

УДК 796.011.3 – 053.4:796.412 (07)

Олександр Томенко,
Анастасія Старченко

Вплив інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільнят на показники їхньої фізкультурної освіченості й рівень захворюваності

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка (м. Суми)

Постановка наукової проблеми та її значення. На сучасному етапі розвитку освіти особливо потрібно відзначити важливу роль фізкультурної освіти, починаючи з дошкільного віку, адже саме в ранньому віці закладаються основи здоров'я, усебічної рухової підготовленості та гармонійного фізичного розвитку. Відповідно до основних вимог фізичного виховання дітей дошкільного віку метою фізкультурної освіти є формування фізичної й духовної культури особистості, підвищення ресурсів здоров'я як системи цінностей [1; 8].

На думку науковців [2; 6; 9], зміст дошкільної фізкультурної освіти недостатній для виховання особистості дошкільника оскільки рівень оволодіння життєво важливими руховими вміннями й навичками, елементарних знань із фізичної культури, мотивації до занять фізичними вправами недостатній для подальшого навчання в школі. Одним із можливих способів оптимізації фізкультурної освіти дітей дошкільного віку можуть бути розробка та застосування інноваційних технологій дитячого фітнесу в різних формах фізичного виховання.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Вітчизняні та зарубіжні автори [3; 7; 10] вважають, що розв'язання проблеми вдосконалення фізкультурної освіти дітей дошкільного віку передбачає розробку інноваційних методик і технологій використання засобів, форм та методів для якісної підготовки до молодшої школи, оскільки традиційна система фізичного виховання недостатньо ефективна.

Останніми роками в практиці фізичного виховання з'явилися фітнес-технології, які рекомендовано застосовувати у фізкультурній освіті дітей дошкільного віку, оскільки вони спрямовані на підвищення рівня фізичної підготовленості, інтересу до занять фізичними вправами, сприяють фізичному розвитку, укріпленню здоров'я, профілактиці різних захворювань, формуванню культури особистості та уявлень про здоровий спосіб життя [5].

Завдання дослідження: 1) розробити інноваційну технологію оптимізації фізкультурної освіти дітей старшого дошкільного віку на основі переважного застосування засобів дитячого фітнесу;

2) перевірити ефективність розробленої інноваційної технології в процесі фізкультурної освіти старших дошкільнят за допомогою визначення її впливу на показники їхніх елементарних знань із фізичної культури, рівень оволодіння життєво важливими руховими вміннями й навичками, рівнем захворюваності та фізкультурної освіченості батьків.

Методи та організація дослідження. Під час проведення дослідження використано такі методи, як теоретичний аналіз й узагальнення науково-методичної літератури та інтернет-джерел; педагогічне спостереження; педагогічний експеримент; педагогічне тестування; анкетування; метод визначення рівня захворюваності; методи математичної статистики.

На базі дошкільного навчального закладу № 18 «Зірниця» м. Суми створено експериментальну групу, у якій нараховувалося 59 дітей, котрі займалися за інноваційною технологією. У дошкільному навчальному закладі № 28 «Ювілейний» м. Суми сформовано контрольну групу (n=58), яка займалася за програмою «Дитина» [4].

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Для оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільнят розроблено інноваційну технологію, в основі якої передбачено використання засобів дитячого фітнесу (фітбол-гімнастики, звіроаеробіки, ігрофітнесу) в різних формах фізичного виховання.

Інноваційною технологією в нашому дослідженні є система взаємопов'язаних складових частин, що спрямовані на підвищення ефективності фізкультурної освіти старших дошкільнят через створення спеціальних умов для засвоєння необхідних знань із фізичної культури, формування життєво важливих рухових умінь і навичок, зміцнення здоров'я, підвищення інтересу до занять фізичною культурою на основі застосування дитячого фітнесу.

Відповідно до поставленої мети розв'язувались основні завдання інноваційної технології:

- 1) надання дітям 5–6 років доступних знань про фізичну культуру, спорт і дитячий фітнес;
- 2) формування життєво важливих рухових умінь і навичок на основі переважного застосування засобів дитячого фітнесу;
- 3) профілактика захворювань дошкільнят;
- 4) підвищення інтересу дітей до занять з елементами дитячого фітнесу;
- 5) сформувати уяву дошкільнят про дитячий фітнес як систему занять оздоровчого спрямування;
- 6) організація роботи з батьками з питань фізкультурної освіти.

У процесі розробки інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільнят виділено чотири розділи (рис. 1):

- теоретичний (засвоєння необхідних знань із фізичної культури, спорту й дитячого фітнесу);
- практичний (навчання життєво важливих рухових умінь і навичок засобами дитячого фітнесу);

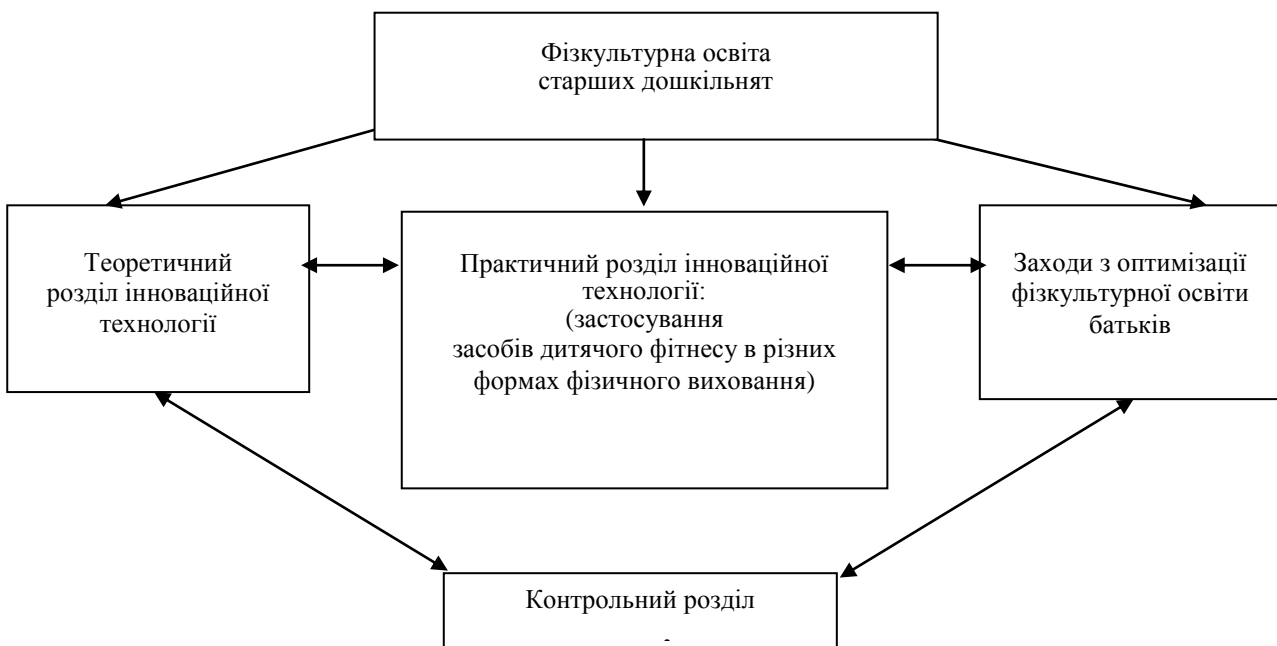


Рис. 1. Блок-схема інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільнят

- заходи з оптимізації фізкультурної освіти батьків;
- контрольний (контроль за дозуванням навантаження, рівнем захворюваності, рівнем фізкультурної освіченості дошкільнят та їхніх батьків).

Інноваційна технологія реалізовувалася в основних організаційних формах: заняттях із фізичного виховання, секційних заняттях, під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі дня (ранкової гімнастики, фізкультхвилинок), активного відпочинку дітей (фізкультурних свят, «днів здоров'я»), а також під час виконання завдань, що контролювалися батьками.

Способами перевірки результативності реалізації інноваційної технології було визначення рівня елементарних знань із фізичної культури, рівня оволодіння життєво важливими руховими вміннями й навичками, рівня захворюваності, фізкультурної освіченості батьків на початку й наприкінці педагогічного експерименту.

Одним із важливих результатів педагогічного експерименту стала позитивна динаміка рівня елементарних знань із фізичної культури дітей, які займалися за розробленою інноваційною технологією (таблиця 1). Рівень фізкультурних знань визначали за методикою І. Н. Моргун [2].

Таблиця 1

Динаміка елементарних знань із фізичної культури дітей експериментальної групи

Тести	До	Після	Зміни %	p
	бали $\bar{x} \pm S$			
1. Мій організм	2,33±0,70	4,22±0,66	67	<0,05
2. Я та моє здоров'я	2,83±0,58	4,16±0,58	46	<0,05
3. Мандрівка до міста «Харчування»	2,98±0,56	4,57±0,49	53	<0,05
4. Здоров'я та безпека	2,74±0,57	4,55±0,61	66	<0,05
5. Чистота – основа здоров'я	2,50±0,59	4,18±0,70	67	<0,05
Інтегральний показник	13,5±2,54	20,5±2,85	52	<0,05

По закінченню дослідження в експериментальній групі середній бал за основними темами склав: «Мандрівка у місто Харчування» і «Здоров'я та безпека» – 4,5 бали (p<0,05); «Мій організм» – 4,2 бала (p<0,05), «Я та моє здоров'я» й «Чистота – основа здоров'я» – 4 бала (p<0,05), що вказує на високий рівень прояву знань дітей.

За методикою Ю. К. Чернишенко [8] в обох досліджуваних групах визначено показники життєво важливих рухових умінь і навичок на початку експерименту та після реалізації інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти (таблиця 2).

У результаті застосування засобів дитячого фітнесу (фітбол-гімнастики, звіроаеробіки, ігрофітнесу) в основних формах занять ми відзначили вірогідні зміни в показниках життєво важливих рухових умінь і навичок (p<0,05): результат навички стрибка покращився на 41 %, бігу – на 38 %, лазіння – на 37,7 %.

Таблиця 2

Динаміка рівня оволодіння життєво важливими руховими вміннями й навичками після застосування інноваційної технології

Тести, бали	Контрольна група (n=58)			Експериментальна група (n=59)		
	до	після	зміни, %	до	після	зміни, %
	$\bar{x} \pm S$			$\bar{x} \pm S$		
Ходьба	1,92±0,33	2,02±0,33	5,2	1,93±0,28	2,62*±0,29	36
Біг	1,96±0,34	2,08±0,33	6	1,97±0,33	2,72*±0,25	38
Стрибок у довжину	1,7±0,42	1,82±0,33	7	1,72±0,31	2,42*±0,31	41
Метання м'яча	1,78±0,49	2*±0,42	12,3	1,74±0,35	2,39*±0,3	37,3
Лазіння	2,11±0,51	2,28±0,51	8	2,04±0,3	2,81*±0,31	37,7

Примітки. 1.* – Вірогідність відмінності (p<0,05)

Слід відзначити, що достовірні зміни в обох досліджуваних групах відбулися при оцінюванні навички метання м'яча. У контрольній групі простежено покращення результату на 12,3 %, а в експериментальній – на 37 %.

Визначення фізкультурної освіченості батьків відбувалося за допомогою самооцінки їхніх знань у питаннях, що пов'язані з фізичним вихованням дошкільників за модифікованою методикою Г. Н. Ліджиевої [1].

Після проведення заходів із підвищення рівня фізкультурної освіченості батьків ми відзначили статистично вірогідні зміни в усіх досліджуваних показниках (табл. 3).

Узагальнивши дані анкет, встановили, що особливо покращився результат відповідей батьків на п'яте питання (на 46 %), що визначає їх уміння надати рекомендації щодо застосування оздоровчих процедур.

Таблиця 3

Порівняльні показники фізкультурної освіченості батьків контрольної та експериментальної груп після експерименту

Завдання для батьків	КГ, n= 58		Зміни, %	ЕГ, n= 59		Зміни, %
	до	після		до	після	
	бали, $\bar{x} \pm S$			бали, $\bar{x} \pm S$		
1. Скласти комплекс ранкової гімнастики з використанням елементів дитячого фітнесу	2,01 ±0,65	2,12 ±0,64	6	1,8 ±0,58	2,57* ±0,49	44
2. Провести бесіду про значення фізичної культури	2,14 ±0,57	2,25 ±0,60	7	2,25±0,54	2,93* ±0,25	33
3. Провести рухливу гру за допомогою засобів дитячого фітнесу	2,06 ±0,5	2,13 ±0,65	3,3	2,23 ±0,56	2,89* ±0,30	31
4. Провести показ при навчанні фізичних вправ	2,06 ±0,6	2,08 ±0,76	3	1,9 ±0,54	2,76* ±0,42	43
5. Дати рекомендації про застосування оздоровчих і загартовувальних процедур	2,03 ±0,69	2,06 ±0,55	2	1,8 ±0,53	2,72* ±0,44	46
Середній показник	2,07±0,51	2,13±0,55	2,8	2,02±0,34	2,79*±0,22	38

Примітки. 1.* – Вірогідність відмінності ($p < 0,05$)

Достовірні зміни отримано у відповідях батьків на питання, що розкривають їхнє вміння скласти комплекси вправ із ранкової гімнастики з елементами дитячого фітнесу та провести показ під час навчання вправ. Показники середнього арифметичного покращилися на 44 % і 43 %, відповідно. У контрольній групі ми не відзначили вірогідних змін, порівняно з початком дослідження.

Для вивчення динаміки захворюваності дітей контрольної та експериментальної нами проаналізовано медичні картки дітей і журнали відвідування. Захворюваність оцінювали за допомогою підрахунку кількості пропущених за хворобою днів упродовж 2012/2013 навчальних років.

Під впливом інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільнят ми констатували вірогідне зменшення кількості пропущених днів у зв'язку з хворобою в експериментальній групі дітей (таблиця 4).

Таблиця 4

Кількість днів, пропущених дітьми експериментальної й контрольної груп через захворювання протягом навчального року

Група	Кількість пропусків за хворобою		Загальна кількість пропусків	Різниця, %	(p)
	I півріччя	II півріччя			
КГ (n=58)	434	497	931	+14,5	>0,05
ЕГ (n=59)	311	237	548	-24	<0,05

За результатами дослідження рівня захворюваності дітей обох досліджуваних груп спостерігаємо збільшення кількості пропущених днів на початку педагогічного експерименту. Максимальний рівень захворюваності в обох групах зафіксовано в лютому.

У кінці другого півріччя відзначено зменшення пропусків на 74 дні ($p < 0,05$), порівняно з першим півріччям, тоді як у контрольній групі кількість пропущених через хворобу днів статистично вірогідно не змінилась.

Висновки. Уперше розроблено й науково обґрунтовано інноваційну технологію оптимізації фізкультурної освіти, в основу якої покладено переважне застосування засобів дитячого фітнесу (футбол-гімнастики, ігрофітнесу, звіроаеробіки), що реалізовувалась у різних формах: фізкультурних і секційних заняттях, фізкультурно-оздоровчих заходах у режимі дня, під час активного відпочинку й виконання завдань із батьками.

У результаті реалізації інноваційної технології відбулося вірогідне покращення життєво важливих рухових умінь і навичок: бігу, ходьби, стрибків, метання, лазіння ($p < 0,05$), взаємопов'язаних із

ними елементарних знань із фізичної культури ($p < 0,05$), зниження рівня захворюваності дітей ($p < 0,05$), а також підвищення рівня фізкультурної освіченості батьків ($p < 0,05$). Це дає змогу рекомендувати вищезазначену технологію до впровадження в практику роботи дошкільних навчальних закладів.

Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні впливу використання засобів дитячого фітнесу на формування мотивів та інтересів дошкільнят стосовно фізичної культури й здоров'я.

Джерела та література

1. Лиджиева Г. Н. Содержание и организация процесса освоения детьми 3–6 лет интеллектуальных ценностей физической культуры : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Лиджиева Галина Николаевна. – Краснодар, 2005. – 177 с.
2. Моргун И. Н. Физкультурное образование детей 5–6 лет на основе взаимодействия семьи и педагогов дошкольных образовательных учреждений : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Моргун Ирина Николаевна. – Киев, 2001. – 181 с.
3. Пангелова Н. Е. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. Е. Пангелова. – К., 2014. – 37 с.
4. Проскура О. В. Оновлення програми «ДИТИНА» / О. В. Проскура, В. У. Кузьменко, Н. В. Кудикіна // Дитячий садок: управління. – 2010. – № 3 (17). – С. 14–18.
5. Сайкина Е. Г. Применение фитнес-технологий в дошкольных образовательных учреждениях / Е. Г. Сайкина // Инновационные педагогические технологии в системе физического образования и оздоровления : сб. материалов науч.- практ. конф. – СПб. : СПб.НИИФК, 2006. – С. 86–91.
6. Старченко А. Ю. Відмінності в окремих показниках фізкультурної освіченості дітей старшого дошкільного віку залежно від статі / А. Ю. Старченко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. – Вип. 98. – Серія : Пед. науки. Фізичне виховання і спорт. – Чернігів : ЧДПУ, 2012. – Т. 2. – С. 291–293.
7. Филимонова О. С. Физическое воспитание детей 5–6 лет на основе средств фитнеса / О. С. Филимонова, Ю. К. Чернышенко // Физкультура, спорт – наука и практика. – 2007. – № 1–4. – С. 74–75.
8. Чернышенко Ю. К. Научно-педагогические основания инновационных направлений в системе физического воспитания детей дошкольного возраста : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. / Ю. К. Чернышенко. – Киев, 1998. – 392 с.
9. Iivonen S. The development of fundamental motor skills of four to five year old preschool children and the effects of a preschool physical education curriculum / S. Iivonen // Journal: Early Child Development and Care. – Vol. 181. – № 3. – 2011. – P. 335–343.
10. Saykina E. G. The use of the fitness technologies in pre-school educational establishments / E. G. Saykina // Innovative pedagogical technologies in the system of physical education and health-improving : col. of proceedings of scientific-practical. Conf. – SPb. : SPb.NIIFK, 2006. – P. 86–91.

Анотація

У статті представлено результати впливу інноваційної технології на показники фізкультурної освіченості старших дошкільнят. Проведені дослідження засвідчили, що за допомогою застосування засобів дитячого фітнесу в різних формах фізичного виховання можна розв'язати основні завдання фізкультурної освіти старших дошкільнят: покращити їхній рівень елементарних знань із фізичної культури та життєво важливих рухових умінь і навичок, а також знизити рівень захворюваності.

Ключові слова: *інноваційна технологія, фізкультурна освіта, дитячий фітнес, старші дошкільнята.*

Александр Томенко, Анастасия Старченко. Влияние инновационной технологии оптимизации физического образования старших дошкольников на показатели их физической образованности и уровень заболеваемости. *В статье представлены результаты влияния инновационной технологии на показатели физической образованности старших дошкольников. Проведенные исследования показали, что с помощью применения средств детского фитнеса в разных формах физического воспитания можно решить основные задачи физического образования старших дошкольников: повысить уровень элементарных знаний по физической культуре и жизненно важных двигательных умений и навыков, а также снизить уровень заболеваемости.*

Ключевые слова: *инновационная технология, физкультурное образование, детский фитнес, старшие дошкольники.*

Oleksandr Tomenko, Anastasiya Starchenko. Influence of Innovative Technology of Optimization of Physical Culture Education of Senior Preschoolers on Indices of Their Physical Culture Education and Sickness Rate. *The article presents*

the results of the impact of innovative technologies on indices of physical culture education of senior preschoolers. Conducted studies have shown that with the implementation of means of children's fitness in various forms of physical education it is possible to solve the main tasks of physical culture education of senior preschoolers: to raise the level of elementary knowledge on physical culture and vital motor abilities and skills, and to reduce sickness rate.

Key words: *innovative technology, physical culture education, children fitness, preschoolers.*