по оптимизации физкультурного образования // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 1 – С. 64-68. doi:10.6084/m9.figshare.894393

Cite this article as: Starchenko A.U. Dynamics of values in physical training scholarship of senior preschoolers under the influence of set of activities connected with physical scholarship optimization. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 201, vol.1, pp. 64-68. doi:10.6084/m9.figshare.894393

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Дата поступления в редакцию: 11.12.2013 г.
Опубликовано: 28.12.2013 г.

Received: 11.12.2013
Published: 28.12.2013