

*in fresh air with tempering procedures. The results of experiment demonstrated positive impact of the program. Children of the experimental group were sick less often than children in the control group, they improved their posture and foot arches have normalized, statistically early improved morphological and functional parameters and results of physical fitness.*

**Key words:** *influence, physical education, computer-integrated, hardening, preschoolers, physical development, physical preparedness.*

УДК 796.011.3-053.4

*Тетяна Круцевич,  
Наталія Пангелова*

## **Зміст і засоби програми інтегрованого розвитку рухових та моральних якостей дітей старшого дошкільного віку в процесі фізичного виховання**

*Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ);  
ДВНЗ “Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет  
імені Григорія Сковороди” (м. Переяслав-Хмельницький)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Фізичне виховання традиційно розглядається лише як засіб оптимізації фізичного стану людини, але не інтелектуального й соціально-психологічного розвитку, що значно обмежує можливості цілісного формування особистості. Недостатнє розуміння механізмів реалізації одночасного розв’язання завдань фізичного та духовного вдосконалення змушує фахівців фізичного виховання до переважного розвитку рухової сфери дітей. При цьому досить часто використовують стандартний набір засобів фізичного виховання й обмежений характер їх використання.

Удосконалення змісту виховної роботи з формування моральних якостей дітей у процесі занять фізичними вправами може сприяти створенню цілеспрямованої системи впливів на розвиток моральної свідомості. З’ясовано, що цілісна система педагогічних впливів (роз’яснення і обговорення моральних норм, групові та індивідуальні етичні бесіди в процесі занять фізичними вправами, розповіді про спортивну етику та ін.) дає змогу систематизувати й програмувати педагогічні впливи на свідомість, волю та почуття вихованців, змінювати їх духовно-моральні судження, що й обумовлює необхідність створення програми комплексного розвитку особистості дитини в процесі фізичного виховання.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми.** В останні роки проведено дослідження, присвячені організаційно-педагогічним і методичним питанням удосконалення системи фізичного виховання дошкільників [5]; підвищенню емоційної стійкості дітей 6–7-річного віку засобами фізичного виховання [9]; оптимізації рухової активності старших дошкільників із різним рівнем фізичного стану [10]; сполученому розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей п’яти і шести років у процесі фізичного виховання [6]; формуванню ціннісного ставлення до власного здоров’я дітей старшого дошкільного віку [1]; розвитку рухових і розумових здібностей старших дошкільників у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності [8].

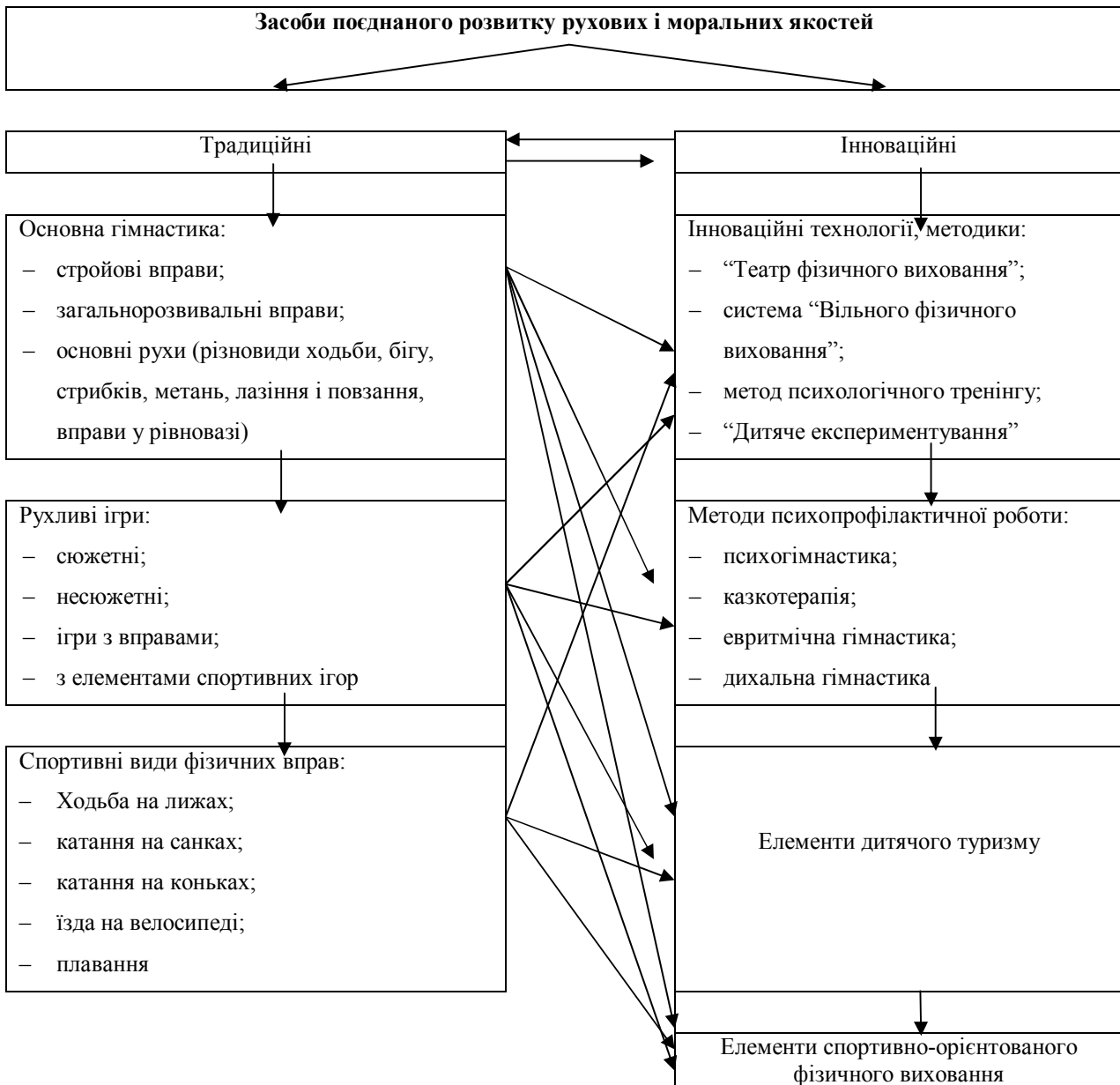
У розробці проблеми морального виховання дітей дошкільного віку значну роль відіграли роботи Л. В. Артемової (1988), Р. С. Буре (1986), О. Л. Кононко (2002), Л. А. Мондейкене (1987), Л. Є. Ніконової (1989), Т. І. Поніманської (2008), Л. Н. Проколієнко (1987).

Водночас питання морального розвитку дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання залишається ще недостатньо дослідженим. У доступній нам літературі не було виявлено досліджень, пов’язаних з обґрунтуванням теоретико-методологічних та організаційно-практичних аспектів використання засобів фізичної культури для формування моральних якостей дошкільників.

**Завдання дослідження** – розробка змісту й засобів програми інтегрованого розвитку рухових і моральних якостей дітей 5 і 6-річного віку у процесі фізичного виховання.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Програма інтегрованого розвитку рухових і моральних якостей дітей старшого дошкільного віку не замінює

та не виключає обов'язкових занять фізичними вправами відповідно до державних програм виховання й розвитку дитини [2; 3]. Йдеться про включення у фізкультурно-оздоровчу роботу елементів інноваційних педагогічних технологій, які сприяють духовному зростанню дитини, комплексному розвитку її особистості і були інтерпретовані нами відповідно до мети та завдань дослідження. Отже, у процесі формування моральних якостей старших дошкільників під час фізичного виховання нами використано як традиційні засоби фізичного виховання, так й елементи інноваційних педагогічних технологій (рис. 1).



**Рис. 1.** Класифікація засобів формування моральних якостей старших дошкільників у процесі фізичного виховання

Удосконалення змісту виховної роботи в процесі занять фізичною культурою відбувалося у декількох напрямках, а саме:

- *упровадження у фізкультурно-оздоровчу роботу інноваційних, альтернативних технологій і методик.*

Великою популярністю користується авторська система “Театр фізичного виховання” М. М. Єфименко (1995). В аспекті нашого дослідження ця технологія цікава тим, що в процесі проведення

захопливих тематичних занять можна не тільки забезпечити дітям максимальне емоційне благополуччя, розвивати фантазію, можливість імпровізації в руховій діяльності, а й сприяти формуванню особистісних якостей, культури поведінки.

Кожне заняття, відповідно до програми “Театр фізичного виховання й оздоровлення дітей”, являє собою ситуаційну міні-гру (СМГ), у якій діти вступають в етап рольової або “наслідувальної” імітаційної гри, виконуючи ролі тварин чи птахів, комах або наслідуючи казкових героїв. При цьому відбувається вираження моральних почуттів, усвідомлення етичних норм, управління в моральній поведінці й набуття позитивного соціального досвіду [4].

Одним із нових напрямів є впровадження в практику фізичного виховання дітей дошкільного віку сюжетних занять, які забезпечують оптимальні умови для розвитку як рухової, так і емоційно-моральної сфер дитини, а також формування зв'язків між різними напрямками виховання.

Наявний досвід упровадження сюжетних уроків у початковій школі дав нам змогу визначити спрямованість фізкультурних занять сюжетно-ігрової спрямованості в дошкільних навчальних закладах, яка полягає в такому:

- формування і вдосконалення рухових вмінь і навичок;
- розвиток фізичних здібностей;
- сприяння інтелектуальному розвитку через отримання певної системи знань;
- формування емоційно-моральної сфери.

Побудова сюжетно-ігрових занять ґрунтується на специфічних принципах системи “Вільного фізичного виховання”, яку було розроблено Л. Д. Глазиріною і В. А. Овсянкіним (1999):

– *фасцінації* (зачарованість) – спеціально організований вербальний вплив, який передбачає зменшення витрати значущої інформації для сприйняття дітьми, управління процесом занять та досягнення результативності у всіх сферах реалізації оздоровчої, виховної та освітньої програми. Кожна дитина насолоджується предметом дій, самою дією, діями оточуючих;

– *синкретичності* (з'єднання) – установа в руховій сфері зв'язків, за допомогою яких дитина досягає об'єктивного значення фізичних вправ. На заняттях здійснюється об'єднання знань про явища природи, про взаємодію природи з людиною. Для таких занять характерна повна відсутність механічної системи виконання рухів і рухових дій, присутня висока емоційність, отримання великого обсягу знань;

– *творчої спрямованості* – цей принцип полягає у створенні дитиною нових рухів, які засновані на використанні її рухового досвіду й наявності мотиву, який спонукає до творчої діяльності. Виконання таких рухів, розв'язання проблемних ситуацій сприяє комплексному розвитку дитини.

Отже, сюжетно-ігрові заняття здійснюють соціальний вплив (передусім, це усвідомлення кожною дитиною себе як особистості), сприяють формуванню позитивних моральних якостей.

Удосконалення змісту виховної роботи з формування моральних якостей дітей у процесі занять фізичними вправами передбачало також застосування методів психофізичного тренінгу й “дитячого експериментування” [7]. Основою є положення про те, що діти засвоюють рухи не в готовому вигляді, а з позиції творчості, яка включає рухову імпровізацію, рухове уявлення, рухове експериментування, вибір моделі поведінки в сумісних рухових діях.

Метод психофізичного тренінгу дає старшим дошкільникам можливість через власні рухи передавати зміст літературних творів, народних казок, життєвих ситуацій і своє емоційно-ціннісне ставлення до них. Руховий задум реалізується спонтанно, без спеціальної підготовки, процес діяльності є одночасно і результатом. Діти доповнюють, змінюють знайомі рухи, створюють нові композиції із засвоєних раніше елементів, наповнюючи їх елементами суспільних відносин.

“Дитяче експериментування” вчить розуміти побудову руху, як можна змінювати його форму й зміст. Воно сприяє створенню причинно-наслідкових зв'язків у межах дитячого віку. Ці зв'язки не можуть виникнути самі по собі, а тільки в процесі співпраці педагога й дитини.

Змістом такої співпраці є таке:

- дітям пропонується тема, до якої вони підбирають відомі рухи і засоби їх виконання;
- за аналогією з відомими рухами, діти самостійно вигадують рухи і засоби їх виконання;
- розв'язують рухові завдання й виконують рухи в нестандартних ситуаціях, демонструють ними певні почуття, ставлення до інших дітей.

“Дитяче експериментування” здійснює розвивальний ефект не тільки на рухові, але й на інтелектуальні, креативні здібності дошкільників.

- *упровадження в процес фізичного виховання методик психопрофілактичної роботи.*

Методики психопрофілактичної роботи (сміхотерапія, казкотерапія, кольоротерапія) можна об'єднати в загальну назву – психогімнастика. Сутність її полягає в тому, що будь-який рух висловлює якийсь образ фантазії, яка насичена емоційним змістом, тим самим об'єднується діяльність психічних функцій (мислення, емоції, рухи), а за допомогою коментарів ведучого підключається ще й внутрішня увага дітей до цих процесів. Так, психогімнастичні вправи “запускають” механізм психофізіологічного функційного єднання.

Ігровий психогімнастичний зміст вправ повинен бути не випадковим, а відображати процес оволодіння навичками контролю рухової та емоційної сфери. Сюжет слід будувати таким чином, щоб він розв'язував такі завдання:

- дати дітям можливість виявити різноманітні м'язові відчуття через наслідувальне повторення рухів та дій ведучого;
- навчити дитину спрямовувати й затримувати увагу на своїх відчуттях, учити розрізняти й порівнювати їх;
- навчити дитину визначати характер фізичних рухів, які супроводжуються різними м'язовими відчуттями;
- навчити дитину змінювати характер своїх рухів, спираючись на контроль м'язових відчуттів, роботу уяви, почуттів і соціальний досвід.

У послідовності психогімнастичних вправ особливо важливо дотримуватися чергування у виконанні протилежних за характером рухів:

- напруження та розслаблення;
- різких і плавних рухів;
- частих та рідких;
- дрібних і загальних;
- помітних коливань тіла й повної непорушності;
- махових рухів і стрибків;
- вільного просування у просторі та його обмеження.

Таке чергування рухів рефлекторно впливає на гармонізацію психічної діяльності мозку, упорядковується психічна й рухова активність дитини, покращується її настрій, нівелюється інертність.

Завдання психогімнастики – збереження психічного здоров'я, запобігання емоційним розладам у дитини через зняття психічного напруження, розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості.

Одним із напрямів психогімнастики є *казкотерапія*, яка сьогодні знаходить широке використання в системі комплексного виховання дошкільників, а саме: у системі соціальної адаптації, системі фізичного й морального виховання.

Казку можна використовувати у всіх формах роботи з фізичного виховання. Виділимо деякі з них:

- 1) рухово-творчі заняття, засновано на одному з видів усної народної творчості;
- 2) сюжетні фізкультурні заняття з елементами казки (проводяться у формі “рухового” оповідання);
- 3) театралізовані фізкультурні заняття з використанням імітаційних, мімічних і пантомімічних вправ, інсценувань та ігор – драматизацій.
- 4) музично-ритмічні заняття, засновано на народних танцях, іграх і хороводах, із використанням народних пісень та мелодій.
- 5) ігрові фізкультурні заняття. Використовуються народні ігри та ігри з казковими героями.
- 6) інтегративні фізкультурні заняття, які поєднують фольклор та фізичні вправи.

У процесі проведення занять фізичними вправами використанням казкотерапії дає змогу здійснювати процес виховання дошкільників більш цілісно, тобто сприяє розширенню меж морального, духовного, патріотичного, екологічного, естетичного і розумового виховання. Використання матеріалу народних і чарівних казок дозволяє: формувати у дитячому колективі взаєморозуміння, довіру; здійснювати аналіз конфліктних ситуацій, керівництво рольовою взаємодією дітей у грі, позитивне стимулювання їхньої поведінки.

Такі основні моральні категорії, як “добре” і “погано”, доцільно також формувати за допомогою казок, які допомагають педагогу показати:

- як дружба допомагає перемогти зло (“Зимівля”);
- як добрі та миролюбиві перемагають (“Вовк та семеро козенят”);
- зло завжди покаране (“Кіт, півень і лисиця”).

Моральні цінності в чарівних казках представлено більш конкретно, ніж у казках про тварин. Позитивні герої, як правило, наділені мужністю, сміливістю, наполегливістю в досягненні цілі, чесністю, красою, силою й іншими моральними та фізичними якостями, які мають у суспільстві найвищу цінність. Ідеал для дитини є далекою перспективою, якої вона намагається досягти, порівнюючи з ідеалом свої справи й вчинки. Ідеал, набутий у дитинстві, багато в чому визначить особистість людини в майбутньому.

Заслугує на увагу і такий напрям психопрофілактичної роботи в процесі фізичного виховання, як *евритмічна гімнастика*, основні положення якої було розроблено О. Скворчук (2008).

Евритмічна гімнастика – це вид оздоровчо-розвивальної гімнастики, що заснована на ритмічних закономірностях мовлення, музики, загальнорозвивальних вправ, базових кроків та елементів аеробіки. Основні завдання, які вирішуються на заняттях евритмічною гімнастикою:

- формування й корекція постави, почуття темпу і ритму, просторової орієнтації і уваги;
- розвиток фізичних здібностей: сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності;
- корекція координації рухів рук (пальчикова гімнастика, включення до загально розвиваючих вправ дрібних рухів рук і ніг);
- покращення психічного стану (зниження тривожності та агресії, емоційного і м'язового напруження, вдосконалення уваги, креативного мислення);
- збільшення емоційного досвіду, розвиток навичок взаємодії дітей;
- формування творчості (“ритмічне фантазування на задані і довільні теми”), яке створює атмосферу радості та стимулює розвиток креативних здібностей.

Заняття евритмічною гімнастикою включають елементи аеробіки, художньої, спортивної гімнастики і акробатики, а також – ритмічної імпровізації. Музика на заняттях стимулює фантазію і створює настрій, надає танцювальним рухам темп, силу і динаміку.

- *Впровадження у фізкультурно-оздоровчу роботу елементів дитячого туризму.*

Як уже відмічалось, дитячий туризм дає змогу не тільки оздоровлювати дитину, розвивати її рухову сферу, а й формувати особистісні якості. У процесі туристсько-краєзнавчої діяльності створюються умови для розвитку прагнення пізнати навколишній світ, самого себе, свої можливості. Таким чином, дитячий туризм як засіб і форма роботи складається з трьох важливих аспектів – оздоровчого, виховного й пізнавального.

У своїй роботі ми застосовували програму туристсько-краєзнавчої діяльності старших дошкільників “Юні туристи”, яку було розроблено В. В. Поліщуком [10] і модифіковано нами відповідно до мети й завдань нашого дослідження.

- *Упровадження елементів спортивно-орієнтованого фізичного виховання.*

Спираючись на передовий досвід вітчизняної та зарубіжної практики, можна відмітити, що одним із найбільш ефективних методів організації занять фізичними вправами дітей дошкільного віку є ігровий і спортивно-ігровий (змагальний), правильна організація яких сприяє вдосконаленню основних фізичних здібностей і психологічних якостей особистості, яка розвивається.

Спортивно-ігровий метод організації занять передбачає використання в навчально-виховному процесі різноманітних засобів і методів виконання фізичних вправ, а також участь дітей у змагальній діяльності.

Змістом занять спортивно-орієнтованого фізичного виховання є основна й ритмічна гімнастика, танцювальні вправи, рухливі ігри, спортивні види фізичних вправ, естафети, елементи спортивних ігор (баскетбол, волейбол, настільний теніс, бадмінтон, футбол). В окремі розділи виділено “Школу м'яча” та “Школу скакалки”.

**Висновки.** Удосконалення змісту виховної роботи в процесі занять фізичною культурою відбувалося у таких напрямках: упровадження інноваційних технологій фізичного виховання; впровадження методик психопрофілактичної роботи (казкотерапія, сміхотерапія, музикотерапія, адаптовані методики психофізичної гімнастики); застосування елементів дитячого туризму; упровадження елементів спортивно-орієнтованого фізичного виховання.

Спрямованість педагогічних впливів для кожної вікової групи відбувалася із позиції теорії “сенситивних періодів” розвитку не тільки фізичних здібностей, а згідно з їх взаємозв'язком із моральними якостями та вагомністю дисперсійних внесків у загальну структуру психофізичного розвитку старших дошкільників.

**Перспективи подальших досліджень.** Наша робота не з'ясує всіх аспектів досліджуваної проблеми. Її подальше дослідження може бути спрямоване на розв'язання таких завдань:

- удосконалення змісту методики комплексного розвитку рухової й психоемоційної сфери дітей молодшого дошкільного віку;
- удосконалення організаційної структури занять фізичної культури виховної спрямованості;
- розробки програми відповідної підготовки фахівців фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах.

#### **Список використаної літератури**

1. Андрущенко Т. К. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я дітей старшого дошкільного віку : автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец.13.00.08 “Дошкільна педагогіка” / Т. К. Андрущенко. – К., 2007. – 20 с.
2. 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.
3. Дитина в дошкільні роки. Програма розвитку, навчання та виховання дітей. – 2-ге вид. – Запоріжжя: ТОВ “ЛПКС” ЛТД, 2004. – 336 с.
4. Єфіменко М. М. Фізкультурні казки, або Як подарувати дітям радість пізнання руху, досягнення / Єфіменко М. М.. – Х. : Веста ; Ранок, 2005. – 64 с. – (Бібліотека вихователя дитячого садка).
5. Малайко-здоров'ятко: Комплексна програма формування культури здоров'я дітей дошкільного віку / Н. Ф. Денисенко, В. О. Музирова, Л. Г. Шевцова, Л. Д. Мельник. – Запоріжжя : ТОВ “ЛПКС” ЛТД, 2004. – 68 с.
6. Пивовар А. А. Поєднаний розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 і 6 років у процесі фізичного виховання : дис. ... канд. фіз. вих. і спорту / А. А. Пивовар. – Переяслав-Хмельницький, 2005. – 210 с.
7. Поддьяков Н. Н. Доминирование процессов интеграции – закон развития детей дошкольного возраста / Н. Н. Поддьяков // Дошкольное воспитание. – 2006. – № 1. – С. 73–77.
8. Поліщук В. В. Розвиток рухових і розумових здібностей дітей 5-го і 6-го років життя в процесі фізичного виховання засобами дошкільного туризму : автореф. дис. ... канд. фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 “Фіз. культ., фіз. вих. різних груп населення” / В. В. Поліщук. – Львів, 2008. – 21 с.
9. Троценко В. В. Педагогічні умови формування емоційної стійкості в дітей 6- і 7-річного віку в процесі занять фізичною культурою : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В. В. Троценко. – К., 2001. – 21 с.
10. Тупчій Н. А. Режими рухової активності дітей 5–6 років із різним рівнем фізичного стану : автореф. дис. ... канд. наук із фіз. вих. і спорту / Н. А. Тупчій. – К., 2001. – 17 с.

#### **Анотації**

*Питання морального розвитку дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання залишається ще недостатньо дослідженим, що обумовлює актуальність, соціальну та педагогічну значущість проблеми. Завдання роботи – розробка змісту й засобів програми інтегрованого розвитку рухових і моральних якостей дітей 5 і 6-річного віку в процесі фізичного виховання. До програми увійшли як традиційні засоби фізичного виховання, так і елементи інноваційних педагогічних технологій.*

**Ключові слова:** рухові й моральні якості, програма, інтегрований розвиток, діти старшого дошкільного віку, фізичне виховання.

**Татьяна Круцевич, Наталия Пангелова Содержание и средства программы интегрированного развития двигательных и моральных качеств детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания.** *Вопрос морального развития детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания остается еще недостаточно исследованным, что обуславливает актуальность, социальную и педагогическую значимость проблемы. Задачей работы является разработка содержания и средств программы интегрированного развития двигательных и моральных качеств детей 5- и 6-летнего возраста в процессе физического воспитания. В программу вошли как традиционные средства физического воспитания, так и элементы инновационных педагогических технологий.*

**Ключевые слова:** двигательные и моральные качества, программа, интегрированное развитие, дети старшего дошкольного возраста, физическое воспитание.

**Tatiana Krutsevych, Nataliya Pangelova. Maintenance and Facilities of the Program of Integrated Development of Motive and Moral Qualities of Children of Senior Preschool Age in the Process of Physical Education.** *The question of moral development of children of preschool age in the process of physical education remains yet unstudied fully. This makes this research topical, proves social and pedagogical meaningfulness of the problem. The task of work is development of maintenance and facilities of the program of integrated development of motive and moral qualities of children aged 5-6 in the process of physical education. Both traditional facilities of physical education and elements of innovative pedagogical technologies entered in the program.*

**Key words:** motive and moral qualities, program, integrated development, children of senior preschool age, physical education.