

<http://ussm.odessa.gov.ua/novosti/fakultet-ekonomki-ta-menedzhmentu-mgu-proponu-specalzacyu-sportivnij-menedzhment/>

5. Футбольний турнір на Кубок Президента МГУ С.В. Ківалова [Електронний ресурс]: Департамент освіти та науки Одеської міської ради. — Режим доступу: <http://don.od.ua/2017/04/05/футбольний-турнир-серед-команд-загал/>

САМОЛЕНКО Т. В.

Київський національний торговельно-економічний університет,
доцент кафедри фізичної культури,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

ЗАХАРІНА Е. А.

Класичний приватний університет,
завідувач кафедри теоретичних основ фізичного
та адаптивного виховання, доктор педагогічних наук, доцент

РУХЛИВІ ІГРИ ЯК СПОСІБ ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості старших дошкільників дозволяють розвивати і вдосконалювати рівень швидкості і спритності саме в цьому віці. Саме через рухливі ігри, діти найбільше досягають високих результатів, ніж просто виконуючи вправу, завдання. Саме вони, як рухова діяльність мають певну специфіку: вони вимагають від дитини швидкої реакції на сигнали і несподівані зміни ігрової обстановки. Так як, гра є провідним видом діяльності дітей дошкільного віку. Підвищення загальної фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку буде ефективним, якщо ввести в фізкультурні заняття в дитячому садку різноманітні доступні рухливі ігри. Рухливі ігри мають велике значення в житті дитини, тому що являють собою незамінний засіб отримання дитиною знань і уявлень про навколишній світ. Рухливі ігри зміцнюють фізичне здоров'я, навчають життєвим ситуаціям, допомагають дитині отримати правильний розвиток. Вони впливають на розвиток мислення, кмітливості, вправності, спритності, морально-вольових якостей. Саме в грі дитина пізнає навколишній світ, його закони, вчиться жити за правилами. Діти обожають рухатися, стрибати, скакати, бігати навипередки. Рухливі ігри за правилами — це свідоме, активна діяльність дитини, для якої характерно своєчасне і точне виконання завдань, пов'язаних з правилами, обов'язковими для

всіх учасників. Рухлива гра — це вправа, за допомогою якої діти готуються до життя [2; 3].

Актуальною проблемою є необхідність розвитку загальної фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку через рухливі ігри. Як відомо гра є провідним видом діяльності дітей дошкільного віку. У дошкільному віці в результаті цілеспрямованого педагогічного впливу формується здоров'я, звичка до здорового способу життя, загальна витривалість, працездатність організму і інші якості, необхідні для повноцінного розвитку особистості. Завданням фізичного виховання (йдеться в Концепції дошкільного виховання) — «Є пошук ефективних засобів вдосконалення і розвитку рухової сфери дітей дошкільного віку на основі формування у них потреби в рухах». Оздоровчу спрямованість повинна мати вся організація життєдіяльності дитини в дошкільному навчальному закладі. Фізичне виховання дітей дошкільного віку є першою сходинкою освіти і виховання. Саме в дошкільному віці, в результаті цілеспрямованого впливу, формуються: здоров'я, загальна витривалість і працездатність, життєдіяльність, підвищуються функціональні можливості і інші якості, необхідні для гармонійного розвитку особистості. Рухливі ігри дуже доступні, розважальні, пробуджують інтерес у дошкільників, що важливо для педагогічного процесу закріплення правильних рухових дій, навичок, розвитку різних фізичних якостей, для життєдіяльності. Метою занять фізичною культурою в дошкільному закладі вважають зміцнення здоров'я дітей та організацію здорового способу життя шляхом володіння знаннями про функціонування свого організму і засобами його захисту. Рухлива гра є засобом і методом фізичного виховання. Зміст рухливих ігор для маленьких дітей в дитячому садку спрямовані на розвиток видів руху: бігу, стрибків, лазіння.

Метою роботи стала необхідність виявити ефективність використання рухливих ігор у фізичній підготовці дітей старшого дошкільного віку. На підставі вивчених джерел науково — методичної літератури, з'ясували, що рухливі ігри є засобом і методом фізичного виховання. Особливістю даних ігор є класифікація та методика їх проведення у старших дошкільників. Завдання дослідження — розробити та апробувати комплекс рухливих ігор з розвитку швидкості і спритності у старших дошкільнят.

В результаті проведеного тестування дітей було виявлено, що фізична підготовленість у випробуваної групи знаходиться на різних рівнях, взяло участь двадцять дітей старшого дошкільного віку. Був розроблений і обраний комплекс рухливих ігор, спрямований на розвиток фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку. У комплекс були включені тридцять ігор, спрямованих на вдосконалення фізичних якостей швидкості і спритності [1]. Запропоновані ігри розділили на: ігри на розвиток швидкості (основний рух — біг, стрибки); ігри на розвиток спритності (основний рух — метання). Основними рухами в іграх були

біг, стрибки, метання. Так само проводилися сюжетні, безсюжетні, спортивні та народні ігри, різні спортивні естафети. Підбиралися ігри з урахуванням вікових особливостей, пори року, підготовленості дітей. А також були проведені бесіди та надані рекомендації батькам, як правильно проводити рухливі ігри в домашніх умовах. Порівняльний аналіз результатів, отриманих після проведення експерименту, показав, що рівень підготовленості дітей підвищився.

Таким чином, рухливі ігри впливають на розвиток дитини, і зокрема, на формування фізичних якостей, як швидкість і спритність. Цьому виду ігор відведене певне місце у виховно-освітньому процесі. Розвиток фізичних якостей у старших дошкільників призводить до зміцнення організму, його оздоровленню, розвитку емоційної сфери, підвищенню позитивного стану психіки. Використання різноманітних рухливих ігор зробило позитивний і ефективний вплив на розвиток фізичних якостей у старших дошкільників. Передбачається, що підвищення загальної фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку буде ефективним, якщо ввести в фізкультурні заняття в дитячому садку різноманітні доступні рухливі ігри. Щоб зацікавити дітей, педагоги-вихователі самі повинні знати історію їх появи, і їх виховне значення.

Список використаної літератури:

1. Фатеева Л.П. 300 подвижных игр для младших школьников. Популярное пособие для родителей и педагогов / Л.П. Фатеева; худож. М.В. Душин, В.Н. Куров. — Ярославль: Академия развития, 2006. — 224 с.
2. Vospitatel.com.ua/zaniatia/igry/kartoteka-podvijnih-igr.html
3. Pedsovet.su — Інтернет спільнота вчителів.