

Key words: healthy lifestyle, preschool educational establishment, primary school, continuous valeological education.

Отримано 30.04.17

УДК 796.012.1:373.24-053.4

Л.В. Балацька, Т.Б. Григоришина, О.П. Ніколайчук

ХАРАКТЕРИСТИКА ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ФОРМ ПОКРАЩЕННЯ МОТОРНОЇ ФУНКЦІЇ ДІТЕЙ 3–5 РОКІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Розглянуто дані наукової літератури, виявлено певні розбіжності між право- та ліворукими дошкільниками як у морфофункціональних так і в психофізіологічних показниках. Визначено причини формування такої рухової асиметрії, необхідність її урахування в процесі навчальної діяльності дошкільників, у тому числі фізичної культури, з метою оптимізувати процес фізичного виховання у дошкільних навчальних закладах, передусім для покращення психофізичного стану дітей.

Ключові слова: дошкільники, рухова асиметрія, оптимізація психофізичного стану, моторна функція.

Постановка проблеми та аналіз актуальних досліджень.

Практично поза увагою дослідників залишається проблема покращення моторної функції дошкільників у процесі фізичного виховання, враховуючи спрямованість їхньої мануальної рухової асиметрії хоча вивченню різних показників у цьому аспекті загалом присвячено дуже велику кількість наукових праць фізіологів [5, 19], психологів [4, 5, 6, 10] та поодинокі дослідження [17] фахівців з фізичного виховання.

Дотепер поза увагою дослідників залишаються питання організації занять фізичними вправами в ДНЗ, що передбачають урахування спрямованості мануальної рухової асиметрії дошкільників для досягнення високих результатів, насамперед у покращенні їх моторної функції.

Таким чином, надзвичайна важливість і необхідність вирішення означеного завдання, з одного боку, та відсутність відповідних організаційних основ фізичного виховання в ДНЗ з іншого, зумовлюють вирішення даного важливого питання.

Мета статті та методи дослідження.

Мета – визначити організаційні основи покращення моторної функції дітей у процесі фізичного виховання в ДНЗ.

Відповідно до мети виокремили такі *завдання*:

1. За даними наукової літератури дати оцінку стану розв'язання проблеми покращення психофізичного стану дошкільників у процесі фізичного виховання з урахуванням їх рухової асиметрії.

2. Розглянути основи, враховуючи їхнє загальноприйняте значення, тобто як головні положення певного процесу, явища тощо.

Для вирішення поставлених завдань використовували такі загальнонаукові методи: аналіз, систематизацію та узагальнення наукових літературних джерел.

Виклад основного матеріалу. Аналіз змісту програм для дошкільних навчальних закладів (ДНЗ) у частині фізичного виховання дітей виявив таке. Характерним для вітчизняних чинної [3] і попередніх [11, 20] програм, а також які використовуються у практиці ДНЗ країн близького (Росія) [16], дальнього (США, країни ЄС) зарубіжжя є використання загальноприйнятого підходу до організації та реалізації змісту фізичного виховання дітей. Головна його особливість полягає у вирішенні оздоровчих, освітніх і виховних завдань, але фактично без визначення, як обов'язкової умови, врахування індивідуального моторного профілю дитини.

Як наголошує відомий російський фахівець з інтегративної антропології, професор Б. О. Нікітюк [16] зазначений підхід далекий від справжньої ідеології навчально-виховного процесу, в якому сьогодні потребують ДНЗ. Одна з причин цього – домінування дотепер, як у педагогіці, так і теорії й методиці фізичного виховання дошкільників крайніх підходів до його організації та реалізації, а саме: один – пов'язаний з дошкільною фізичною підготовкою як спрощеним варіантом шкільної системи, другий – як дещо другорядне у загальному розвитку особистості дитини.

Поодиноким [14, 18] характером відзначаються роботи з педагогічних аспектів зазначеної проблеми, із удосконалення підходів до реалізації змісту фізичного виховання дошкільників, враховуючи спрямованість їх МРА – практично відсутні [22]. Аналіз результатів останнього засвідчує, що врахування у 5-річних дітей означеної особливості у вигляді «симетричного» вивчення рухових дій і впливу на координацію дозволяє досягти значно кращих показників навчання і розвитку цієї якості ніж при використанні загальноприйнятого підходу, що передбачає виконання рухових дій кінцівкою, яку обирає дитина, чи у зручному для неї напрямі. Симетричний підхід передбачав виконання рухової дії провідною і непровідною руками, а також у кожному напрямі.

Отже врахування спрямованості МРА у практичній діяльності передбачає симетричне (білатеральне) виконання дитиною рухів і рухових дій, тобто як провідною, так і непровідною руками (ногами, в обидва напрями).

Перспективним (за даними практики й окремих досліджень) у розв'язанні виокремленої проблеми є долучення до комплексу організаційних основ покращення моторної функції дітей у процесі фізичного виховання, також основи щодо реалізації підходу «симетричного» вивчення визначених чинною програмою для ДНЗ рухових дій, урахуваючи вікові й зумовлені статтю особливості нестимульованого розвитку моторики дітей з різною спрямованістю мануальної рухової асиметрії між 3-м і 5-м роками, а також положень теорії М. О. Бернштейна про багаторівневу систему побудови рухів.

До організаційних віднесли різні види діяльності інструктора з фізичної культури, пов'язані з його підготовкою до реалізації змісту фізичного виховання в ДНЗ, взаємодією з іншими дошкільними педагогами та визначенням спрямованості МРА у дітей. При цьому перше зазначене положення було комплексним, оскільки передбачало визначення: необхідного матеріально-технічного забезпечення занять з фізичної культури як основної (урочної) форми реалізації фізичного виховання в ДНЗ; позаурочних форм занять для реалізації обраної методики навчання рухових дій; педагогічних умов реалізації обраної методики навчання рухових дій.

Підготовча діяльність інструктора з фізичної культури до реалізації змісту фізичного виховання. Підготовча діяльність інструктора з фізичної культури, передбачала різні види, що було зумовлено їхнім змістом. Перший вид, а саме *(1) визначення необхідного матеріально-технічного забезпечення занять з фізичної культури як основної (урочної) форми реалізації фізичного виховання в ДНЗ*, потрібен для підвищення якості цих занять, передусім у аспекті: кращого оволодіння дітьми руховими діями, що будуть вивчатись; досягнення високої загальної і моторної щільності; створення позитивного емоційного фону.

Реалізація. До початку навчального року, враховуючи визначені для занять з фізичної культури завдання, добирали необхідне обладнання, інвентар, прилади, тренажери тощо. До початку кожного заняття з фізичної культури, виходячи із завдань кожного, визначали потрібний інвентар та свої дії до початку та під час проведення заняття, що були пов'язані, насамперед із: підготовкою місць занять до виконання кожного завдання; оптимальним розміщенням таких місць на майданчику; переміщенням до них дітей; організацією діяльності дітей на кожному такому місці [1, 7, 8].

(2) *Визначення позаурочних форм занять для реалізації обраної методики навчання рухових.* Необхідність виконання цього положення під час підготовки до реалізації матеріалу з фізичного виховання чинної програми для ДНЗ [9, 19] зумовлювалася таким. Кількість форм занять фізичними вправами в ДНЗ досить велика, а значить мають місце позитивні передумови для додаткового вирішення завдання з цілеспрямованого впливу на моторну функцію дітей. Іншими словами, збільшення часу для вирішення цього завдання дозволяє досягти значно кращого результату ніж у випадку його вирішення тільки під час основної форми занять в ДНЗ, тобто занять з фізичної культури [10, 13].

Реалізація. У зв'язку із зазначеним урахували, що в ДНЗ організація фізичного виховання передбачає урочну та позаурочні форми організації занять. При цьому перша представлена заняттями з фізичної культури і музично-танцювальними заняттями (передбачають оволодіння танцювальними рухами), тривалість яких – по 20–25 хв, періодичність кожної – двічі на тиждень. Позаурочними формами занять, що реалізуються щоденно, є: ранкова гімнастика (тривалість 10 хв); гімнастика пробудження після сну в ДНЗ (7–8 хв); прогулянка першої половини дня (1,5 год); прогулянка другої половини дня (1,5 год і більше); рухливі хвилинки (під час кожного заняття, 2–3 хв); рухливі паузи (між заняттями, 5–6 хв); самостійна рухова діяльність (протягом дня у гуртках). Крім цього, щоденно по 10 хв реалізується така оздоровча процедура як загартування з використанням «доріжки здоров'я» і «сольової доріжки». Водночас у ДНЗ використовуються масові позаурочні форми занять фізичними вправами: дитячий туризм (один похід у тиждень) та день здоров'я (один у місяць в останній тиждень).

Усі зазначені форми є загальноприйнятими в ДНЗ. У нашому дослідженні нових форм не використовували та не змінювали структури і параметри використаних, – тобто організація рухової діяльності контрольних і експериментальних груп між собою не відрізнялася.

Ураховуючи поставлену мету, поміж вищезазначених форм виокремили такі, що дають можливість використовувати фрагменти обраної методики навчання дошкільників рухових дій, та форми, під час реалізації яких обрана методика буде використовуватись у повному обсязі. Відповідно зазначеному до першого об'єднання увійшли рухливі паузи, самостійна рухова діяльність, дні здоров'я, дитячий туризм, а до другого об'єднання – прогулянки першої та другої половини дня.

(3) *Визначення педагогічних умов реалізації обраної методики навчання рухових дій.* Під час визначення таких умов урахували, насамперед сутність цього термінопоняття: спираючись на рекомендації [21, 16, 17], педагогічні умови розглядали як комплекс дій педагога зі

створення навчального середовища, що сприяє досягненню кращого кінцевого результату при реалізації педагогічного процесу певного змісту. У зв'язку із зазначеним виокремили такі педагогічні умови:

- активізація під час занять інтересу дітей до виконання поставлених завдань, особливо під час вивчення рухових дій непровідною рукою (ногою, у непровідному напрямі);
- підвищений режим безпеки під час вивчення рухової дії непровідною рукою (ногою, у непровідному напрямі);
- створення на етапі початкового вивчення рухової дії штучного блокування «зайвих ступенів свободи» (за М. О. Бернштейном) у рухах дитини.

Реалізація. Першу із зазначених педагогічних умов реалізували створенням під час заняття фізичними вправами ігрового середовища. Для цього при виконанні рухових дій широко використовували аналогію і копіювання, зокрема рухів тварин, рослин під час дії на них сил природи.

Реалізацію іншої педагогічної умови (підвищений режим безпеки під час вивчення рухової дії непровідною рукою) забезпечували оптимальним розташуванням дітей на майданчику, заміною предметів (інвентарю) аналогами, виготовленими з матеріалу, що дозволяє запобігти травмам (м'ячі з тканинами, предмети з поролону тощо).

Реалізацію педагогічної умови, пов'язаної зі створенням на етапі початкового вивчення рухової дії штучного блокування «зайвих ступенів свободи» у виконуваних дитиною рухах, забезпечували переважно використанням резинових стрічок, в окремих випадках – діяльністю у парах, в якій одна дитина виконувала елемент рухової дії, інша – ускладнювала її виконання протидією (створювала опір за допомогою м'язових зусиль).

Наступна виокремлена організаційна основа – ***взаємодія інструктора з іншими дошкільними педагогами*** – передбачала врахування висновків фахівців [2, 13, 23] про можливість означеним способом суттєво збільшити результативність використання розробленої методики. При цьому виходили з необхідності під час позаурочних форм фізичного виховання використовувати фрагменти обраної методики навчання рухових дій або методику у повному обсязі. У зв'язку з тим, що керівництво такими заняттями здійснює не інструктор фізичної культури, а вихователі, важливим є забезпечення взаємодії між цими дошкільними педагогами в означеному напрямі.

Реалізація. До початку навчального року з вихователями провели методичний семінар, спрямований на: формування у них усвідом-

леної позиції щодо необхідності використання обраної методики навчання рухових дій; ознайомлення зі змістом цієї методики; роз'яснення особливостей її використання у певній позаурочній формі занять фізичними вправами. Водночас узгоджували спільні дії інструктора з фізичної культури і вихователів щодо інформування батьків про особливість реалізації в ДНЗ змісту фізичного виховання та необхідність реалізації вдома пропонованої методики навчання рухових дій під час спільної з дитиною рухової діяльності. Після такого методичного семінару проводили також індивідуальні консультації з вихователями, батьками та забезпечили їх практичними рекомендаціями, підготовленими нами на паперовому й електронному носіях.

Виокремлення іншої організаційної основи, а саме **визначення спрямованості МРА** дошкільників, зумовлювалося безпосередньо науковою ідеєю, що була засадничою у здійсненій нами пошуковій діяльності взагалі та необхідністю врахування існуючих особливостей розвитку і функціонування різних систем організму дошкільників з наявними варіантами спрямованості МРА зокрема [3, 8, 14].

Реалізація. На початку навчального року діагностували спрямованість МРА досліджуваних дітей, використовуючи апробовані на попередньому етапі методики. Для оптимізації цієї діяльності до процесу долучили також медичного працівника і вихователів.

Висновки. Організація та реалізація змісту фізичного виховання в ДНЗ із урахуванням визначених організаційних основ буде забезпечувати 5-річним дівчаткам і хлопчикам з різною спрямованістю МРА значне покращення моторної функції і досягати протягом навчального року значно вищих показників у розвитку фізичних якостей за відсутності цілеспрямованого впливу на них порівняно з використанням традиційних організації і реалізації зазначеного процесу.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на вивчення впливу занять фізичними вправами, що передбачають урахування розроблених організаційно основ, на показники фізичних якостей дітей у дошкільний період.

Список використаних джерел

1. Айрапетянц В. А. Особенности функциональной асимметрии мозга здоровых детей / В. А. Айрапетянц // Асимметрия мозга и память : сб. науч. тр. Междунар. конф. 22–25 мая 1987 г. – Пушино, 1987. – С. 3–13.
2. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі». – К. : Світич, 2008. – 112 с.

3. Безруких М. М. Физиология развития ребенка : теоретические и прикладные аспекты / М. М. Безруких, Д. А. Фарбер. – М., 2000. – 125 с.
4. Безруких М. М. Леворукий ребенок в школе и дома : учеб. пособие / М. М. Безруких. – Екатеринбург : Фактория, 2004. – 300 с.
5. Бернштейн Н. А. Биомеханика и физиология движений / Н. А. Бернштейн. – М. : Изд-во «Институт практической психологии» ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1997. – 608 с.
6. Брагина Н. Н. Функциональные асимметрии человека : монография / Н. Н. Брагина, Т. А. Доброхотова. – М. : Медицина, 1988. – 237 с.
7. Вільчковський Е. С. Фізичне виховання дітей у дошкільному закладі : навч. посібник / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – К. : ІЗМН, 2001. – 216 с.
8. Глазырина Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста : пособие [для педагогов дошк. учреждений] / Л. Д. Глазырина, В. А. Овсянкин. – М. : Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2005. – 175 с.
9. Дитина. Програма виховання і навчання дітей дошкільного віку. – К. : Освіта, 1993. – 270 с.
10. Дубогай О. Д. Интеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання дітей : навч. посібник / О. Д. Дубогай. – К. : Оріяни, 2001. – 152 с.
11. Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. – М. : Издательский центр «Академия», 2002. – 264 с.
12. Заводная Ж. Н. Педагогическая подготовка студентов к работе с леворукими детьми : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика» / Ж. Н. Заводная. – Армавир, 1999. – 21 с.
13. Здоровьеформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5–6 лет : учеб.-метод. пособие [для педагогов дошк. учреждений] / И. К. Шилкова [и др.]– М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 336 с.
14. Ледаева Е. В. Социально-педагогическая адаптация леворуких детей в общеобразовательной школе : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Е. В. Ледаева. – Саранск, 2011. – 21 с.
15. Любомирский Л. Е. Закономерности развития сенсомоторных функций у детей школьного возраста : автореф. дис. на соиск. учен. степени доктора биол. наук : спец. 03.00.13 «Физиология человека и животных» / Л. Е. Любомирский – М., 1989. – 35 с.
16. Никитюк Б. А. Интеграция знаний в науках о человеке (интегративная анатомическая антропология) : монография / Б. А. Никитюк. – М. : СпортАкадемПресс, 2000. – 440 с.

17. Панфилова Н. В. Развитие координационных способностей и обучение двигательным действиям детей 4–6 лет в связи с особенностями двигательной асимметрии : автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / Н. В. Панфилова. – М. : НИИ физиол. детей и подрост. РАО, 1992. – 19 с.
18. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : підручник [в 2-х томах / за ред. Т. Ю. Круцевич]. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – Т. 1. – 391 с.
19. Чермит К. Д. Гармоническая пара «симметрия-асимметрия» в организме человека как фундаментальная основа адаптации : автореф. дис. ... доктора биол. наук : спец. 03.00.12 «Физиология человека и животных» / К. Д. Чермит. – Краснодар, 2004. – 49 с.
20. Шиянов Е. Н. Развитие личности в обучении : учеб. пособие [для студ. пед. вузов] / Е. Н. Шиянов, И. Б. Котова. – М. : Изд. центр «Академия», 2000. – 288 с.
21. Шиян Б. М. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посібник / Б. М. Шиян, Г. А. Єдинак, Ю. В. Петришин – Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута»», 2012. – 280 с.
22. Яковлева Л. В. Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет : метод. рекомендации [для педагогов дошк. учреждений] : в 3-х ч. / Л. В. Яковлева, Р. А. Юдина. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – Ч. 1. Программа «Старт». – 315 с.
23. Яковлева Л. В. Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет : пособие [для педагогов дошк. учреждений] : в 3-х ч. / Л. В. Яковлева, Р. А. Юдина. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – Ч. 3. Конспекты занятий для старшей и подготовительной к школе групп. Спортивные праздники. – 253 с.

The data of scientific literature were considered and some differences between right- and left-handed preschoolers were revealed both in morphological and psychophysiological indicators. The reasons of the formation of such motor asymmetry were determined; and also the need to take it into account in the process of preschoolers' learning activities, including physical training, in order to optimize the process of physical education in pre-schools first of all for improving the mental and physical condition of children.

Key words: preschoolers, motor asymmetry, optimization of mental and physical condition, motor function.

Отримано 29.04.17