

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ В СИСТЕМІ ОЗДОРОВЧО-ВИХОВНОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Оздоровче виховання дошкільників через заняття аеробікою отримало визнання і пріоритет в оздоровчій спрямованості фізичної культури. Аеробіка інноваційними методами, засобами і формами своїх занять вирішує актуальні завдання: підвищення рівня здоров'я дітей, залучення їх до занять фізичною культурою через інтерес і задоволення всіляких потреб.

Ключові слова: інноваційний підхід, діти дошкільного віку, оздоровчо-виховна робота.

Постановка проблеми. Одним з пріоритетів державної політики розвитку освіти України є формування здорового способу життя, культури здоров'я в кожній людині і, перш за все, підростаючого покоління [2, 10, 11].

Розумне та вірне фізичне виховання дітей – одна з ведучих задач дошкільних закладів. Міцне здоров'я, отримане в дошкільному віці, є фундаментом загального розвитку людини. Ні в який інший період життя фізичне виховання не зв'язано так міцно з загальним вихованням, як у перші шість років життя. В період дошкільного віку у дитини закладаються основи здоров'я, довголіття, всебічної рухової підготовленості та гармонійного фізичного розвитку. Хвороблива, відстаюча у фізичному розвитку дитина швидше втомлюється, в неї не стійка увага, пам'ять. Ця загальна слабкість викликає і різноманітні розлади в діяльності організму, що призводить не тільки до зниження здібностей, а й розхитує волю дитини. Недарма видатний педагог В.О. Сухомлинський підкреслював, що від здоров'я, життєрадісності дітей залежить їх духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність в знаннях, віра в свої сили. Саме тому дуже важливо організувати різноманітні заняття фізичною культурою саме в дитинстві, що дозволить організму накопичити сили і забезпечити в подальшому всебічний, гармонійний розвиток особистості.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Фізичне виховання виступає важливим чинником, що суттєво впливає на здоров'я дітей [3, 5, 7, 8]. Тому основна мета, яку ставлять перед собою вихователі і педагоги, – це збереження і зміцнення здоров'я дітей, поліпшення їх фізичного розвитку із врахуванням індивідуальних можливостей й здібностей; формування у вихованців і їх батьків відповідальності за збереження власного здоров'я.

Саме у дошкільному віці, в результаті цілеспрямованої педагогічної дії формується звичка до здорового способу життя, загальна витривалість, працездатність організму й інші якості, необхідні для повноцінного розвитку дитини. Так, науковці В. Баранов, О. Бірюк, Л. Дворкін, А. Корх, Т. Круцевич, С. Крючек, К. Купер, Т. Лисицька, Ю. Менхін, Т. Ротерс, Л. Сіднева, Ю.Таран, Е. Хоулі, Б. Френкс та ін. розглядають різні види фітнесу, їх відмінність щодо складності, емоційного забарвлення, впливу на фізичний розвиток дошкільників, оскільки саме в цьому віці створення умов для збільшення обсягу цілеспрямованої рухової активності покращує мотивацію до занять фізичними вправами, подолання розумової втоми, поліпшує загальний стан організму. Усе це дозволяє розвивати активну життєву позицію, підвищувати культуру здоров'я дитини.

Основоположниками теорії фізичного виховання дітей дошкільного віку є такі вчені-педагоги як Е.С. Вільчковський, Д.В. Хухлаєва, П.Ф. Лєсгафт, В.В. Гориневський, Е.А. Аркін, Т.І. Оськіна та ін.

Але теорія фізичного виховання дітей дошкільного віку безперервно розвивається і збагачується новими знаннями, які вчені отримують в результаті досліджень, охоплюючи багатообразні сторони виховання дитини. Данні досліджень, перевірених в масовій практиці дитячих закладів, вводяться в програми, учбові посібники та практичну роботу з дітьми, допомагаючи прогресу всього навчально-виховного процесу.

Проблемами оновлення системи фізичного виховання в дошкільному закладі на сьогоднішній день займаються такі науковці як: Вавилова О.М., Боткіна Н.А., Усаков В.І., Бальсевич В.К., Волков М.І. та ін.

Серед засобів, що сприяють зміцненню здоров'я дітей, є оздоровча аеробіка та фітнес, які на сьогодні стали важливою складовою шкільної навчальної програми з фізичної культури, а це важливий крок для дошкільників у неперервному переході до школи [1, 4].

Аеробіка привертає до себе увагу і вже стала масовим захопленням. Ритми аеробіки так само стрімкі і невловимі, як діти, відповідають багатьом їх потребам, у тому числі і в русі, який їм так необхідний.

Оздоровче виховання дошкільників через заняття аеробікою, яке за ефективністю, доступності, емоційності і популярності, отримало визнання і пріоритет в оздоровчій спрямованості фізичної культури,

як ведучого і одного з найбільш ефективних способів її перетворення. Це напрям важливий, оскільки для фізичної культури на даному етапі найбільш значимим є пошук і реалізація інноваційних оздоровчих технологій, що обумовлене поруч таких загальновідомих чинників, як зниження рівня здоров'я дітей.

Саме аеробіка інноваційними методами, засобами і формами своїх занять вирішує актуальні завдання: підвищення рівня здоров'я дітей, залучення їх до занять фізичною культурою через інтерес і задоволення всіляких потреб [1, 4].

Також привабливість аеробіки у дітей можна пояснити однією з основних її особливостей – безперервність рухів під музику в різних темпах. Це дає можливість навчитися правильно, красиво і сучасно рухатися в танцювальному ритмі. Актуальність аеробіки обумовлена ще й тим, що вона доступна, оскільки зміст її базується на знайомих дітям вправах.

Мета роботи – організувати фізичне виховання в дитячих садках так, щоб воно забезпечувало кожній дитині гармонійний розвиток, допомагало їй використовувати резерви свого організму для збереження і зміцнення здоров'я.

Об'єкт дослідження – інноваційні підходи у фізичному вихованні дітей дошкільного віку.

Предметом дослідження є використання інноваційних методик для підвищення рівня фізичного розвитку дошкільників.

Гіпотеза дослідження є припущення про те, що використання однієї з інноваційної методики (а саме методики "колового тренування" з елементами аеробіки) є умовою підвищення фізичного розвитку дошкільників.

Основний матеріал дослідження. В якості ефективної організаційно-методичної форми фізичної підготовки дошкільників розглядається колове тренування з елементами аеробіки.

Розроблені методика та алгоритми застосування колового тренування з елементами аеробіки в процесі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Методичними особливостями колового тренування як організаційно-методичної форми фізичної підготовки дітей старшого дошкільного віку є:

– обумовленість вибору вправ віком, особливостями фізичного стану дітей і змістом програми з фізичного виховання;

– використання сюжетних комплексів колового тренування, прийомів імітації та наслідування, вправ з предметами з метою максимального наближення занять з фізичної культури до ігрової діяльності;

– направленість комплексів колового тренування на вирішення задач дошкільного фізичного виховання, різнобічну фізичну підготовку дітей і гармонічний розвиток рухових якостей;

– оптимальна моторна щільність занять з використанням колового тренування, яка має складати 75-87%, а середній рівень частоти серцевих скорочень у дітей 140-160 уд./хв.;

– використання різноманітних варіантів однотипних вправ, які використовуються на "станціях" колового тренування, що дозволяє реалізувати диференційований підхід в процесі фізичного виховання.

Для реалізації диференційованого підходу необхідно розподіляти дітей по підгрупах відповідно до результатів аналізу даних про стан їх здоров'я.

З метою підтвердження гіпотези, зазначеної вище, нами у навчально-виховному комплексі № 112 Харківської обласної ради м. Харкова був проведений експеримент, який складався з трьох етапів: констатуючий, формуючий та контрольний.

Для експерименту було обрано дві групи дітей старшого дошкільного віку.

Під час констатуючого експерименту було проведено комплексне обстеження фізичного стану дошкільників, і він показав, що діти мають приблизно однаковий рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

Формуючий етап експерименту полягав у тому, що зміст занять з фізичної культури в експериментальній групі протягом року були включені основні рухи, які виконувалися способом колового тренування з елементами аеробіки. Контрольна група протягом такого ж періоду займалася фізичною культурою згідно програми "Розвиток" [11].

Контрольний етап експерименту показав:

– у дітей експериментальної групи знизилася частота серцевих скорочень і частота дихання, що свідчить про удосконалення функціональних можливостей організму і про перевагу колового тренування на заняттях в порівнянні з традиційними заняттями з програми "Розвиток";

– за результатами виконання контрольних вправ у дітей експериментальної групи показники фізичної підготовленості значно вищі ніж у дітей контрольної групи.

Таким чином, використання колового тренування з елементами аеробіки на заняттях з фізичного виховання з дітьми старшого дошкільного віку сприяє підвищенню фізичного навантаження та ефективності що відтворено в позитивній динаміці показників функціонального стану організму та фізичної підготовленості дошкільників, що повністю підтверджує нашу гіпотезу.

Висновки. Як показали результати після впровадження певної оздоровчої методики для дітей в дитячому садку, можна констатувати наступні зрушення:

1. Підвищився рівень фізичної підготовленості дітей.
2. Знизилася їх захворюваність.
3. Підвищилася природна активність.

4. Рухи стали пластичними і точнішими.
5. Діти стали краще орієнтуватися в навколишньому просторі.
6. Сформувалася усвідомлена потреба у веденні здорового способу життя.
7. Благотворно вплинуло на розвиток мови, розширення кругозору, фізичних і етичних якостей дітей.

Спрямованість подальших досліджень припускає розширення кола засобів контролю, включаючи й психічний, який буде відображати психічний стан дитини, що є важливим при його подальшому успішному навчанні в школі.

Використані джерела

1. Вільчковський Е.С. Фізичне виховання дітей у дошкільному закладі / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – К., 2001. – 115 с.
2. Вільчковський Е.С. Заняття з фізичної культури в дитячому садку / Е.С. Вільчковський. – К., 1985. – 63 с.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: ст. возраст / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2000. – 262 с.
4. "Дитина": Програма виховання і навчання дітей від двох до семи років. – К., 2010. – 100 с.
5. Калініченко О.М. Методика застосування комплексних уроків фізичної культури в навчальний процес учнів початкової школи (аеробіка, рухливі ігри, хореографія): Методичний посібник / О.М. Калініченко. – Харків: ХДАФК, 2008. – 60 с., іл.
6. Козина Ж.Л. Маленькие волшебники. Веселая детская гимнастика в стихах. (Изд. 2-е, доп.) / Ж.Л. Козина, В.Ю. Козин. – Харьков: ХНПУ, 2005. – 80 с.
7. Колесникова С.В. Детская аэробика: методика, базовые комплексы / С.В. Колесникова. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 157 с.: ил. – Школа развития.
8. Нісімчук А.С. Сучасні педагогічні технології / А.С. Нісімчук, О.С. Падалка, О.Т. Шпак. – К., 2000. – 368 с.
9. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. / Т.И. Осокина. – М.: Просвещение, 1986. – 304 с.
10. Програма виховання дітей дошкільного віку "Малятко". – К., 2001. – 287 с.
11. Програма розвитку дітей старшого дошкільного віку "Розвиток". – К., 2010. – 100 с.
12. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. / Д.В. Хухлаева. – М.: Просвещение, 1984. – 207 с.
13. Шебеко В.Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. / В.Н. Шебеко и др. – М., 1998. – 123 с.
14. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников. / В.Н. Шебеко и др. – М.: Издательский центр "Академия", 2000. – 176 с.

Schola E.N.

INNOVATIVE APPROACHES IN RECREATIONAL AND EDUCATIONAL ACTIVITIES FOR CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

Revitalizing education of children through aerobic exercise, has been recognized and prioritized improving orientation of physical culture. Aerobics innovative methods, means and forms of his study deals with contemporary problems: improving the health of children, to ensure their physical training through the interest and enjoyment of all possible needs.

Key words: *innovative approach, pre-school children, recreational and educational activities.*

Стаття надійшла до редакції 12.09.2013 р.

