

Інноваційні підходи до організації оздоровчо-рекреаційних занять із дітьми дошкільного віку

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Проблема формування здоров'я дітей постає актуальною у зв'язку з двома глобальними тенденціями, що спостерігаються в нашій країні протягом останніх років: негативна динаміка погіршення здоров'я дитячого населення з одночасним зниженням рухової активності та зменшенням її інтенсивності [1, 9, 14]. За даними статистичної звітності МОЗ України, за останні роки в групі дітей від 0 до 17 років темп приросту поширеності захворювань становить 17,9 %, абсолютно здорових дітей, які вступають до школи, – лише 5 %. Такий стан потребує пошуку оптимальних форм і способів зміцнення здоров'я дітей, зокрема старшого дошкільного віку. Модернізація системи освіти сьогодні пов'язується, насамперед, із введенням в освітнє середовище інноваційних концепцій, в основу яких покладено цілісні моделі виховного процесу, засновані на діалектичній єдності методології та засобів їх здійснення, тобто такі, які не лише на рівні ідей, а й на рівні інтерактивних технологій утілюють ідею гуманізації дошкільної освіти, яка є центральною в процесі її оновлення [2, 6, 10]. Традиційні заходи фізкультурно-оздоровчої роботи з дошкільниками не завжди відповідають сучасним вимогам і пробують заміни на такі, які б ефективніше сприяли виконанню завдання зміцнення здоров'я, підвищення рівня фізичної підготовленості, своєчасного фізичного й психічного розвитку дитини, що й зумовлює пошук нових підходів до оптимізації системи дошкільного фізичного виховання [1, 6, 9]. Тому особливо актуальним на сучасному етапі розвитку дошкільної освіти є впровадження в педагогічну практику таких технологій, а також їхніх окремих елементів, які сприятимуть гармонійному розвитку та зміцненню фізичного й психічного здоров'я учнів, підвищенню захисно-приспосувальних функцій їхнього організму до різноманітних факторів навколишнього середовища [9]. На сьогодні ведуться інтенсивні наукові дослідження в галузі фізичної культури й спорту, однак, що стосується проблематики дошкільного фізичного виховання, їх суттєво бракує, порівняно з дослідженнями для інших вікових груп.

Дослідження проведено відповідно до плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. згідно з темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630).

Мета дослідження – вивчити підходи до організації оздоровчо-рекреаційних занять із дітьми дошкільного віку

Методи дослідження – теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури та документальних матеріалів, компаративний аналіз, соціологічні методи дослідження, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. За свідченням багатьох авторів, період дошкільного дитинства – відповідальний етап у забезпеченні належного фізичного та морального здоров'я людини й найкращі умови для цього створюються в процесі фізичного виховання особистості, що є важливим компонентом підготовки дитини до активного життя та освітньої діяльності. Дослідниками встановлено, що найбільша результативність процесу дошкільної освіти досягається в тому випадку, якщо добовий обсяг організованої рухової активності дитини становить від 30 до 40 % загального часу. Однак відомо, що потреба дітей у руховій активності під час їх перебування в дошкільних навчальних закладах задовольняється лише на 45–50 % [7]. Тому особливої популярності набувають клубні об'єднання, де заняття організуються й проводяться з урахуванням інтересу дітей та батьків до конкретних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, забезпеченням можливості емоційного, творчого самовираження, нервово-психічної розрядки, отримання дітьми задоволення від занять, розумної організації дозвілля, розваги, комунікативної компетентності в рамках неформального спілкування [2].

Потрібно відзначити, що, на думку багатьох дослідників, одним з основних засобів гармонійного розвитку дитини, формування позитивного ставлення до навколишніх, довкілля, оптимального емоційного стану є рухливі [7, 8, 16] та спортивні ігри [4, 5, 11, 12, 15]. Тому багато дослідників рекомендують використовувати в процесі оздоровчо-рекреаційних занять дошкільників увесь спектр сучасних рухливих ігор. Так, використання елементів тенісу в поєднанні з оздоровчими вправами апробовано в дослідженні В. Мелешко й Л. Шуби [8]. О. О. Харитоновною [11] визначено основні компоненти та зміст технології оздоровчих занять тенісом для дітей в умовах фітнес-клубу та отримано достовірні дані про позитивний вплив занять оздоровчим тенісом на формування й розвиток функ-

ціонального та фізичного стану здоров'я юних тенісистів. Автором розроблено практичні рекомендації й програму проведення занять тенісом у дитячих спортивно-оздоровчих групах для фахівців, які працюють у клубних об'єднаннях.

А. А. Висоцькою [3] розроблено, експериментально обґрунтовано та запропоновано до впровадження методика застосування рухливих ігор, яка сприяє підвищенню рівня фізичної підготовленості шестирічних дітей. Запропонована методика включає традиційний компонент (рекомендації з організації занять, підбору ігор, дозування навантаження) та інноваційний компонент (збільшення кількості годин на рухливі ігри, класифікацію рухливих ігор). На основі розробки класифікації рухливих ігор за принципом відповідності основним групам завдань, які виконуються в процесі фізичного виховання, запропоновано власні авторські рухливі ігри з використанням додаткового інвентарю (м'ячів). Розроблені О. Г. Лахно [7] інноваційні технології інтегрального психомоторного розвитку дітей 2- – 5-го років життя, які передбачають застосування технічного пристрою з використанням елементів баскетболу, ігор із використанням елементів туризму, модифікованої методики М. Монтесорі та функціонально цілісно, інтегрально єднують, різні елементи навчання й виховання.

Експериментальна робота Е. І. Адашкявичене [13] показала, що ігрові дії дітей та елементи техніки баскетболу (ловіння та ведення м'яча, кидки в кошик із місця й у русі) удосконалюються під час рухливих ігор («Гонка м'ячів по рядах», «М'яч об стінку», «Естафета з веденням м'яча» та ін.). Після того, як діти засвоять усі вищезазначені технічні прийоми з м'ячем і спрощені правила гри, можна починати гру в баскетбол.

Гра у футбол – одна з найпопулярніших серед дітей старшого дошкільного віку. Ю. М. Єрмаковою [4] розроблені та впровадженні методики фізкультурних занять на основі використання елементів гри у футбол із дітьми 5–7 років у дошкільних освітніх установах. Автором визначено зміст і блоки футбольних вправ, доступних для освоєння дітьми на основі врахування їхньої рухової підготовленості, фізичного й психічного розвитку; створені умови для інтеграції рухової та пізнавальної діяльності дітей у процесі виконання основних видів рухових дій у футболі; встановлено необхідну й достатню кількість фізкультурних занять на основі використання елементів гри у футбол у системі фізичного виховання дітей у дошкільних установах; виявлені ступінь впливу фізкультурних занять на основі використання елементів гри у футбол на розвиток фізичних якостей, фізичний і психічний розвиток дітей; розроблена методика фізкультурних занять на основі використання елементів гри у футбол, запропоновані практичні рекомендації щодо використання елементів гри у футбол у системі фізичного виховання дітей старшої й підготовчої до школи груп дитячого садка для інструкторів із фізичної культури та вихователів дошкільних освітніх установ.

Розроблено й експериментально апробовано О. Є. Конохом [5] авторську програму комплексного використання засобів спортивних ігор для дітей старшого дошкільного віку «Спортивні ігри – дошкільникам», яка сприяє підвищенню фізичного стану дітей 5–6 років.

П. П. Чердниченко [12] науково обґрунтовано, розроблено та апробовано технологію фізичної реабілітації хлопчиків старшого дошкільного віку з плоскостопістю в умовах спортивно-ігрового центру із застосуванням адекватних форм, засобів фізичної реабілітації та адаптованих засобів й елементів гри у футбол із метою розширення діапазону рухів за рахунок не використовуваних, у зв'язку з вальгусною установкою стопи, потенційних можливостей анатомічної будови різних ланок опорно-рухового апарату, що позначається на ефективності виконання рухового завдання в цілому; корекції техніки володіння м'ячем із метою зменшення навантаження на гомілковостопний суглоб та профілактики подальшого розвитку плоскостопості.

У той же час питання, що стосуються організації й безпеки проведення занять із використанням засобів спортивних ігор, зокрема футболу на базі оздоровчих центрів і клубів, на сьогодні у фаховій літературі висвітлено недостатньо.

Для з'ясування стану й перспектив розвитку оздоровчо-рекреаційних занять на базі оздоровчих центрів та з метою подальшого планування й удосконалення їхньої діяльності нами проведено опитування батьків (60 осіб), чії діти відвідують подібні заняття на базі футбольних клубів м. Києва. Середній вік батьків складає у середньому $32 \pm 2,1$ роки. Батькам запропоновано оцінити за 10-бальною системою діяльність клубів за такими параметрами, як якість занять, безпека дитини, ставлення педагогів до дитини, оформлення інтер'єру, відповідність інвентарю віку дитини тощо, а також загальний ступінь задоволення відвідування дитиною подібних занять. Встановлено, що більшість батьків достатньо високо ($8,3 \pm 0,9$) оцінюють атмосферу, що притаманна таким закладам. Система роботи у футбольних клубах, на думку батьків, ураховує вікові та психологічні особливості дітей дошкільного віку, сприяє розкутому спілкуванню з однолітками та дорослими, створенню особливих, психологічно комфортних умов для перебування дитини в клубі.

За результатами соціологічного дослідження встановлено, що більшість респондентів цілком задоволені якістю послуг, які надаються. Серед чинників, що є найпривабливішими для батьків при виборі клубних занять, названо такі:

- добре продуманий режим (можливість відвідування занять у зручний час);
- належна організація роботи закладу;
- гарний стан території й приміщень для занять;
- зручне розміщення закладу (неподалік від дому, місця роботи);
- високий рівень матеріально-технічного забезпечення;
- високий професійний рівень педагогів;
- добре ставлення дитини до тренера;
- добрі стосунки між дітьми в групі;
- результативна робота зі зміцнення здоров'я дітей;
- інше.

Ступінь задоволеності від відвідування дитиною оздоровчо-рекреаційних занять батьки в цілому оцінюють достатньо високо, у середньому на $7,8 \pm 1,27$ бала, та дещо нижчою від спілкування з персоналом дитячого футбольного клубу – $7,6 \pm 0,95$. Також батьками як на позитивне наголошується на успішній адаптації дитини в колективі однолітків (91,6 %), що проявляється в позитивному впливі колективу на особистість дитини, готовність її до співпраці, позитивному сприйнятті колективом дитини. Більшість батьків наголошують, що діти із задоволенням відвідують заняття. Дитина в процесі занять почувалася радісно й спокійно (93,3 %) і лише 7,7 % батьків відповіли, що почувалася настороженою.

Пріоритетними мотивами відвідування оздоровчо-рекреаційних занять із дітьми дошкільного віку, на думку їхніх батьків, виступають:

- гармонійний розвиток особистості;
- виховання здорової дитини;
- формування в дитини навичок самостійної поведінки;
- розвиток здібностей дитини;
- правильне спілкування дитини в колективі;
- активний відпочинок, розваги.

Інтерес до занять з елементами гри у футбол зумовлений низкою причин: інтересом дітей та батьків до занять цим видом оздоровчо-рекреаційної рухової активності, забезпеченням можливості емоційного, творчого самовираження, нервово-психічної розрядки, отримання дітьми задоволення від занять, формування рухової культури: культури тіла, культури рухів, культури тілесного здоров'я, розумної організації дозвілля, розваги, комунікативної компетентності в рамках неформального спілкування, самовдосконалення, ведення здорового способу життя.

Результати опитування дали змогу встановити, що батьки схвально ставляться та високо оцінюють інноваційні підходи до організації оздоровчо-рекреаційних занять на базі клубних об'єднань, зокрема впровадження здоров'язберігальних технологій, що дають можливість проводити заняття в цікавих різноманітних формах, забезпечують фізичне, соціально-емоційне, духовне, інтелектуальне благополуччя малюків, створення розвивального життєвого простору для повноцінного розвитку дитини-дошкільника, а також наголошують на необхідності просвітницької роботи з батьками з організації фізичного розвитку й виховання в сім'ї та питань здорового способу життя.

Висновки й перспективи подальшого дослідження. Аналіз фахової літератури з проблеми дослідження дав підставу встановити, що нині, незважаючи на різноманітність програм, які впроваджуються в дошкільних освітніх установах, проблема організації оздоровчо-рекреаційних занять дітей дошкільного віку залишається актуальною. Це підтверджується тенденцією погіршення стану здоров'я, зниженням рівня рухової підготовленості дітей дошкільного віку. Фахівці вказують, що система фізичного виховання дітей у дошкільних освітніх установах функціонує недостатньо ефективно, і наголошують на необхідності її вдосконалення як у плані традиційно використовуваних, так і впровадження нових засобів, форм і методів занять фізичними вправами. У цьому контексті особливий інтерес представляє використання ігрового методу й вправ з арсеналу спортивних ігор у системі оздоровчо-рекреаційної діяльності дітей 5–6 років. Оздоровчо-рекреаційні заняття, побудовані на використанні елементів спортивних ігор та вправ, значною мірою сприяють підвищенню рівня фізичної підготовленості, фізичному й психічному розвитку, викликають підвищений інтерес до занять руховою діяльністю в дошкільнят.

За результатами дослідження встановлено, що більшість батьків цілком задоволені якістю послуг, що надаються для дітей дошкільного віку на базі спортивно-оздоровчих клубів. Респонденти наголошують, що атмосфера доброзичливості, підвищеної уваги й поваги до кожного, хто займається, незалежно від його віку, справляє позитивний психологічний вплив і спонукає приходити до дитячих футбольних клубів. Перспективи подальших досліджень спрямовані на оцінку ефективності програми оздоровчо-рекреаційних занять на базі дитячих футбольних клубів.

Джерела та література

1. Андреева О. В. Проблемы та перспективи впровадження рекреаційно-оздоровчих занять в загальноосвітніх школах / О. В. Андреева, М. В. Чернявський // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 4. – С. 34–36.
2. Андреева О. Концептуальні та прикладні аспекти технологізації проєктувальної діяльності в сфері фізичної рекреації / О. Андреева // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 35–39.
3. Высоцка А. А. Повышение уровня физической подготовленности учащихся базовых школ Польши на основе использования подвижных игр автореф. дисс. ... канд. пед. наук / А. А. Высоцка. – Минск, 2008. – 24 с.
4. Ермакова Ю. Н. Методика физкультурных занятий с детьми 5–7 лет на основе использования элементов игры в футбол : дис. ... канд. пед. наук. – Москва, 2010. – 182 с.
5. Конох О. С. Комплексне використання засобів спортивних ігор у підвищенні фізичного стану дітей 5–6 років : дис. ... канд. наук з фіз.вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О. С. Конох. – Запоріжжя, 2014. – 301 с.
6. Круцевич Т. Теоретичні основи дослідження фізичної рекреації як наукова проблема / Т. Круцевич, О. Андреева // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – № 1. – С. 5–13.
7. Лахно О. Г. Інноваційні технології розвитку психомоторних здібностей у фізичному вихованні дітей 2-го – 5-го років життя : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту / О. Г. Лахно. – Київ, 2013. – 301 с.
8. Мелешко В. Фізична культура для дітей 5–6 років із пріоритетним використанням засобів оздоровчої спрямованості / В. Мелешко, Л. Шуба // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць в галузі фіз. культури і спорту. – Львів : НВТ «Укр.технології», 2008. – Т. 2, № 7. – С. 145–147.
9. Полька Н. С. Оптимізація фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах / Н. С. Полька, С. В. Гозак, О. Т. Єлізарова // Довкілля та здоров'я. – 2013. – № 2. – С. 12–17.
10. Рибалко П. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти / П. Рибалко, С. Гвоздецька, Л. Прокопова // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2016. – № 3 (57). – С. 340–347.
11. Харитоновна О. О. Технология оздоровительных занятий теннисом с младшими школьниками в условиях фитнес клуба : автореф. дис. ... канд. пед. наук. / О. О. Харитонова:– Москва, 2009. – 24 с.
12. Чередніченко П. П. Використання елементів гри у футбол у профілактиці та корекції плоскостопості у дошкільнят / П. П. Чередніченко // Молодь та олімпійський рух : збірник тез доп. IX Міжнар. наук. конф. молодих учених, 12–13 жовт. 2016 р. – Київ, 2016. – С. 233–234.
13. Adaskeviciene Eugenija. Pre-school and younger school age children's health development / Eugenija Adaskeviciene, Neringa Strazdiene ; Klaipėda University. – Lithuania, 2012 [Elektronik resource]. – Mode of access : etalpykla.lituanistikadb.lt/fedora/objects/LT-LDB-0001:J.04-2005~136715
14. Andrieva, O. V. (2014) Approach to evaluating health level and adaptation possibilities in schoolchildren / O. V. Andrieva, O. M. Sainchuk // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. – 2,3–8 [Elektronik resource]. – Mode of access : <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.923507>
15. Könnicke Piet Childhood Soccer – A Playground Bursting With Benefits / Piet Könnicke // Take The Magic Step. – 2009. – 16 January [Elektronik resource]. – Mode of access : <https://www.takethemagicstep.com/trainingexercise/families/childhood-soccer-a-playground-bursting-with-benefits/>
16. The Physical Activity Handbook Preschoolers. Good for Kids [Elektronik resource]. – Mode of access : www.imagineeducation.com.au/files/GapTraining/Good_20for_20Kids_20Physical_20Activity_20Handbook.pdf

Анотації

Вивчено інноваційні підходи до організації рекреаційних занять із дітьми дошкільного віку на базі спортивно-оздоровчих клубів. Результати опитування дали змогу встановити, що батьки схвально ставляться та високо оцінюють інноваційні підходи до організації оздоровчо-рекреаційних занять на базі клубних об'єднань. Особливою атрактивністю серед дітей дошкільного віку користуються дитячі футбольні клуби. Інтерес до занять з елементами гри у футбол зумовлений низкою причин: інтересом дітей та батьків до занять цим видом оздоровчо-рекреаційної рухової активності, забезпеченням можливості емоційного, творчого самовираження, нервово-психічної розрядки, отримання дітьми задоволення від занять, формування рухової культури: культури тіла, культури рухів, культури тілесного здоров'я, розумної організації дозвілля, розваги, комунікативної компетентності в рамках неформального спілкування, самовдосконалення, ведення здорового способу життя.

Ключові слова: діти дошкільного віку, рекреаційні заняття, інновації, спортивно-оздоровчі клуби, рухова активність

Рудольф Сухомлинов. Инновационные подходы к организации оздоровительно-рекреационных занятий с детьми дошкольного возраста. *Изучаются инновационные подходы к организации рекреационных занятий с детьми дошкольного возраста на базе спортивно-оздоровительных клубов. Результаты опроса позволили установить, что родители одобрительно относятся и высоко оценивают инновационные подходы к организации оздоровительно-рекреационных занятий на базе клубных объединений. Особой атрактивностью среди детей дошкольного возраста пользуются детские футбольные клубы. Интерес к занятиям с элементами игры в футбол обусловлен рядом причин: интересом детей и родителей к занятиям данным видом оздоровительно-рекреационной двигательной активности, обеспечением возможности эмоционального, творческого самовыражения, нервно-психической разрядки, получение детьми удовольствия от занятий, формирование двигательной культуры: культуры тела, культуры движений, культуры телесного здоровья, разумной организации досуга, развлечения,*

коммуникативной компетентности в рамках неформального общения, самосовершенствования, ведения здорового образа жизни.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, рекреационные занятия, инновации, спортивно-оздоровительные клубы, двигательная активность

Rudolf Sukhomlynov. Innovative Approaches to the Organization of Health-Improving and Recreational Activities for Children of Preschool Age. The paper deals with studying the innovative approaches to the organization of recreational activities for preschoolers on the premises of sports and health-enhancing clubs. The results of the survey established that the parents have a positive attitude and highly appraise the innovative approaches to the organization of health-enhancing and recreational activities on the premises of club associations. Children's football clubs are especially attractive among preschool age children. Attractiveness of activities with the elements of football is due to a number of reasons: the interest of children and parents in this type of health-enhancing and recreational physical activity, opportunities provided for emotional and creative self-expression, neuropsychic relaxation, pleasure derived by children from the classes, and development of physical culture: corporeal culture, cultures of movements, culture of body health, rational organization of leisure, entertainment, communicative competence in the framework of informal communication, self-improvement, and healthy lifestyle.

Key words: preschool age children, recreational activities, innovations, sports and health-enhancing clubs, physical activity.