

## **ЗНАЧЕННЯ РУХЛИВИХ ІГОР У СИСТЕМІ РОБОТИ ВИХОВАТЕЛЯ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

**Попович О.,**

кандидат педагогічних наук,  
старший викладач кафедри теорії та методики дошкільної освіти  
Мукачівський державний університет,  
м. Мукачево, Україна

**Дзямко А.**

магістрантка спеціальності «Дошкільна освіта»  
Мукачівський державний університет,  
м. Мукачево, Україна

Фізичне виховання дітей дошкільного віку в Україні є одним із пріоритетних напрямків реформування освітянської сфери. Це зумовлено тим, що саме фізичне виховання є важливим компонентом гуманітаризації та гуманізації дошкільної освіти, формування у дітей фізичного та морального здоров'я й готовності до активного життя. У перші роки життя фізичне виховання є основою всебічного розвитку дитини: в цей період закладаються основи здоров'я, повноцінного фізичного розвитку та виховуються основні риси особистості людини.

Засвоєння широкого спектру рухових навичок, які необхідні для забезпечення життєдіяльності дитини, є важливим завданням фізичного виховання дітей дошкільного віку. У перші шість років фізичне виховання є основою всебічного розвитку дитини. У цей період закладаються основи здоров'я, повноцінного фізичного розвитку. Саме в дошкільному дитинстві відбувається становлення індивідуальних відмінностей, стабілізація передумов особистісного розвитку, формування психічних процесів.

В сучасній педагогічній та психологічній науці одним з головних завдань навчально-виховного процесу постає створення умов для оптимального розвитку особистості дитини, пошук шляхів оптимізації навчання та виховання.

Аналіз літератури з поняття «рухлива гра» свідчить про те, що його тлумачать: як свідому діяльність, у якій проявляється й розвивається вміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати й робити правильні висновки (О. Л. Богініч [1]); як «найбільш адекватну форму занять фізичними вправами які сприяють підвищенню рухової активності дітей» (А. П.Бурова [2] ); як могутню рушійну силу, духовно-моральну цінність українського народу, який прагнув зберегти свої традиції, національну мову, культуру; як ігри з відносно простим змістом, де використовуються природні рухи, а досягнення мети не пов'язане з високими фізичними й психічними напруженнями (В.Бусленко [3]).

Виховати дошкільника успішно можна тільки відповідними методами, що за привабливістю приховують саме виховання та навчання. Гра має важливе значення в житті дитини, має те саме значення, яке в дорослого має діяльність,

робота, служба. Яка дитина в грі, такою з багатьох поглядів вона буде в роботі, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається насамперед у грі.

Правильно підібрані рухливі ігри активно впливають на розвиток організму дошкільників. Різноманітні рухи та ігрові дії дітей під час гри, при вмілому керівництві ними, позитивно впливають на серцево-судинну, дихальну та інші системи організму, збуджують апетит і сприяють міцному сну.

Оздоровче значення ігор в тому, що вони сприяють гармонійному розвитку функцій організму дошкільника; формують правильну поставу; загартовують організм; підвищують працездатність; зміцнюють здоров'я [5, с. 45]. Великий оздоровчий ефект має проведення ігор на свіжому повітрі незалежно від пори року. Це зміцнює мускулатуру, покращує діяльність дихальної, серцево-судинної системи, збільшує рухливість суглобів і міцність зв'язок, стимулює обмінні процеси, позитивно впливає на нервову систему, підвищує опірність організму до простудних захворювань.

За допомогою ігор у дошкільнят закріплюються та вдосконалюються різноманітні вміння і навички з основних рухів (ходьби, бігу, стрибків, рівноваги та ін.). Швидка зміна обставин під час гри привчає дитину користуватися своїми рухами відповідно до тієї або іншої ситуації. Все це позитивно впливає на вдосконалення рухових навичок. Для розвитку швидкості проводять ігри, які потребують негайних рухових відповідей в обставинах, що швидко змінюються, ускладнених додатковими завданнями, а також ігри з подоланням певної відстані за найкоротший час («Біжіть до прапорця», «Хто перший», «Квач» та ін.).

Для розвитку в дошкільників спритності використовують ігри, де діти виконують більш складні за координацією рухи: «Прокоти м'яч у ворота», «Не зачепи брязкальце», «Серсо» та ін. Розвивати силу окремих м'язів рук, ніг і тулуба можна в іграх, які потребують короткочасного силового напруження: «Хто далі кине», «З купинки на купинку», «Ведмідь і бджоли». Витривалість розвивається в іграх з інтенсивною руховою діяльністю, але оптимальною в часі для кожної вікової групи («Дожени свою пару», «Рибалки і рибки», «Вудочка» та ін.).

Рухливі ігри мають значний вплив на виховання морально-вольових якостей у дошкільників, адже учасники свої дії підпорядковують правилам гри. Правила регулюють поведінку, сприяють вихованню свідомої дисципліни, привчають відповідати за конкретні вчинки, розвивають почуття товарищескості. Дотримання правил виховує в дошкільнят чесність, рішучість, сміливість, культуру поведінки в колективі, вміння керувати та регламентувати рухи, виявляти самостійність та ініціативу.

У колективних іграх у дитини формуються також норми громадської поведінки, виробляються організаційні навички, виховується прагнення до перемоги, сильна воля, стійкість, витримка. Спільний інтерес, викликаний грою, об'єднує дітей у дружний колектив [6, с. 11].

Рухлива гра – це освітньо-оздоровчий засіб соціалізації особистості, здатний інтенсифікувати освітній процес, забезпечити мотиваційну основу для формування в діалектичному взаємозв'язку фізичних і духовних якостей та особистісну самореалізацію. За допомогою рухливих ігор діти розвивають не тільки фізичні якості та здібності, але й опановують перші елементи грамотності,

вивчаючи напам'ять вірші, скоромовки, лічилки, розвивають математичні здібності і розкривають для себе живу історію свого народу, навчаються любити народних героїв і ненавидіти кривдників. Впливаючи на розумовий розвиток дитини ігри допомагають уточнити уявлення про навколишній світ, різні явища природи, поширюють кругозір. Виконуючи різноманітні ролі (імітуючи дії птахів, тварин, комах тощо), діти на практиці застосовують здобуті знання про життя, поведінку, способи пересування цих тварин. Під час ігрової діяльності у дошкільнят створюються позитивні умови для розвитку уваги, сприймання, уточнення певних понять, творчої фантазії, пам'яті. Активне спілкування у процесі гри сприяє розвитку мови, швидкості мислення, творчості та кмітливості.

Ігри широко використовуються як засіб естетичного виховання тому, що діти відображають навколишній світ через ігровий образ, певну роль. Зміст багатьох ігор складають знайомі їм вірші або пісні, що дозволяє поглиблювати естетичні переживання дошкільнят. Чітке й швидке виконання рухів, погодженість дій під час гри, особливо коли вони проводяться під музику, формують естетичні почуття дітей, привчають помічати красу рухів. Різноманітні шиккування та перешикування: в коло, шеренгу, колону – вимагають точності рухів, дотримання правильної постави, уваги та розвивають у дітей почуття прекрасного. Сприймання краси гри значною мірою сприяє однакова фізкультурна форма гравців.

Гра сприяє виявленню креативних здібностей розвитку особистісного творчого потенціалу дитини, піднімає у неї самооцінку, розбудовує вміння ухвалювати самостійні розв'язки та рішення». Наприклад, у народній рухливій грі «Миші в нірках» шнур натягується навскоси, що ставить дитину перед вибором – пролізти там, де нижче, чи там, де вище, а вихователь має змогу оцінити дії та вміння дітей дошкільного віку. Також можна змінити обрану ігрову роль, що вимагає від дошкільників швидкої перебудови мислення та рухових дій щодо нової ролі.

Педагоги закладу дошкільної освіти повинні спонукати дітей до рухової діяльності, регулювати їхню активність, схвалювати намагання виявляти самостійність, вольові зусилля та ін. При цьому важливо враховувати руховий досвід кожної дитини, притаманний їй темп, рівень рухливості, природні можливості та здібності.

В межах активного рухового режиму щоденний обсяг рухової активності становить до 3-х годин для дітей раннього віку, 3-4 години для молодшого дошкільного віку, 4-5 годин – для старших дошкільників. Важливий складник життєдіяльності дітей – прогулянки, зміст роботи яких залежить від погоди, освітніх завдань, загальної атмосфери в групі, настрою та інтересів дітей. На прогулянках тривалість фізичних вправ і рухливих ігор для дітей раннього віку становить 20-35 хв., молодшого – 35-45 хв., старшого – 45-60 хв. Рухову активність дітей варто знижувати наприкінці прогулянки (за 10-15 хв.) до її закінчення, щоб забезпечити спокійний перехід до іншого режиму [7].

При доборі ігор враховуються такі чинники: вік дітей, пора року, погодні та природні умови, місце ігор протягом дня, наявність необхідного фізкультурного обладнання та інвентарю тощо. Рухливі ігри включаються до різних форм роботи

з дітьми (занять, свят, розваг, походів тощо) після їх попереднього розучування. Їх проводять в усіх вікових групах щодня: під час ранкового прийому (одна-дві гри малої і середньої рухливості), на прогулянках (дві-три гри малої, середньої та високої рухливості), ввечері пропонуються одна-дві гри середньої та малої рухливості. Усього протягом дня проводиться п'ять-шість рухливих ігор, а влітку – шість-сім [8, с. 87].

Отже, рухова активність є природною біологічною потребою дітей, ступінь задоволення якої визначає подальший структурний та функціональний розвиток їх організму. Рухи є важливою складовою частиною будь-якого виду діяльності та психічних процесів. Завдяки достатньому обсягу рухової діяльності діти мають добре здоров'я, фізичний розвиток та швидше засвоюють фізичні вправи. За допомогою ігор у дошкільників закріплюються та вдосконалюються різноманітні вміння і навички.

### Список літератури

1. Богиніч О. Л. Фізичне виховання дітей дошкільного віку засобами гри: навч. посіб. К. : ПНУ імені В.Стефаніка, 2007. – 140 с.
2. Бурова А. П. Організація ігрової діяльності дітей дошкільного віку. Тернопіль : Мандрівець, 2010. – 256 с.
3. Бусленко В. Організація занять з фізичного виховання в дошкільному навчальному закладі. Дитячий садок. 2009. – №48. – С. 20-22.
4. Михайленко Ю. Стан здоров'я і рухової активності дітей дошкільного віку. Спортивний вісник Придніпров'я. 2017. – № 1. – С. 193-196.
5. Лохвицька Л. В. Дошкільникам про основи здоров'я: навч.-метод. посіб. Тернопіль: Мандрівець, 2008. – 192 с.
6. Єрмолова В. М. Навчаємо граючись: метод. посіб. К.: Література, 2012. – 208 с.
7. Малащенко М. Педагогіка здоров'я в детском саду. Харків: Ранок, 2008. – 192 с.
8. Кожухова Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: Владос, 2010. – 192 с.

4. [https://en.wikipedia.org/wiki/Mariupol\\_Greek](https://en.wikipedia.org/wiki/Mariupol_Greek)
5. <http://www.encyclopediaofukraine.com/display.asp?linkpath=pages%5CG%5CR%5CGreeks.htm>
6. <http://pr.ua/news.php?new=7097>
7. <https://www.ukrinform.net/rubric-society/2700511-who-and-when-actually-founded-mariupol-kherson-and-odesa.html>



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>