

## Стан превентивного фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах Тернопільської області

*Тернопільський національний педагогічний університет імені В. Гнатюка*

**Постановка наукової проблеми.** Сучасний стан фізичного виховання дітей дошкільного віку характеризується недостатньою ефективністю, яка не може забезпечити необхідного рівня фізичного здоров'я дошкільників. Застосування традиційних форм і методів фізичного виховання дошкільників ще й досі не орієнтовано на профілактику відхилень від норми та не сприяє активному попередженню функціональних порушень, хронічних захворювань [1; 2; 4; 8].

У зв'язку з цим зростає роль превентивного фізичного виховання дошкільників – керованої педагогом діяльності, що забезпечує теоретичну та практичну реалізацію заходів профілактики відхилень у стані здоров'я дитини [5–7].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз науково-методичного забезпечення фізичного виховання дітей дошкільного віку виявив, що проблемі організації процесу фізичного виховання дошкільнят присвячені роботи цілого ряду науковців. Упровадження елементів спортивного характеру в навчальний процес із фізичного виховання дошкільнят вважають доцільним Е. Й. Адашквичене (1983 р.), М. П. Голошокіна (1987 р.), Л. В. Волков (1990 р.), В. П. Стрельцов, Т. А. Баннікова (2003 р.), Г. Жигало, М. Іванов (2004 р.), Н. Є. Пангелова (2005 р.), О. Є. Конох (2006 р.), О. Ківерник (2006 р.). Програми розвитку фізичних рис дошкільнят розробили Т. І. Оокіна (1980 р.), А. Ф. Вікуловим, І. М. Бутін (1996 р.), О. Калініченко (2005 р.), Л. В. Балацька (2006 р.), І. В. Лущик (2007 р.). Чимало робіт присвячено профілактиці та корекції відхилень в опорно-руховому апараті дітей дошкільного віку (З. А. Ляндрес, О. П. Зайдель (1977 р.), О. В. Дубогай (1995 р.), С. Б. Шарманова (1999 р.), Г. І. Нарскін (2002 р.), Е. В. Макарова (2003 р.), Т. А. Гутерман (2005 р.), Е. М. Бондар (2006 р.), Н. В. Пенькова (2006 р.), Л. Юр'єва (2001 р.), С. Бабюк (2006 р.) удосконалили форми й методи роботи ДНЗ із сім'єю з фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. В. П. Спіріна (1978 р.), Б. В. Дикий (2006 р.) обґрунтували доцільність використання заходів для загартування дітей водними процедурами на заняттях із фізичного виховання. Проте дослідники приділяють мало уваги превентивному фізичному вихованню дітей старшого дошкільного віку, а профілактична спрямованість розроблених експериментальних програм із фізичного виховання дошкільників має фрагментарний характер; створені методики забезпечують профілактику й корекцію окремих захворювань та відхилень у стані здоров'я дошкільнят; експериментальні програми профілактики захворювань дошкільнят спрямовані не на їх запобігання, а на зниження ймовірності їх розвитку (вторинну профілактику) [3; 8].

Тому проблема превентивного фізичного виховання дошкільників є актуальною. Утім, для розробки науково обґрунтованої програми превентивного фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку потрібно вивчити стан вирішення цього питання в практичній площині.

**Завдання дослідження** – визначити основні напрями профілактичної роботи в процесі фізичного виховання дошкільників; проаналізувати зміст оздоровчо-профілактичної роботи інструкторів фізичної культури дошкільних навчальних закладів Тернопільської області.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Анкетування та бесіди здійснювалися з інструкторами фізичної культури ДНЗ у Тернопільській області та м. Тернополі. У дослідженні взяли участь 72 респонденти (34 інструктори фізичної культури ДНЗ м. Тернополя та 36 інструкторів фізичної культури ДНЗ Тернопільської області).

Проведене заочне анонімне анкетування було закритого типу, а за способом вручення – поштове й роздаткове.

Розроблена нами анкета складалась із трьох частин: вступної, демографічної та основної. Респонденти відповідали на 18 запитань анкети, п'ять із яких виявляли стать, вік, освіту та стаж роботи опитаних. Основна частина анкети складалась із 4-х блоків питань, відповіді на які дали можливість висвітлити доцільність запровадження інструкторами фізичної культури цілеспрямованої оздоровчо-профілактичної роботи в навчальний процес дошкільників; оцінити використання респондентами різноманітних засобів фізичного виховання для запобігання захворюванням різних систем організму

дошкільнят; проаналізувати використання інструкторами фізичної культури нетрадиційних способів оздоровлення дітей дошкільного віку; вивчити доцільність застосування респондентами різних форм організації занять для реалізації завдань профілактики захворювань дошкільників.

Аналіз відповідей респондентів виявив, що на посадах інструкторів фізичної культури працюють лише фахівці жіночої статі. Середній вік опитаних становить 35 років. Більша частина інструкторів фізичної культури в Тернопільській області – у віці від 25 до 34 років (34,7 %). Фахівців віком від 35 до 44 років на Тернопільщині – 26,4 %. Інструкторів фізичної культури молодших 25 років найменше – лише 16,7 %. Найстарша частина опитаних (понад 45 років) становить 22,2 %.

Педагогічний стаж роботи респондентів складає в середньому 13 років, утім їх стаж роботи на посаді інструктора фізичної культури ДНЗ – лише шість років.

Було виявлено, що із 72 респондентів тільки 13,9 % мають вищу фізкультурну освіту та 1,4 % – середню спеціальну фізкультурну освіту. Більша частина респондентів отримала вищу педагогічну освіту (51,4 %), проте лише 7 % із них отримали вищу освіту за спеціальністю “Дошкільне виховання”. Серед інших респондентів 19,4 % – із середньою спеціальною педагогічною освітою; 11,1 % мають незакінчену вищу педагогічну освіту та 2,8 % – незакінчену вищу фізкультурну освіту.

Аналіз відповідей на питання: “Чи вивчаєте Ви зміст медичних карток дітей на початку нового навчального року?” показав, що більшість респондентів (61,1 %) аналізують медичні картки дітей; 31,9 % вивчають їх зміст перед плануванням роботи з дітьми в окремих випадках; 2,8 % не цікавляться станом здоров’я дітей із медичних карток, а 4,2 % уважають це функцією медпрацівника.

Організацію та проведення цілеспрямованої роботи для запобігання порушенням у стані здоров’я дошкільників вважають доцільним 93 % опитаних. Сім відсотків респондентів доцільність профілактики захворювань дітей не підтверджують, однак усі опитані стверджують, що використовують засоби фізичного виховання для профілактики захворювань дошкільників.

До того ж було виявлено, що переважна більшість респондентів (91,7 %) застосовує засоби фізичного виховання для попередження захворювань опорно-рухового апарату. Значна кількість опитаних – 72,2 та 55,6 % використовують засоби фізичного виховання для профілактики захворювань, відповідно, дихальної та серцево-судинної систем. На проблеми ожиріння дітей звертають увагу 41,7 % інструкторів фізичної культури ДНЗ Тернопільщини. Менше уваги опитувані приділяють профілактиці захворювань нервової системи (29,1 %), розладів психіки й поведінки (19,4 %), травної системи (15,3 %) та хворобам системи зору (12,5 %).

Аналіз відповідей показав, що всі інструктори фізичної культури ДНЗ Тернопільської області у своїй оздоровчо-профілактичній роботі віддають перевагу фізичним вправам. 48 % респондентів вважають, що для попередження відхилень у стані здоров’я дітей потрібно застосовувати оздоровчі сили природи. Близько третини опитаних (36,1 %) підтверджують доцільність використання в навчальному процесі гігієнічних чинників. І лише 25 % респондентів указують на комплексне застосування засобів фізичного виховання.

Усі респонденти зазначили, що реалізують завдання профілактики захворювань дошкільників на заняттях із фізичної культури. Переважна більшість інструкторів фізичної культури ДНЗ Тернопільщини (91,7 %) для запобігання відхиленням у стані здоров’я дітей проводять ранкову гімнастику. Близько 83 % опитаних для оздоровлення дітей організують прогулянки та 75 % – фізкультурні розваги й свята. Гімнастиці після денного сну надають перевагу 73,6 % опитаних. Значна кількість респондентів (69,4 %) реалізує завдання профілактики захворювань дітей через організацію днів (тижнів) здоров’я. І тільки дитячому туризму респонденти приділяють недостатню увагу (11,1 %).

Проведене дослідження показало, що лише 68,1 % опитаних практикують у своїй роботі нетрадиційні способи оздоровлення дошкільників. Близько 36 % інструкторів фізичної культури стверджують, що для оздоровлення дітей необхідне обтирання вологою рукавичкою, а 34,7 % віддають перевагу масажу. Для профілактики відхилень у стані здоров’я дошкільнят вважають за доцільне застосовувати ароматерапію, фітотерапію й контрастні ванни для ніг, відповідно – 25, 22,2 та 15,8 % респондентів. Фахівці із фізичного виховання недостатньо практикують у навчальному процесі кольоротерапію (11,1 %) та ідеотренування (аутогенне) (9,7 %).

Близько 83 % інструкторів фізичної культури ДНЗ Тернопільської області вирішують завдання профілактики захворювань дошкільників паралельно під час розв’язання інших завдань фізичного виховання. Решта респондентів вирішують ці завдання цілеспрямовано як самостійні.

Аналіз результатів ранжування респондентами завдань фізичного виховання дошкільників за порядком їх значущості виявив, що пріоритетними завданнями фізичного виховання фахівці вважа-

ють розвиток фізичних здібностей, забезпечення належного рівня фізичної підготовленості та формування життєво важливих умінь і навичок – відповідно, 38,9 та 34,7 %). Із завданням фізичного виховання дошкільнят “профілактика захворювань” респонденти визначилися таким чином: 1 місце – 4,2 %; 2-ге – 16,8 %; 3-тє – 20,8 %; 4-те – 11,1 %; 5-те – 12,5 %; 6-те – 13,9 %; 7-ме – 8,4 %; 8-ме – 4,2 %; 9-те – 5,6 %. Таким чином, завдання фізичного виховання “профілактика захворювань” посідає 3-тє місце серед інших оздоровчих, освітніх та виховних завдань за своєю значимістю, що свідчить про належне розуміння інструкторами фізичної культури ДНЗ ролі превентивного фізичного виховання дошкільників. Інші завдання фізичного виховання респонденти розміщували в такому порядку: “підвищення функціональних можливостей організму” – 22,2 %, “формування умінь управляти власними рухами, формування рухового досвіду” – 19,5 %; “виховання стійкого інтересу до рухової активності” – 15,2 %. На останніх місцях у цьому рейтингу більшість респондентів розмістили такі завдання фізичного виховання дошкільників: “забезпечення психофізичної підготовки” – 25 % і “виховання вольових та моральних рис” – 30,5 %).

Відповідаючи на питання: “Які засоби фізичного виховання Ви використовуєте для запобігання захворювань різноманітних систем організму дошкільнят?”, – респонденти найчастіше відзначали ходьбу та біг; стрибки; загальноорозвивальні гімнастичні вправи; спортивні, рухливі ігри й естафети (табл. 1).

Таблиця 1

**Використання у ДНЗ засобів фізичного виховання для профілактики захворювань різних систем організму (%)**

№ з/п	Засоби Ф/В	Дихальна система	Серцево-судинна система	Нервова система	Ендо-кринна система	Опорно-руховий апарат	Травна система	Система зору	Ожиріння
1	Стройові вправи	19,4	11,1	11,1	–	66,6	1,4	8,3	11,1
2	Ходьба, біг	63,8	61,4	11,1	12,5	51,4	18,0	8,3	37,5
3	Стрибки	27,8	23,6	8,3	4,2	62,5	11,1	8,3	34,7
4	Повзання та лазіння	8,3	9,7	5,5	18,0	65,3	27,8	4,2	22,2
5	Вправи на рівновагу	2,8	6,9	34,7	4,2	70,8	2,8	13,9	1,4
6	Загальноорозвивальні гімнастичні вправи	36,1	40,3	13,9	22,2	59,7	26,4	11,1	25,0
7	Спортивні ігри	40,3	45,8	37,5	18,0	36,1	18,0	19,4	52,8
8	Плавання	31,9	33,3	13,9	29,1	31,9	12,5	5,5	34,7
9	Вправи для розвитку координації	4,2	1,4	20,8	11,1	63,9	2,8	25,0	5,5
10	Корегуючі вправи	18,0	20,8	13,9	25,0	62,5	16,6	6,9	9,7
11	Вправи для розвитку силової витривалості	22,2	36,1	11,1	8,3	27,8	1,4	–	22,2
12	Вправи для розвитку гнучкості	6,9	6,9	2,8	6,0	73,6	9,7	–	30,5
13	Рухливі ігри та естафети	38,9	45,8	34,7	12,5	41,6	20,8	19,4	55,5
14	Вправи зорової гімнастики	–	–	4,2	4,2	–	–	97,2	–
15	Дихальні вправи	97,2	25,0	13,9	12,5	1,4	9,7	–	4,2
16	Вправи на розслаблення	44,4	20,8	63,9	15,3	6,9	8,3	4,2	2,8

Інструктори фізичної культури в ДНЗ для запобігання захворюванням дошкільників рідко застосовують стройові вправи, повзання та лазіння, вправи на рівновагу, для розвитку координації рухів, для розвитку силової витривалості, а також засоби зорової гімнастики й на розслаблення.

Дані табл. 1 показують, що більшість респондентів віддають перевагу профілактиці захворювань дихальної, серцево-судинної систем, ожиріння та, особливо, захворювань опорно-рухового апарату. Профілактиці захворювань нервової, ендокринної й травної систем, системі зору інструктори фізичної культури ДНЗ Тернопільщини не приділяють належної уваги.

Крім того, фахівці (близько 30 %), підбираючи засоби фізичного виховання для профілактики захворювань різних систем організму дошкільників не мають чіткого уявлення про доцільність і потребу використання запропонованих вправ для запобігання порушенням здоров'я дітей. Про це свідчать досить суперечливі, сумнівні й навіть помилкові відповіді респондентів на питання “Які засоби фізичного виховання Ви застосовуєте для запобігання захворюванням різних систем організму?”. Здебільшого це стосується профілактики захворювань серцево-судинної, нервової, ендокринної та травної систем організму дітей старшого дошкільного віку. Рівень компетентності близько 30 % респондентів у питаннях профілактики захворювань різних систем організму дошкільників є низьким.

Результати опитування інструкторів фізичної культури засвідчили, що, оцінюючи власну фахову діяльність з профілактики порушень здоров'я дошкільників, 66,7 % респондентів використовують аналіз медичних карток. Близько 61 % опитаних оцінюють успішність оздоровчо-профілактичної роботи з дітьми через аналіз пропусків занять унаслідок хвороби. У навчальній роботі з дошкільниками використовують педагогічне тестування та методи антропометрії – відповідно, 41,7 та 31,9 % респондентів. Інструктори фізичної культури мало уваги приділяють застосуванню методів фізіометрії (5,6 %) та соматоскопії (1,4 %). Не оцінюють власну фахову діяльність із профілактики захворювань дошкільнят 1,4 % респондентів.

**Висновки.** Інструктори фізичної культури дошкільних навчальних закладів Тернопільської області приділяють належну увагу профілактиці захворювань опорно-рухового апарату (91,7 %), дихальної (72,2 %) та серцево-судинної (55,6 %) систем організму дошкільників.

Завдання профілактики захворювань дошкільнят реалізується здебільшого через проведення респондентами занять із фізичної культури (100 %), ранкової гімнастики (91,7 %), прогулянок (83,3 %), гімнастики після денного сну (73,6 %), фізкультурних свят і розваг (75 %). Мало уваги приділяється дитячому туризму (11,1 %). З нетрадиційних способів оздоровлення дітей фахівці в основному практикують обтирання вологою рукавичкою (36,1 %) та масаж (34,7 %). Близько 31 % опитаних зовсім не використовують в оздоровлювально-профілактичній роботі нетрадиційні способи оздоровлення дошкільників.

Комплексному застосуванню фізичних вправ, оздоровчих сил природи й гігієнічних факторів для профілактики захворювань дошкільнят віддають перевагу лише 25 % інструкторів фізичної культури дитячих навчальних закладів Тернопільщини.

Близько 30 % респондентів мають низький рівень компетентності в питаннях ефективного використання засобів фізичного виховання для попередження відхилень у стані здоров'я дітей старшого дошкільного віку.

**Перспективи подальших досліджень** убачаємо в розробці програми превентивного фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

#### Література

1. Вильчковский Э. Физическая подготовленность дошкольников к обучению в школе / Э. Вильчковский, А. Вильчковская // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. – Вінниця, 2006. – С. 69–73.
2. Глазырина Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста : пособ. для педагогов дошк. учреждений / Л. Д., Глазырина, В. А. Овсякин. – М. : Гуманитар. изд. центр “ВЛАДОС”, 2005. – 175 с.
3. Коваленко Ю. О. Теоретичні і методичні засади підготовки фахівців із фізичного виховання дітей дошкільного віку / Ю. О. Коваленко // Педагогіка, психологія та мед.-біол. проблеми фіз. виховання і спорту. – 2006. – № 8. – С. 42–45.
4. Курок О. Особливості підготовки фахівців із фізичного виховання для дошкільних навчальних закладів / О. Курок, О. Шовкопляс // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 200–204.
5. Організація оздоровчої роботи в ДНЗ / уклад. Л. А. Швайка. – Х. : Вид. група “Основа”, 2008. – 253 с.
6. Пангелова Н. Є. Спортивний стиль життя та його значення для гармонійного розвитку особистості дошкільника / Н. Є. Пангелова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. ; за ред. проф. С. С. Єрмакова. – Х. : ХДАДМ (ХХІІІ), 2005. – № 10. – С. 114–116.
7. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э. Я. Степаненкова. – М. : Академия, 2001. – 368 с.
8. Швецов А. Г. Формирование здоровья детей в дошкольных учреждениях : в помощь, мед. и пед. работникам дошк. учреждений / А. Г. Швецов. – М. : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. – 174 с.

#### Анотації

*У статті визначено основні напрями профілактичної роботи в процесі фізичного виховання дошкільників та проаналізовано зміст оздоровчо-профілактичної роботи інструкторів фізичної культури дошкільних навчальних закладів Тернопільської області. Результати анкетування дають підстави обґрунтувати потребу в розробці програми превентивного фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.*

**Ключові слова:** анкетування, інструктор фізичної культури, превентивне фізичне виховання, захворювання, профілактика, дошкільнята.

**Неля Маляр. Состояние превентивного физического воспитания в дошкольных учебных заведениях Тернопольской области.** *В статье определены основные направления профилактической работы в процессе физического воспитания дошкольников и сделан анализ содержания оздоровительно-профилактической работы инструкторов физической культуры дошкольных учебных заведениях Тернопольской области. Результаты анкетирования позволили обосновать необходимость разработки программы превентивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.*

**Ключевые слова:** анкетирование, инструктор физической культуры, превентивное физическое воспитание, болезни, профилактика, дошкольники.

**Nelya Malyar. State of Preventive Physical Education in Preschool Educational Establishments of the Ternopil Region.** *In the article basic ways of prophylactic work are certain in the process of physical education of pre-schoolkids and substance of health-prophylactic work of instructors of physical culture of preschool educational establishments of the Ternopil region is analysed. The results of questionnaire design allow the ground necessity of development of the program of preventive physical education of children of senior preschool age.*

**Key words:** questionnaire design, instructor of physical culture, preventive physical education, disease, prophylaxis, pre-schoolkids.