

РОЛЬ ГРИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДОШКІЛЬНИКА

Юрій КАЛІЧАК, Вероніка ТЕРНАВСЬКА
м. Дрогобич

Фізичний розвиток дітей дошкільного віку є основою їхнього гармонійного зростання, оскільки саме в цей період у них формуються надзвичайно важливі навички та якості, які вплинуть на формування повноцінної особистості в майбутньому.

Фізична активність дитини дошкільного віку сприяє не лише поліпшенню вкрай необхідних фізичних показників, але й розвитку емоційної стійкості, самооцінки та впевненості у власних силах. Рухливі ігри стимулюють розвиток надзвичайно важливих особистісних якостей, таких як дисципліна, відповідальність та колективізм, задовольняють природну потребу дітей у русі та ігровій діяльності.

Вихователі закладів дошкільної освіти відповідальні за професійну організацію навчально-ігрового процесу, а також за своїми посадовими обов'язками зобов'язані враховувати вікові та індивідуальні особливості своїх вихованців. Їхнім першочерговим завданням передбачається виконання таких вимог:

- 1) добір ігор, що сприяють розвитку координації, спритності та витривалості;
- 2) створення позитивного ставлення до гри, акцентуючи увагу на важливості руху і командної роботи дитячого колективу;
- 3) забезпечення ігрового розвивального середовища задля навчання дітей дошкільного віку основних правил поведінки під час ігор та взаємодії із ровесниками й однолітками [1].

Ефективність здійснюваної ігрової діяльності дошкільників різного віку значною мірою забезпечується завдяки тісній співпраці між закладом дошкільної освіти і родинами вихованців. Успішно засвоєні у дитячому садку рухливі ігри можуть використовуватися у родинному колі за безпосередньої участі батьків та близьких родичів, котрі мали б створити умови задля їх проведення, адже цілком зрозумілим є основна мета організації з цією метою ситуації сприяння – гармонійний фізичний розвиток.

З цією метою цілком очевидною, на наш погляд, є необхідність широкого застосування в умовах закладу дошкільної освіти та сім'ї цілого арсеналу народних рухливих ігор, зокрема таких: «Воронята», «Гуси-лебеді», «Дрібушечки», «Квач», «Квочка», «Мисливці і качки», «Піжмурки», «Третій зайвий» та багато-багато інших відомих у різновіковому середовищі українських родин. Реалізація такого напрямку сучасної дошкільної освіти сприяла б, зокрема, патріотичному вихованню дошкільників.

Що швидше розпочнеться усвідомлена підготовка дітей до опанування найелементарніших навичок гри, то вища ймовірність того, що у дорослому віці ці навички результативно сприятимуть усвідомленій систематичній фізичній активності та здоровому способу життя.

Рухливі ігри сприяють зміцненню здоров'я та підвищенню рухової активності дітей, адже не дарма вважається, що будь-які ігри з різноманітним інвентарем, а саме з рівновеликими м'ячами, гімнастичними палицями тощо сприяють розвитку дрібної моторики, загалом вдосконалюють координацію рухів, а також вдосконалюють уміння безперешкодно комунікувати із ровесниками та дорослими [8].

Використання рухливих ігор з метою фізичного розвитку дітей у процесі фізичного виховання пояснюється їх важливим

значенням у дошкільному дитинстві. Відтак серйозною проблемою вважаємо планомірний і цілеспрямований їх вибір вихователем.

Основні вимоги, що сприяють правильному добору ігор:

- 1) наявність конкретних педагогічних завдань, що розв'язуються у ході їх проведення;
- 2) актуальний рівень фізичної підготовленості дошкільників, їх здобутий руховий досвід, сформовані інтереси та нахили;
- 3) місце гри у режимі дня;
- 4) дозування рухів під час гри;
- 5) емоційність рухливої гри [6, с. 255].

Важливим завданням вихователя вважаємо забезпечення можливості активної участі всіх дітей у процесі гри, створення сприятливих умов задля активізації рухової діяльності дітей, вдосконалення загального рівня фізичної підготовки дошкільників, прищеплення моральних якостей під час гри, влаштування різноманітних ситуацій у ході гри, що викликатимуть необхідність взаємодопомоги між її учасниками та створюватимуть появу ситуацій вибору стратегії моделювання власної поведінки. Вмілі та заздалегідь продумані дії педагога не лише спонукатимуть до активних дій дітей, але й підбадьорять їх виконувати правила гри [12].

У грі вкрай важливим елементом вважаємо підбиття підсумків її проведення, узагальнення досягнутих результатів, детальний аналіз типових причини невдачі її учасників. Значимим також у грі є, на наш погляд, високий рівень її емоційності, котрий дозволяє дитині виконувати рухові дії різної інтенсивності, тривалості та складності [7].

Найчастішими помилками, котрих припускаються діти дошкільного віку упродовж гри, є, на нашу думку, такі: непомірно швидкий її перебіг; занадто короткі паузи задля

відпочинку; відсутність цілеспрямованої та заздалегідь спланованої регуляції її тривалості, ще не сформоване вміння розподілити власні сили тощо. При цьому не варто забувати про постійну необхідність забезпечення присутності у дітей бадьорого настрою як найбільш правдоподібного показника дитячої зацікавленості, майстерне керування інтенсивністю фізичного навантаження й уникнення появи зайвої втоми учасників гри.

Отже, ігри мають захоплювати дітей новизною, належною кількістю інвентарю для їх проведення, високим рівнем емоційності, необхідністю постійного залучення процесів мислення тощо [4].

Участь дитини у грі допомагає їй опанувати відповідні рухові уміння та навички, розвинути у себе певні морально-вольові риси характеру, успішно засвоїти усталені норм поведінки.

Враховуючи все вище наведене, досвідчений вихователь закладу дошкільної освіти заздалегідь ретельно продумує весь перелік необхідних ігор, поступово їх ускладнюючи й урізноманітнюючи в такий спосіб характер рухових дій [11].

Психологічна готовність дітей дошкільного віку до проведення гри забезпечується не тільки опануванням нової рухової дії, але й упродовж засвоєння елементарних теоретичних знань про навколишнє оточення [3; 5; 10].

Особливої уваги заслуговують діти старшого дошкільного віку, котрих уже захоплює важливий елемент змагального результату, присутній практично в кожній грі. З цією метою необхідно завжди пам'ятати, що після завершення гри потрібно обов'язково відзначати найбільш вправних і спритних гравців. Названий прийом привносить у гру одночасно емоційність і різноманітність [6].

Під час організації рухливих ігор на прогулянці вибирати ведучого можна за допомогою лічилки у вигляді римованого вірша, оскільки час не так регламентований, як, наприклад, на заняттях. Такий спосіб з-поміж інших відомих варіантів дає можливість швидше й успішніше організувати дошкільників, щоб розпочати рухливу гру, а також вносить елемент випадковості в ігровий момент загалом. Так само можна не лише призначати ведучого, але й залучати дошкільників до виконання різноманітних ролей у будь-якій грі [6, с. 255].

Старшим дошкільникам варто пропонувати ігри, що потребують високого рівня координації здійснюваних рухів, що пояснюється значним досвідом здійснення відповідних рухових актів упродовж перебування у закладі дошкільної освіти.

Уміла організація дитячих ігор з боку педагога безпосередньо впливає на успішність їх проведення. При цьому складно координаційні рухові дії, зазвичай, потребують додаткового пояснення задля остаточної впевненості у їх розумінні з боку дітей.

Рухливі ігри вважають одним із найефективніших методів фізичного розвитку дошкільників у порівнянні із загальнорозвивальними гімнастичними вправами, вони є насамперед достатньо ефективним засобом розвитку дитини, адже передбачають розв'язання цілої низки важливих завдань формування особистості дитини дошкільного віку :

- 1) величезне розмаїття рухів упродовж гри;
- 2) можливість одночасного залучення великих груп м'язів;
- 3) надзвичайну емоційну насиченість;
- 4) оперативну мобілізації зусиль дитини;
- 5) відчуття задоволення і радості внаслідок їх виконання;
- 6) стимуляцію інтелекту дошкільників;
- 7) опанування широкого спектру елементів загального розвитку дошкільника;

- 8) прояв активності й ініціативності дітей;
- 9) моральне вдосконалення тощо [12].

Небезпідставно фахівці вважають, що вдало підібрана і вчасно запропонована вихователем рухлива гра здатна заохотити дитину дошкільного віку не лише пережити позитивні емоції, але й мотивувати прояв емоційного інтелекту у ході її проведення [2].

Найбільш розповсюдженими у дитячому середовищі іграми є ті, що віддзеркалюють набутий життєвий досвід дитини, опановані вміння та навички тощо [6].

При плануванні кожної рухливої гри вихователь повинен чітко усвідомлювати – які конкретно вміння, навички чи якості формуються в результаті її проведення.

Задля «узгодження фізичного навантаження із реальними можливостями дошкільників старших груп ЗДО можна використовувати різноманітні методичні прийоми, як от :

- 1) варіювання тривалості гри;
- 2) регуляція дозування повторень;
- 3) обмеження площі проведення самої гри;
- 4) зміна довжини дистанції;
- 5) утруднення щодо правил гри чи характеру перешкод, призначених для подолання гравцями;
- 6) влаштування нетривалих інтервалів відпочинку;
- 7) детальний розбір типових помилок» [12, с. 120].

Таким чином, рухливі ігри як важливий засіб фізичного виховання дітей дошкільного віку дозволяють помітно мотивувати й урізноманітнити процес їхнього фізичного та інтелектуального розвитку, суттєво вдосконалити фізичні якості, основні фізичні локомоції, успішно опанувати нові фізичні вміння та навички.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Базовий компонент дошкільної освіти України (нова редакція) : Настільна книга керівника дошкільного закладу. Частина 5 / упорядники : Т. В. Панасюк, С. І. Нерянова, А. А. Грищенко. Тернопіль : «Мандрівець», 2013. 168 с.
2. Базовий компонент дошкільної освіти / авторський колектив : Богущ А. М., Беленька Г. В., Богініч О. Л., Гавриш Н. В., Долинна О. П., Ільченко Т. С., Коваленко О. В., Лисенко Г. М., Машовець М. А., Низковська О. В., Панасюк Т. В., Піроженко Т. О., Поніманська Т. І., Сідельнікова О. Д., Шевчук А. С., Якименко Л. Ю. Київ : Видавництво «Наукова думка», 2012. 26 с.
3. Богініч О. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навчально-методичний посібник. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.
4. Вільчковський, Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : монографія. Суми : Університетська книга, 2017. 428 с.
5. Загородня Л. П., Тітаренко С. А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку : навчальний посібник. Суми : Університетська книга, 2018. 272 с.
6. Калічак Ю. Л. Фізичне виховання дітей дошкільного віку засобами народних рухливих ігор. Modern science : prospects, innovations and technologies : Scientific monograph. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2024. Part 2. P. 250 – 274.
7. Калічак Ю. Л. Методика фізичного виховання дітей. Модуль 2, 3: навчально-методичний посібник. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2014. 192 с.
8. Калічак Ю. Л., Сенчишин Р. Р. Українські народні рухливі ігри як засіб фізичного виховання дошкільників.

Проблеми та перспективи розвитку науки, освіти, технологій і суспільства : збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Кропивницький, 29 листопада 2023 р.). Кропивницький : ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 25 – 27.

9. Кокун О. М. Психофізіологія. Київ : Центр навчальної літератури, 2006. 184 с.

10. Приступа Є. Н., Слімаковський О. В., Лук'янченко М. І. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: методологія, теорія, практика. Дрогобич : Вимір, 1999. 449 с.

11. Хомин О. І., Калічак Ю. Л. Законодавче забезпечення дошкільної освіти. *Сучасні тенденції створення здоров'язбережувального середовища у закладах освіти* : збірник наукових праць / ред. кол. Ю. Калічак (головний редактор) та ін. Дрогобич : Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, 2024. Випуск 2. С. 119 – 126.

12. Чомко І. В., Калічак Ю. Л. Роль вихователя в розвитку рухової активності дітей раннього віку. The XIX International Scientific and Practical Conference «Modern problems in science», May 17–20, 2022, Vancouver, Canada. P. 575 – 579.