

9. Якименко В. А. Физическая готовность к обучению в школе как условие успешной адаптации первоклассников / В. А. Якименко // Педагогическое образование и наука. – М. : МАНПО. – 2007. – № 1. – С. 69–72.

Н. А. Кот

ФОРМИРОВАНИЕ КОМПОНЕНТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ К СИСТЕМАТИЧЕСКОМУ ОБУЧЕНИЮ: ПРАКТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

В статье рассмотрены некоторые аспекты формирования физической готовности дошкольников к систематическому обучению: определена содержательная сторона, очерчены проблемы и условия ее формирования в современной практике работы дошкольного образовательного учреждения.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая готовность детей к школе, условия формирования физической готовности.

N. Kot

FORMING CHILDRENS' PHYSICAL READINESS COMPONENTS TO SYSTEMATIC STUDIES: PRACTICAL ASPECT

The article discusses some aspects of forming preschool children physical readiness to the systematic training: determine the content side, outline the problem and the conditions of its forming in the modern practice of preschool educational institution.

Key words: physical education, children physical readiness to school, the conditions of forming physical readiness.

УДК 373.2.037.1(091)

Л. В. Гаращенко

ОГЛЯД СУЧАСНИХ ТЕНДЕНЦІЙ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті розглянуто сучасні тенденції розвитку фізичного виховання та оздоровлення; основи технології реалізації фізичного виховання дітей дошкільного віку. Обґрунтовано необхідність використання багатого арсеналу фізкультурно-оздоровчих засобів та доцільність застосування у системі фізичного виховання здоров'язберезувальних технологій як дієвого засобу збереження, зміцнення і формування здоров'я дітей.

Ключові слова: фізичне виховання, здоров'я, пріоритетність фізкультурно-оздоровчої роботи, здоров'язберезувальні технології, принцип оздоровчої спрямованості.

Постановка проблеми у загальному вигляді. За твердженням В. Бобрицької, кінець минулого й початок нового тисячоліття привніс у науковий пошук та повсякденну життєдіяльність людини потребу в створенні сучасної теорії і практики формування здоров'я, яка увібрала б у себе тисячолітній досвід людства і нові реалії буття. Автор відзначає, що для збереження здоров'я важлива мотивація на його формування, збереження і зміцнення [2]. У цьому зв'язку варто додати, що створити мотивацію необхідно саме у здорової людини, ще з дошкільного віку.

Не менш актуально постає проблема змін, що торкнулися насамперед розуміння самої суті фізичного виховання, коли, на думку Т. Круцевич, нові дослідження у галузі психології, соціології, гігієни, фізіології, практика фізичного виховання спонукають по-новому осмислювати тенденції його розвитку в суспільстві та використання загальновідомих закономірностей застосування засобів і методів фізичного виховання для збереження і зміцнення здоров'я [9]. Вважаємо правомірним наголосити, що однією із складових гармонійного виховання особистості є фізичне виховання, яке складає основу здоров'я, розвитку і виховання кожної дитини, з урахуванням того, що значущими стають діяльність самої особистості, потреби, мотиви, інтерес до зміцнення власного здоров'я засобами фізичної культури.

Привертає увагу дослідження І. Шеремет, у якому характеризується сучасне фізичне виховання, що постійно збагачує арсенал своїх засобів і методів результатами наукових досліджень, різноманітними елементами рухової активності з культур різних народів і спорту, що інтенсивно розвиваються, стало невід'ємним елементом способу життя, що істотно впливає на освіту, виховання та

здоров'я людини, її місце в суспільстві, життєві позиції, працездатність, комунікабельність, відпочинок, розваги, зняття напруженості й профілактику стресів. В останні десятиліття в різних країнах світу фізичне виховання стало розглядатися як потужний засіб зміцнення здоров'я населення, забезпечення високої працездатності, якості життя. Аналіз літературних джерел (В. Платонов, М. Дутчак, С. Bouchard, S. N. Blair, W. L. Haskell) дає підстави автору зазначити, що сьогодні рекреаційно-оздоровча спрямованість превалює у передових системах фізичного виховання і є основою здорового способу життя населення, а також чинником, що сприяє зміцненню здоров'я людей і запорукою продовження життя. У своєму дослідженні І. Шеремет гостро ставить питання про те, що все вищезначене не торкнулося системи фізичного виховання України, яка і нині базується на дещо модернізованих формах, що були встановлені ще в середині ХХ століття. Покликаючись на наукові розвідки Т. Круцевич, О. Литвина, М. Булатової, Н. Москаленко, автор зазначає, що діюча система фізичного виховання ні в кількісному відношенні, ні за якісними показниками не дозволяє досягти поставленої мети – зміцнення і збереження здоров'я населення, не відповідає потребам сучасного суспільства, що не могло не стати одним із чинників погіршення стану здоров'я й фізичної підготовленості населення України і перш за все молоді [11].

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковане розв'язання даної проблеми. Результати теоретичного аналізу свідчать, що обґрунтування необхідності переосмислення підходів до реалізації фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку перебуває у стані вивчення. Концептуальні ідеї здоров'ятворчого ставлення особистості до себе, спільноти, обумовлення нагальної потреби у превентивних заходах в організації освітнього процесу та формуванні свідомого ставлення до стану здоров'я висунуті О. Богініч [1; 4]. У контексті оновлення організації життєдіяльності дитини в умовах сучасного дошкільного навчального закладу автор обґрунтовує впровадження в освітню систему принципу гуманізації та принципу оздоровчої спрямованості навчально-виховного процесу і визначає умови для його реалізації [4]. У дослідженнях, присвячених обґрунтуванню важливості створення здоров'язбережувального середовища в дошкільному навчальному закладі (О. Богініч, Н. Денисенко, О. Дубогай), йдеться про організацію усіх процесів життєдіяльності відповідно до закономірностей організації навчального процесу, ефективності засобів і методів виховного впливу на дітей з урахуванням їх потреб, інтересів, індивідуальних особливостей і потенційних можливостей [4; 5]. За твердженням О. Богініч, проблема побудови освітнього процесу на основі зв'язку та взаємозалежності між навчанням, вихованням, розвитком і здоров'ям містить у собі необхідність розгляду якості дошкільної освіти, ефективності навчання і виховання з позиції збереження та покращення стану здоров'я дітей дошкільного віку [5]. За останні десятиліття сформувався значний фонд наукових досліджень з проблеми ефективного використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі та системі фізичного виховання дітей дошкільного віку зокрема (О. Богініч, Н. Денисенко, О. Дубогай, Н. Левінець, Л. Лиходід, А. Михайліченко та ін.) [4; 6; 8].

На підставі аналізу сучасних педагогічних досліджень (І. Бех, Г. Беленька, О. Богініч, Е. Вільчковський, Н. Гавриш, І. Дичківська, О. Кононко, В. Кузьменко, Т. Піроженко та ін.) можемо зробити такі висновки. По-перше, зміни в соціально-економічному, соціокультурному житті сучасного суспільства спричиняють зміни у його сприйманні та осмисленні, зміни у мотиваційній, емоційно-вольовій сферах, ціннісних орієнтаціях, появу нових потреб та можливостей їх задоволення. Особливо ці процеси впливають на фізичне, психічне, соціальне здоров'я дітей дошкільного віку. По-друге, дитинство також стимулює зміни у суспільстві через свої потреби, інтереси і можливості. По-третє, особистісно орієнтоване виховання будується на ставленні дітей до дорослих (і навпаки) як партнерів, посередників, співучасників спілкування та діяльності. По-четверте, основним критерієм здійснення виховання дітей дошкільного віку є певний ступінь відповідності властивостей і якостей особистості реаліям та вимогам сучасного життя з огляду на виховання як спосіб забезпечення життєдіяльності суспільства і дитини. По-п'яте, пріоритетне завдання сучасної системи дошкільної освіти – формування установок, орієнтирів, напрямів індивідуально-особистісного розвитку кожної дитини у контексті такої організації освітньо-виховного процесу, коли установка на збереження здоров'я є основою світогляду як педагогів, так і дітей.

Слушним є твердження сучасних дослідників (Т. Андрющенко, О. Богініч, Е. Вільчковський, Н. Денисенко, С. Джурінська, О. Дубогай, О. Іванашко, В. Нестеренко, В. Оржеховська, Н. Полька та ін.) про актуалізацію проблеми здоров'я дітей дошкільного віку в контексті переходу від уніфікованої освіти до освіти, орієнтованої на конкретну дитину з її особистими властивостями, нахилами,

адаптивними ресурсами. Підставою для визначення цієї ключової позиції модернізації всіх ланок освіти є суттєве погіршення здоров'я сучасних дітей.

Аналіз наукового пошуку дозволив установити, що здоров'я дітей дошкільного віку значною мірою залежить від факторів освіти і виховання, вплив яких можна послабити за рахунок превентивних заходів, тим самим актуалізуючи здоров'язбережувальний підхід до виховання, навчання і розвитку дітей. Варіативність дошкільної освіти, інтенсифікація освітнього процесу, збільшення обсягу виховних впливів та недостатня рухова активність дітей, порушення розпорядку дня, розширення спектру додаткових освітніх послуг та ін. свідчать про необхідність визначення стратегії сучасної дошкільної освіти щодо здоров'язбережувальної спрямованості освітнього процесу. Виходячи із попередніх тверджень, ми свідомі того, що виникла потреба в удосконаленні системи фізичного виховання та оздоровлення дітей, в освоєнні цінностей здоров'я і фізичної культури та необхідності формування здорового способу життя у цілісній системі виховних цінностей.

Саме тому **метою** нашої статті є визначення сучасних тенденцій у сфері фізичного виховання дітей дошкільного віку. Ґрунтуючись на динамічних змінах у підходах та реалізації оздоровчої спрямованості фізичного виховання дітей дошкільного віку, вважаємо за доцільне встановити основні фактори, що актуалізують зазначену проблему.

Виклад основного матеріалу дослідження. На сучасному етапі розвитку дошкільної освіти виявилися такі суперечності. Досі наголос був один: методика фізичного виховання дітей дошкільного віку побудована на обґрунтованих теоретичних концепціях, фактичному матеріалі різних галузей наук та забезпечувала результативний практичний досвід в умовах навчально-дисциплінарної моделі освітнього процесу попереднього періоду. Однак 90-ті роки виявили, що теоретичні положення стали впроваджуватися на практиці неефективно. Можемо констатувати, що, незважаючи на активізацію вдосконалення методичних основ фізичного виховання дітей, реалії практичного їх утілення мали невтішні результати. Стійка тенденція до погіршення здоров'я дітей, зниження рівня фізичної підготовленості, зменшення змісту та обсягу різних форм організації рухової активності дітей в освітньому процесі, неврахування потреб та інтересів дитини, зведення оздоровчої та розвивальної спрямованості фізичного виховання дітей до виконання утилітарних рухів на основі багаторазового вправління виявили проблеми розвитку особистості дитини та потребу вдосконалення системи фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах. Вищезначене стало основою для актуалізації спроби наукового розв'язання проблеми оздоровлення дітей засобами фізичного виховання в умовах дошкільних навчальних закладів, пошуку адекватних засобів і методів, традиційних і нетрадиційних форм фізкультурно-оздоровчої роботи.

Пріоритетність фізичного виховання у дошкільній освіті засвідчує розроблення різноманітних програм (комплексні, парціальні, спеціальні, експериментальні, локальні), які створюють програмовий супровід фізкультурно-оздоровчих форм роботи з дітьми відповідно до інваріантної та варіативної складових Базового компонента дошкільної освіти як Державного стандарту дошкільної освіти України.

Щодо фізичного виховання, то сьогодні набуває характеру аксіоми та обставина, що основи становлення особистості дитини, її фізичної культури, потреби у здоровому способі життя та систематичних заняттях фізичною культурою закладаються саме у дошкільному віці. Результати напрацювань науковців переконують у тому, що формування фізичної культури особистості дозволяє довести до свідомості дитини необхідність бережливого ставлення до власного здоров'я, сприяє особистісному становленню і розвитку (О. Богініч, Е. Вільчковський, Н. Денисенко, В. Шебеко, В. Шишкіна та ін.) [5; 8; 10; 12]. У цьому зв'язку вартими уваги є наукові доробки В. Шебеко про компоненти фізичної культури дітей дошкільного віку. Руховий компонент фізичної культури, на думку дослідниці, передбачає виконання дітьми простих, свідомих, автоматичних рухів, оскільки свідомі рухи активно впливають на функціональний стан організму та на особистість дитини зокрема. Інтелектуальний компонент фізичної культури визначається змістом фізкультурних знань дошкільника, в основі яких лежать особистісно значущі цінності. Якщо вони засвоєні, наголошує автор, у дітей формується правильне ставлення до власного здоров'я, розвиваються вміння і навички, що дозволяють успішно взаємодіяти з навколишнім середовищем. Соціально-психологічний компонент фізичної культури розкриває специфіку формування мотиваційно-потребнісної сфери дитини, мотивів позитивного ставлення дитини до занять фізичними вправами [10].

Для нашого локального дослідження особливо важливе твердження сучасних дослідників щодо формування здоров'я дитини як керованого динамічного процесу, у якому цілеспрямований

вплив засобів фізичної культури та ступінь упорядкованості розпорядку дня мають першочергове значення за інтенсивністю серед інших факторів (Т. Андрющенко, О. Богініч, Е. Вільчковський, З. Єрмакова, О. Лазар та ін.) [5; 8]. Подальший розвиток проблеми здоров'язбережувального фізичного виховання дітей дошкільного віку потребує виокремлення принципу оздоровчої спрямованості фізичного виховання з огляду на специфіку фізичного виховання та пріоритетність саме оздоровчих завдань цього процесу. Вважаємо за доцільне зробити покликання на Т. Круцевич, яка тлумачить принцип оздоровчої спрямованості через визначення таких вимог: формування фізичної культури особистості має співвідноситися з її психофізіологічними можливостями; педагогічний процес повинен плануватися і регулюватися згідно з науковообґрунтованими підходами до збереження і зміцнення здоров'я; педагогічний вплив на заняттях з фізичної культури має оцінюватися ступенем його оздоровчої цінності (тобто усвідомлювати, якою ціною отримується результат і чи вартий він витрачених зусиль) [9].

Сучасні тенденції розвитку фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку відображають збільшення ролі науково обґрунтованих ідей педагогіки та модернізації змісту і організації діяльності дошкільних навчальних закладів щодо здоров'язбереження. Принципи міркування О. Богініч полягають у тому, що запровадження особистісно орієнтованого підходу, забезпечення оптимальної реалізації особистісного потенціалу дитини, варіативності й доцільності використання інноваційних та оздоровчо-профілактичних технологій мають стати пріоритетами у роботі дошкільного навчального закладу, щоб оздоровчі завдання мали прерогативний характер, а здоров'я становило якісну передумову життєдіяльності дітей [4; 5]. Однак, практика дошкільного фізичного виховання засвідчує тенденцію до спеціалізованого навчання дітей, що відсуває на другий план самоцінність дошкільного віку, визначальну роль гри у формуванні особистості дитини, яка є улюбленою і природною діяльністю дітей, що найбільш відповідає життєво важливим потребам.

Спираючись на численні дослідження про те, що використання ігрового методу навчання є найбільш близьким природі дитини дошкільного віку, підвищує ефективність впливу на рівень засвоєння дітьми рухових дій (Л. Глазиріна, Н. Потехіна, Е. Степаненкова, В. Шебеко, В. Шишкіна), О. Богініч наголошує, що для оптимізації навчально-виховної роботи з фізичного виховання, зважаючи на особливу роль ігрової діяльності в житті дітей дошкільного віку, ігровий метод доцільно використовувати як один із провідних методів навчання на різних етапах формування рухової навички. Звертаючи увагу на цей аспект фізичного виховання, автор підкреслює, що ігровий метод, представлений рухливими іграми, ігровими вправами, ігровими прийомами, передбачає використання різноманітних компонентів ігрової діяльності лише у поєднанні з іншими дидактичними методами і прийомами [3]. Дослідниця вважає особливо важливою попередню роботу під час використання ігрового методу, спрямовану на розширення та конкретизацію знань дітей про ігрові образи, усвідомлення дітьми характерних особливостей рухів [3]. Цінним для практичного застосування є обґрунтування автором вимог до вибору методів і прийомів: урахування вікових особливостей дітей (швидка втомлюваність, неврівноваженість процесів збудження і гальмування); забезпечення достатнього рівня рухової активності дітей на заняттях завдяки створенню ігрової мотивації та забезпечення стійкого інтересу в дітей до виконання рухів; ігрові завдання мають сприяти якісному виконанню основних рухів.

У ролі важливого пріоритету фізичного виховання дітей виступає застосування технологій, в основі яких лежить міжпредметна інтеграція, спричинена вимогами до рівня розумового розвитку, освіченості дітей, необхідністю засвоєння великого масиву інформації. Та проблема не вичерпується інтеграцією різних видів діяльності як стратегії реалізації змісту освіти з метою цілісного впливу на дитину (Н. Гавриш) [8]. Ми повністю погоджуємося із О. Богініч, яка вважає неправомірним, коли автори з метою новітніх пошуків намагаються на занятті з фізичної культури реалізувати математичний, мовленнєвий чи природничий зміст. Усі форми роботи з фізичної культури, переконана дослідниця, повинні проводитися самостійно з метою забезпечення оптимальної рухової активності дітей та їх фізичного розвитку [8]. Ми дотримуємося тотожного погляду на проблему інтеграції у процесі фізичного виховання і переконані, що фізичне виховання має унікальні засоби і методи, потенціал яких необхідно глибше вивчати та використовувати, у тому числі й для розвитку розумової, пізнавальної сфери дітей дошкільного віку.

Розглядаючи проблему проведення інтегрованих занять з дітьми дошкільного віку, вважаємо за необхідне наголосити, що сучасні теоретико-методичні уявлення про фізкультурні заняття базуються на наукових дослідженнях та результативному практичному досвіді в галузі фізичного

виховання. У теорії і методиці фізичного виховання дітей дошкільного віку обґрунтовано типову структуру занять з фізичної культури, обумовлену закономірностями працездатності організму дитини, а також необхідністю оптимальних дозувань фізичних та емоційних навантажень, тобто таких, що забезпечують тренувальний та оздоровчий ефект. Якщо стрижнем фізичної культури дитини дошкільного віку має бути оптимальна рухова активність, то чи можна її досягти на занятті, на якому в тісному взаємозв'язку подається матеріал з різних розділів програми і поєднуються кілька видів діяльності (розумова і рухова)?

Виходячи з того, що особистісно орієнтоване виховання є новою парадигмою дошкільної освіти, варто переглянути деякі позиції щодо розвитку активності та самостійності дітей дошкільного віку. У дослідженнях, присвячених концептуальним змінам у дошкільній освіті, в основі яких лежить активність та діяльність самої дитини (І. Бех, О. Богініч, О. Кононко), йдеться про надання дітям можливості для виявлення активності та самостійності в здобутті рухового та здоров'язбережувального досвіду через власні вчинки, спроби та експериментування [5; 7]. Ми повністю погоджуємося з О. Богініч, що сьогодні не відкидаються вагомі надбання у галузі дошкільної освіти, а відбувається зміна акцентів у вихованні та розвитку дитини, наданні їй можливості самостійно вирішувати проблемні ситуації в житті як активному суб'єкту діяльності [5]. Відтак актуальним стає впровадження діяльнісно-компетентнісного підходу, що змінює цільову спрямованість фізичного виховання дітей дошкільного віку в напрямі від формування знань, умінь і навичок до формування здоров'язбережувальної компетентності кожної дитини, яка здатна застосовувати вміння у конкретній життєвій ситуації.

Також важливе питання – переосмислення оцінювання рухового розвитку дітей дошкільного віку. Ми знову припускаємося помилок, коли без урахування стану здоров'я і рівня фізичного розвитку дитини «підтягуємо» її до встановлених нормативів. Заслугує на увагу запропонована В. Шишкіною ідея необхідності доповнення оцінки рухового розвитку дітей за рівнем фізичної підготовленості та комплексна методика вивчення рухового розвитку дітей на основі спостереження, що включає оцінку рівня рухової активності та різноманітності рухів у самостійній руховій діяльності. Досить актуальними в цьому ракурсі є критерії оцінки: рівень рухової активності (оптимальна, мала рухливість, гіперрухливість); різноманітність рухів, які дитина використовує у власній самостійній діяльності; рівень фізичної підготовленості (М. Дедулевич, В. Шишкіна) [12]. Вищесказане підтверджує нашу позицію, що нормативи фізичної підготовленості дітей дошкільного віку мають не перетворюватися на самоціль, а бути орієнтирами для визначення фізичних можливостей дітей та спрямовуватися на покращення фізичного розвитку і мотивацію до занять фізичними вправами.

Більшість дослідників (О. Богініч, Е. Вільчковський, Н. Денисенко, В. Шишкіна та ін.) наголошує на дотриманні вимог щодо оптимальної організації загартувальних процедур [8; 12]. Аналіз теоретичних джерел і практики роботи дошкільних навчальних закладів дозволив нам виокремити ще одну проблему, а саме невідповідність методичних розробок умовам їх практичної реалізації у сфері загартування. В умовах дошкільного навчального закладу унеможлиблюється чіткість дотримання навіть температурних показників загартувальних процедур. Отже, значна кількість запланованих загартувальних процедур не може якісно реалізуватися в умовах дошкільного навчального закладу, і це проблема практики роботи.

Крім того, багато видів загартування (контрастні повітряні ванни, контрастні обтирання, обливання) будуються на точних температурних дозуваннях. Вихователь повинен не тільки забезпечувати індивідуальний підхід до дітей, йому потрібно регулювати різницю температури з точністю до градуса, організувати дітей, забезпечити психологічний комфорт під час проведення загартувальних процедур. Яким чином забезпечити умови для організації такого загартування в умовах дошкільного навчального закладу, при наявності 25–30 дітей у групі, на жаль, залишається не вивченим до кінця. На думку В. Шишкіної, у класифікації загартувальних заходів є суперечність та певна невідповідність [12]. На основі аналізу теоретичних доробок та практики вчені дають нову класифікацію методів загартування, в основу якої покладено принцип суттєвого елементу, що визначає оздоровчий ефект:

1. Метод поступового дозованого зниження температур впливу (повітряні, сонячні ванни, різні водні процедури місцевого і загального характеру: обтирання, обливання, ножні ванни та ін.). Цей метод загартування вважався довгий час одним із основних. Однак на сьогодні фізіологи

вважають його неефективним і недоцільним для використання в умовах дошкільного навчального закладу.

2. Метод екстремальних впливів (обливання холодною водою, біг по снігу босоніж та ін.) був започаткований сімейною педагогікою. Однак його масове застосування в умовах дошкільного навчального закладу неможливе, оскільки необхідна підтримка батьків, та й педагоги не можуть дозволити собі взяти на себе відповідальність.

3. Метод контрастних температур, звичайно, ефективний, проте недоцільний у використанні в дошкільному навчальному закладі, оскільки вимагає дозованого температури повітря, води та визначення місця у розпорядку дня.

4. Природні методи загартування, що найбільш прийнятні для кожного дошкільного навчального закладу [12].

Звичайно, ці твердження не є остаточними, проте вони виокремлюють необхідність поглибленого дослідження шляхів оптимальної реалізації проблеми загартування.

Аналіз практики дошкільної освіти та експериментальних досліджень щодо впровадження здоров'язбережувальних технологій у систему фізкультурно-оздоровчої роботи дошкільного навчального закладу дозволяє визнати значущість технологічного підходу до організації фізичного виховання та оздоровлення дітей, спрямованого на дієве забезпечення позитивної динаміки у стані здоров'я, фізичного розвитку і рухової підготовленості дітей, а також стверджувати затребуваність таких технологій освітньою практикою. У сучасних умовах розвитку освіти дошкільні навчальні заклади мають можливість обирати траєкторію свого професійного зростання, адже продумана організація освітнього процесу, інноваційні освітні технології, інформаційно-комунікаційне забезпечення цього процесу впливають на підвищення якості дошкільної освіти. Усі ці питання порушуються у Державному стандарті дошкільної освіти України та нових програмах для дошкільних навчальних закладів («Дитина», «Впевнений старт» та ін.), у яких чітко визначено завдання щодо формування у дітей дошкільного віку здоров'язбережувальної компетенції. Саме тому для реалізації цих завдань важливим є розуміння педагогами того, що вибір здоров'язбережувальних технологій залежить від програми, за якою працює педагогічний колектив, його професійної компетентності, конкретних умов дошкільного навчального закладу, а також показників стану здоров'я та фізичного розвитку дітей дошкільного віку.

Виходячи з вищесказаного, спробуємо виявити проблематику та можливості використання здоров'язбережувальних технологій у різних формах фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку. Доведена ефективність упровадження у процеси життєдіяльності дітей фітотерапії та ароматерапії, що використовуються із профілактично-лікувальною метою. Безумовно, ці технології в умовах дошкільного навчального закладу можливі в застосуванні та ефективні, але за певних умов. По-перше, при використанні фітотерапії та ароматерапії необхідно зважати на функціональну недосконалість нервової системи дітей дошкільного віку, їхню чутливість до подразників, а також на передумови формування алергічного враження дихальної системи та підвищення харчової алергії. По-друге, для посилення оздоровчого впливу ароматів важливо мати окреме приміщення для проведення таких заходів. По-третє, графік перебування дітей із різних вікових груп у фітобарі чи фітокімнаті повинен узгоджуватися із розпорядком дня тощо. Отже, правомірно поставити запитання: чи зможе дошкільний навчальний заклад забезпечити організаційно-педагогічні умови для впровадження цих технологій?

Пальчикова гімнастика доступна дітям ще з раннього віку. Акцентуємо увагу, що цю технологію доцільно використовувати перед заняттями з письма, малювання, ліплення, аплікації та як фізкультхвилинку під час занять із різних розділів програми. При цьому важливо знати, що вправи для фізкультхвилинки мають узгоджуватися з видом, тематикою занять і характером діяльності. Дозволимо собі зробити заувагу: зважаючи на мету фізкультхвилинки як малої форми активного відпочинку та її структуру, пальчикові вправи й ігри обов'язково мають поєднуватися із загальноорозивальними вправами.

У дошкільному навчальному закладі доцільно використовувати психогімнастику (ігри-медитації, вправи, етюди для тренування окремих груп м'язів, етюди для вираження емоцій, психомоторні розминки). Під час психогімнастики увага акцентується на навчанні елементів техніки виразних рухів, на використанні цих рухів у розвитку емоцій і почуттів та на формуванні навичок розслаблення. Важливо продумати, який саме фахівець буде проводити психогімнастику з дітьми, яке місце цього заняття у розпорядку дня вікової групи, враховувати, що на такому занятті кількість дітей

– 5–8 і що в цей час буде робити інша підгрупа дітей. Є й інший аспект цього питання – психогімнастичні вправи можна і доцільно вводити у різні форми фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми. Використання елементів психогімнастики буде доцільним на занятті з фізичної культури. При цьому важливо враховувати типову структуру фізкультурного заняття, обумовлену закономірностями працездатності організму дитини. Елементи психогімнастики допоможуть створити стан оптимальної працездатності психіки дитини перед початком основної частини фізкультурного заняття та регулювати психічне навантаження у завершальній частині. Вправами з психогімнастики доцільно урізноманітнити або збагатити ранкову гімнастику за рахунок включення до її змісту психомоторних розминок, рухових загадок, психологічного спілкування (сказати один одному теплі слова, привітати з весною, святом тощо), однак обов'язково зважати на мету ранкової гімнастики та її структуру. Вважаємо правомірним наголосити, що використання елементів психогімнастики на фізкультурному занятті не має перетворюватися на самоціль або засіб для досягнення зовнішнього ефекту чи данину інноваційним пошукам. Розглядаючи питання використання дихальної гімнастики, варто продумати, в яких формах фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми дихальні вправи будуть доцільними. Такі технології як фітболгімнастика, танцювальна терапія (ритмопластика), ритмічна гімнастика, аеробіка теж доцільні в умовах дошкільного навчального закладу, якщо визначитися: хто їх буде проводити з дітьми, вихователь чи інструктор з фізичної культури; ці вправи будуть частиною фізкультурного заняття чи це гурткова робота.

Гімнастику для очей, стимулювальну гімнастику (вправи у потягуванні, вправи для м'язів шиї, самомасаж потилиці), віброгімнастику (різке опускання на п'ятки з положення стоячи навшпиньки) у поєднанні з дихальною гімнастикою та пальчиковими вправами можна проводити у формі фізкультхвилинки та хвилинки здоров'я на статичних заняттях і між заняттями. Однак слід подумати, чи забезпечить хвилинка здоров'я, що складається із пальчикових вправ, самомасажу потилиці, вправ для очей, відновлення працездатності дитини на статичному занятті. Чи все-таки доцільніше провести фізкультхвилинку, змістом якої є вправи для великих м'язових груп, спрямовані на зняття статичного напруження. У публікаціях методичного характеру часто трапляється матеріал про оздоровчий біг. Якщо такий оздоровчий захід не просто декларувати, а планувати і проводити з дітьми, виникають питання: коли проводити оздоровчий біг і як його організувати? Можливо, слід планувати і проводити фізкультурні заняття на повітрі, адже зміст такого заняття передбачає аж 5 пробіжок.

Отже, запровадження здоров'язбережувальних технологій у практику дошкільної освіти спричиняє необхідність зміни змісту діяльності всього колективу дошкільного навчального закладу. Ми переконані, що педагогічному колективу дошкільного навчального закладу необхідно будувати оздоровчо-освітню роботу, керуючись визначенням здоров'я як багаторівневого поняття, що поєднує фізичний, психічний, соціальний та духовний аспекти.

Висновки. На основі викладеного вище можна стверджувати, що зміст фізичного виховання дітей дошкільного віку цілком вичерпується визначенням: що треба робити і як, аби зберегти і зміцнити здоров'я кожної дитини, збільшити її сили і витривалість, підвищити опірність організму до негативних умов, забезпечити задоволення природної потреби в рухах, створити позитивний настрій від взаємодії та спілкування у спільній руховій діяльності тощо. Шляхи реалізації цих завдань і визначають потребу в педагогічних інноваціях. Тільки осмислення науковцями і практиками багатого теоретико-практичного потенціалу фізичного виховання, досконале володіння фахівцями методикою фізичного виховання дітей дошкільного віку, готовність вихователів реалізовувати оздоровчу парадигму у власній професійній діяльності дозволить забезпечити результативний практичний досвід в умовах особистісно орієнтованої освітньо-виховної моделі. Ми цілком переконані, що традиції системи дошкільної освіти та їх розвиток навіть у складних сучасних умовах забезпечують необхідний рівень збереження здоров'я дітей, точніше, рівень стабілізації його стану. Це пояснюється тим, що у дошкільних навчальних закладах здійснюється не лише медичне забезпечення педагогічного процесу, але й сам зміст його спрямований на оздоровлення і фізичний розвиток дитини.

Розглянута проблема потребує подальшого дослідження. Особливо актуальним є питання застосування методичного інструментарію фізкультурно-оздоровчої роботи згідно з психофізіологічними особливостями дітей та специфікою їхнього розвитку в різні періоди дошкільного дитинства.

Література

1. Беленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини / Г. В. Беленька, О. Л. Богиніч, М. А. Машовець. – К.: СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.

2. Бобрицька В. Освітня політика України у галузі здоров'язбереження молоді за умов державного суверенітету / В. Бобрицька // Фізична культура і здоров'я людини: історія, сьогодення, майбутнє (до 100-річчя першого київського диплома вчителя фізичної культури) : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 18-19 жовт. 2012 р. / М-во осв. і науки, молоді та спорту України, Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, Ін-т спец. педагогіки НАПН України ; [редкол. : В. О. Огнев'юк, Л. Л. Хоружа, Н. М. Вінніковата ін.]. – К., 2012. – С. 232–240.
3. Богиніч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богиніч. – К. : СП «ЧИП», 2001. – 126 с.
4. Богиніч О. Л. Сутність здоров'язберігаючого середовища у життєдіяльності дітей дошкільного віку / Ольга Любомирівна Богиніч // Вісн. Прикарпат. ун-ту ім. В. Стефаника. Педагогіка. – Івано-Франківськ, 2008. – Вип. XVII–XVIII. – С. 191–199.
5. Богиніч О. Пріоритети у сфері фізичного розвитку дитини дошкільного віку / Ольга Богиніч // Оптимізація фізичного розвитку дитини у вітчизняній системі освіти : монографія / Е. Вільчковський, Н. Денисенко, А. Цьось та ін. – Запоріжжя: ЗОППО, 2010. – С. 124–148.
6. Витоки здоров'я дитини : навч.-метод. посіб. / Н. Денисенко, Л. Лиходід, С. Лупінович, А. Михайліченко. – Т. : Мандрівець, 2010. – 160 с.
7. Кононко О. Щоб у житті не заблукали: головне завдання виховання / Олена Кононко // Дошкіль. виховання. – 2012. – № 2. – С. 5–10.
8. Оптимізація фізичного розвитку дитини у вітчизняній системі освіти : монографія / Е. Вільчковський, Н. Денисенко, А. Цьось та ін. – Запоріжжя : ЗОППО, 2010. – 250 с.
9. Общие основы теории и методики физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимп.л-ра, 2003. – 424 с.
10. Шебеко В. Формирование личностной физической культуры в дошкольном возрасте / Вадим Шебеко // Пед. образование и наука. – 2009. – № 6. – С. 49– 55.
11. Шеремет І. Теоретико-методологічні основи фізичного виховання різних груп населення / І. Шеремет // Фізична культура і здоров'я людини: історія, сьогодення, майбутнє (до 100-річчя першого київського диплома вчителя фізичної культури) : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 18-19 жовт. 2012 р. / М-во осв. і науки, молоді та спорту України, Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, Ін-т спец. педагогіки НАПН України ; [редкол.: В. О. Огнев'юк, Л. Л. Хоружа, Н. М. Вінніковата ін.]. – К., 2012. – С. 218–227.
12. Шишкина В. А. Физическое воспитание дошкольников : пособие для педагогов и руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Валентина Андриановна Шишкина. – Мн. : Зорныверасень, 2007. – 160 с.

Л. В. Гарашенко

ОБЗОР СОВРЕМЕННЫХ ТЕНДЕНЦИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В статье сделан обзор современных тенденций развития физического воспитания и оздоровления; рассмотрены основы технологии реализации физического воспитания детей дошкольного возраста. Обоснованы необходимость использования широкого арсенала физкультурно-оздоровительных средств и целесообразность внедрения в систему физического воспитания здоровьесберегательных технологий как действенного средства сбережения, укрепления и формирования здоровья детей.

Ключевые слова: физическое воспитание, здоровье, приоритетность физкультурно-оздоровительной работы, здоровьесберегательные технологии, принцип оздоровительной направленности.

L. Harashchenko

REVIEW OF THE CURRENT TRENDS IN PRESCHOOL CHILDREN PHYSICAL EDUCATION SPHERE

The article examines the current trends in physical education and recreation; fundamentals of realizing preschool children physical education. The necessity of using rich arsenal of fitness facilities and the feasibility of the system of physical education health keeping technology as an effective way of preserving, strengthening and forming children's health.

Key words: physical education, health, the priority of sports and recreation activities, health keeping technology, the improving orientation principle.