

Вплив гри на підвищення рухової активності дошкільників

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк);
*ДНЗ № 11 (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Досягнення оптимального рівня фізичного здоров'я та фізичного розвитку дітей дошкільного віку слугує критерієм ефективності організації навчально-виховного процесу в дошкільному навчальному закладі. Вивчення й аналіз найважливіших здобутків педагогічної та психологічної науки свідчить про те, що дошкільний період є найсприятливішим для вивчення дітьми національних традицій, звичаїв і народних ігор.

Одним із головних напрямів виховної роботи з дошкільниками є моральне виховання, яке здійснюється в процесі ігрової діяльності. Кожна рухлива гра більшою чи меншою мірою впливає на виховання моральних якостей дитини. Під час гри в її учасників формуються навички поведінки відповідно до мети колективних ігор, а емоції, які виникають при цьому, залежно від того, позитивні вони чи негативні, викликають бажання поводитися так, а не інакше. Отже, у процесі ігрової діяльності в дітей виховуються певні норми моральної поведінки.

Завдання дослідження – обґрунтування та ефективне використання українських народних рухливих ігор у різних організаційних формах фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. В Україні найпопулярнішими були різноманітні іграшки, що відтворювали предмети домашнього вжитку та знаряддя праці: ляльки, дудочки, сопілки з верби, калини, ліщини, очерету. Обізнаний із побутом і культурою українського народу, вихователь зможе значно збагатити сюжети дитячих ігор елементами етнографії й різноманітними предметами національної атрибутики.

Останнім часом у практиці дошкільних закладів та шкіл виявляється загальна тенденція підвищення інтересу до ігор як фактора покращення виховання підростаючого покоління, емоційної розрядки й активного відпочинку, формування здорового способу життя й підвищення ефективності навчально-виховного процесу з фізичної культури.

Багатющий ігровий матеріал, створений генієм народу для дітей, віддзеркалює своєрідність культури нації. Знання цього жанру фольклору дає наснагу дитині, розвиває її мову, сприяє кращому розумінню національного образу світу. Звернення уваги на народні ігри, подальша розробка цього джерела, створення з них могутнього виховного засобу, набувають особливої актуальності нині завдяки усвідомленню ролі загальнолюдських і самобутніх культурних цінностей у формуванні дитини. Через ігрову діяльність, частку світобачення дитини ми здатні посіяти в її довірливому серці зерна добра, істини, краси, почуття любові, милосердя, приязні та інші якості загальнолюдської моралі.

Засновник теорії фізичного виховання П. Ф. Лесгафт писав, що основне завдання педагога – навчити дітей «свідомо ставитися до своїх рухів» [5, 270]. Він високо цінував виховне значення ігор, обґрунтував єдність фізичного виховання й психічного розвитку дитини. Особливу роль при цьому він відводив рухливим іграм із правилами. Дотримання правил виховує в дошкільнят чесність, рішучість, сміливість, культуру поведінки, уміння керувати та регламентувати свої рухи, виявляти самостійність й ініціативу.

Талановитий учений, дитячий лікар і педагог Е. А. Покровський [7] уважав, що «вивчення ігор може скласти саму по собі велику, особливу галузь знань» [7, 24]. Він виступав за широке використання народних рухливих ігор у практиці фізичного виховання дітей. Його праці, присвячені цьому питанню, звучать протестом проти штучного насадження іноземного матеріалу при проведенні рухливих ігор у дитячих садках і школах.

У старшому дошкільному віці для фізичного розвитку дітей велике значення мають різноманітні ігри, зокрема рухливі ігри, а також узимку – катання на санчатах, ковзанах. Старші діти беруть молодших братів і сестричок на візочках, узимку влаштовують для них ковзанки, насипають снігові гірки, ліплять снігові баби.

Діти вчилися у дорослих використовувати для виготовлення своїх іграшок природні матеріали: рогозу, солому, лико, із яких плели кошички, візочки, брички, фігурки людей, птахів, тварин. На Поліссі й Прикарпатті діти робили м'ячі із зчесаної коров'ячої шерсті (її мочили та поступово збивали, іноді для більшої м'якості поверх зв'язували ниткою), а також із дерева, свинячого міхура, вичищеного піском і висушеного. На Поліссі такий м'яч наповнювали горохом, – брязкальцем. Це сприяло формуванню в дітей не лише фізичної вправності, а й винахідливості, яка потрібна кожній людині в повсякденному житті.

Слід зазначити, що на початкових етапах життя дитини пріоритетне місце в її фізичному вихованні посідає жінка-мати, яка сприяє природному психічному розвитку дитини, тренуючи з раннього віку її м'язи та вдосконалюючи координаційні якості. Так, для адекватного розвитку координації рук з успіхом застосовуються народні рухливі потішки-вправи «Ручки», «Сорока-ворона», «Сова», «Ладки». Для розвитку м'язів тулуба й ніг використовують також комплекс специфічних потішок-вправ, а саме: «Потягущечки», «Дибки» тощо [4, 129].

Виховання дитини до семирічного віку відбувалося переважно в сім'ї. Кожне українське поселення, як і кожна сім'я, мало в справі виховання дитини певні традиції. Загальними рисами українських традицій було шанобливе ставлення до старших членів сім'ї, шанування їхніх військових та побутових подвигів, ретельне наслідування батьків у здоровому способі життя, тісний зв'язок дитини з природою тощо [10]. Культ здорового способу життя, що в різні часи сповідувався на Україні, сприяв вихованню здорового покоління молоді. Найголовнішу роль у цьому відігравали віковічні традиції відповідальності батьків за виховання своїх дітей.

Слід зазначити, що фізичне виховання хлопців спрямовувалося, передусім, на формування підростаючого покоління, здатного до продуктивної праці й захисту Вітчизни. Переважаючими методами, які використовувалися в процесі вдосконалення фізичних і психічних якостей юнаків, були змагальний та ігровий.

Фізичне виховання дівчаток, на відміну від фізичного виховання хлопців, переслідувало іншу мету, зумовлену особливим становищем жінки в Україні як берегині роду, сім'ї [10]. Виховання дівчаток ґрунтувалося, насамперед, на використанні всього багатства національних ігор, забав, широкого кола гігієнічних засобів, що сприяли вдосконаленню пластичності й чіткості рухів, граціозності та інших подібних якостей, якими так вигідно вирізнялись українські дівчата й жінки.

Найважливішу роль у гармонійному розвитку дівчат відігравали хороходні ігри та забави: веснянки, гаївки, ягілки (гагілки). Більшість веснянок і гаївок – це драматизована рухлива гра, що відбувалась у формі діалогу (два хори). Пісня у весняних хороходах мала другорядне значення. Головне тут не пісня, а ритм і танці, що здатні підняти настрій, розбудити енергію й передати її навколишньому світові, щоб збудити природні сили до нового життя, дій, руху, піднесення. Важливо, що жоден із європейських народів, крім слов'ян, не засвоїв хороходів і не зберіг їх у своїй культурі. І ніхто зі слов'янських народів не розвинув хороходних забав та рухливих ігор так широко й різноманітно, як український народ [1; 3].

Веснянки й гаївки – це здебільшого забави дівчаток. Зрідка до участі в цих іграх допускалися хлопці. Як правило, вони лише приглядалися до гри. Іноді поруч із дівочими гаївками чи веснянками хлопці заводили свої рухливі ігри: борюкалися, бігали наввипередки, ставали один на одного тощо.

На думку С. Килимника [1] та В. Скуратівського [8], початком весни слід уважати день від Євдокії (14 березня). Напередодні матері й бабусі випікали для дітлахів із тіста безліч різноманітних птахів. Таке обрядове печиво називалося «жайворонками» або «голубами». Українці ним прикрашали двір і сад, а коли сонце обігрівало землю, юрбами виходили на вулиці села, несучи на долонях печиво. Дзвінкі дитячі голоси дружно декламували:

Пташок викликаю з теплого краю.

Летіть, соловейки, на нашу землю.

Спішіть, ластівоньки, пасти корівки!

Якщо хтось уперше побачив ластівку, то брав грудку землі і жбурляв їй услід, приказуючи: «На тобі, ластівочко, на гніздо, а людям – на добро!» [3, 287].

Подібну забавку дітей із «жайворонками» описав М. Маркевич [6], який зазначив, що в неї бавилися діти в день сорока мучеників (22 березня). У цей день пекли тістечка у вигляді сорока жайворонків і насаджували їх на довгі палиці. Діти бігали з ними, закликаючи весну. Потім з'їдали тістечка, а голови фігурок давали коровам [3].

Культові ігри цінні тим, що вони були невід'ємною частиною релігійних свят нашого народу. Наприклад, починаючи від Великодня, дівчата, а інколи й хлопці, грали у веснянки – хоріві пісні з іграми й танцями, у яких органічно поєднувалися слово, рух і мелодія [10]. Із часом обрядові дійства наших предків втратили своє ритуальне значення й від них лишилися тільки молодіжні забави.

Весняний цикл обрядових дійств починався з наближенням весни. У цей час виконувались обряди, змістом яких було проганяти зиму й зустрічати весну, а з часом вони перетворились у веселі народні ігри [9]. Правда, свято проводів зими – Масляна – не набуло значного поширення в Україні [9]. В Україні свято Масляної відоме під назвою «М'ясиці», святкування яких триває цілий тиждень, від понеділка до суботи. О. В. Терещенко [10] зазначав, що в деяких місцевостях України вулицями носили обрядове опудало зими, яке супроводжували піснями, а дітлахи кидали в нього сніжки. В інших місцевостях опудало – Масляну – возили на санях, а потім урочисто топили в річці. Але цей обряд із часом забувся – і свято проводів зими зводилося до проведення традиційних народних рухливих ігор із використанням елементів ковзання з льодових гірок та на льоду [10].

Висновки й перспективи подальших досліджень. Об'єктивна оцінка поведінки дітей під час гри важлива для виховання позитивних моральних і вольових якостей. Тому потрібно чітко аргументувати своє ставлення до тих чи інших учинків дітей, переконувати в правильності оцінки. Це попереджує негативні вияви в поведінці дітей.

Поширення народних ігор у практиці роботи дитячих садків може стати ланкою, що об'єднує родинне та суспільне виховання під пильною увагою педагогів дошкільних закладів.

Список використаної літератури

1. Воропай О. Звичаї нашого народу : етнографічний нарис / О. Воропай. – К. : Оберіг, 1993. – 590 с.
2. Ігри та пісні. Весняно-літня поезія трудового року / передм. і прим. О. І. Дея. – К. : Вид-во АН УРСР, 1963. – 671 с.
3. Килимник С. Український рік у народних звичаях в історичному освітленні. Весняний цикл / С. Килимник. – Вінніпег ; Торонто, 1962. – Т. III. – 372 с.
4. Кузеля З. Дитина в звичаях і віруваннях українського народу : матеріали до українсько-руської етнології / С. Кузеля. – Львів : [б. в.], 1906. – Т. IX. – 144 с.
5. Лесгафт П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста : собр. пед. соч. / П. Ф. Лесгафт. – М. : [б. и.], 1953. – Т. 1. – 442 с.
6. Обычаи, поверья, кухня и напитки малороссиян / сост. М. А. Маркевич. – Киев : Час, 1992. – 192 с.
7. Покровский Е. А. Детские игры, преимущественно русские. – [2-е изд., доп.] / Е. А. Покровский. – М. : [б. и.], 1895. – 368 с.
8. Соколова В. К. Весенне-летние календарные обряды русских, украинцев и белорусов / В. К. Соколова. – М. : Наука, 1979. – 286 с.
9. Сявавко Е. І. Українська етнопедагогіка в її історичному розвитку / Е. І. Сявавко. – К. : Наук. думка, 1974. – 150 с.
10. Терещенко А. В. Быт русского народа / А. В. Терещенко. – СПб. : Тип. Мин. внутр. дел, 1848. – Ч. 4. – 337 с.
11. Циплюк А. Науково-педагогічні засади формування відповідального ставлення до здоров'я дітей дошкільного віку / А. Циплюк // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2012. – № 4 (20). – С. 197–200.

Анотації

У дослідженні визначено провідну роль українських народних рухливих ігор у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку, розроблено класифікацію, науково обґрунтовано методику їх проведення та вплив на стан здоров'я, рухову підготовленість і фізичний розвиток дітей. Виявлено зміни, що відбуваються в процесі розвитку рухів дитини під впливом переважаючого застосування рухливих ігор, визначено роль і місце гри в процесі фізичного виховання дітей. Основний акцент дослідження полягає в тому, що формування основних рухів дітей старшого дошкільного віку може здійснюватися не лише за допомогою прямого навчання на заняттях, а й на прогулянках, під час ранкового прийому, та поза дошкільною установою. У процесі фізичного виховання старших дошкільників рухлива гра виступає не лише як засіб фізичного виховання, а і як метод розвитку основних рухів. Найбільш успішно в процесі опосередкованого навчання формуються такі природні рухи, як ходьба, біг, стрибки в довжину з місця, у результаті яких відбувається покращення показників рухової підготовленості. У грі є всі необхідні умови для виявлення життєвої позиції дитини.

Ключові слова: рухливі ігри, дошкільники, фізичне виховання, фізичний розвиток, здоров'я.

Анатолій Вольчинський, Надежда Вольчинская, Ярослав Смаль. Влияние игры на повышение двигательной активности дошкольников. В исследовании определена главная роль украинских народных подвижных игр в системе физического воспитания детей дошкольного возраста, разработана классификация, научно обоснована методика их проведения и влияние на состояние здоровья, двигательную подготовленность и физическое разви-

тие детей. Определены изменения, которые происходят в процессе развития движений ребёнка под влиянием преобладающего применения подвижных игр, а также определены их роль и место в процессе физического воспитания. Основной акцент исследования заключается в том, что формирование основных движений детей старшего дошкольного возраста может осуществляться не только путём прямого обучения на занятиях, но и на прогулках, во время утреннего приёма и вне дошкольного учреждения. В процессе физического воспитания старших дошкольников подвижная игра выступает не только как средство физического воспитания, но и как метод развития основных движений. Наиболее успешно в процессе опосредованного воспитания формируются такие естественные движения, как ходьба, бег, прыжки в длину с места, в результате чего происходит улучшение показателей двигательной подготовленности. В игре есть все необходимые условия для определения жизненной позиции ребёнка.

Ключевые слова: подвижные игры, дошкольники, физическое воспитание, физическое развитие, здоровье.

Anatoliy Volchinskiy, Nadezhda Volchinskaya, Yaroslav Smal. Influence of a Game on Increasing of Motor Activity of Preschoolers. In the research we have defined the main role in Ukrainian folk active games in the system of physical education of preschoolers, developed a classification, it was scientifically based the methodology of conducting and their influence on health condition, motor preparation and physical development of children. We have found out changes that are happening in the process of development of child's moves under the influence of implementation of active games, and we have also defined their role and place in the process of physical education. The main emphasis is made on the fact that formation of main moves among children of senior preschool age can be performed not only by the way of direct studying at the lessons, but also during walks. In the process of physical education of senior preschoolers active games is not only means of physical education, but also a method of development of main moves. The most successful in the process of education form natural moves as walk, run, long standing jumping, as a result indeces of motor preparation are improving. Game has all necessary conditions for defining of life attitude of a child.

Key words: active games, preschoolers, physical education, physical development, health.