

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ЩОДО ПОЄДНАНОГО ФІЗИЧНОГО І РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Вікторія ПАСІЧНИК, Роман ПЕТРИНА

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. У статті висвітлено питання оптимізації фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. Розкрито сучасні шляхи удосконалення змісту й організації фізичного виховання для поєднаного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей. Показано, що розвиток рухової і розумової сфери необхідно вирішувати як одне завдання, що сприяє гармонійному розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Ключові слова: фізичний розвиток, розумовий розвиток, фізичне виховання, дошкільний вік, діти.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сучасному етапі розвитку освіти в Україні посилюється увага суспільства до вирішення проблем формування особистості, її своєчасного фізичного і психічного розвитку, стимулювання творчої активності. Особливого значення ці проблеми набувають у системі навчання і виховання дітей дошкільного віку, що є одним із найважливіших держаних завдань.

Дошкільний вік – це період, коли відбуваються найінтенсивніші процеси росту і розвитку організму, формування особистості дитини. Саме в цьому віці закладаються основи майбутнього стану здоров'я, фізичної підготовленості, розумової діяльності, які дуже необхідні для всебічного гармонійного розвитку дитини [1, 8, 9].

Структура, зміст і методика проведення занять, що традиційно склалися в системі фізичного виховання, орієнтовані переважно на розвиток рухових навичок дітей і не враховують повною мірою можливостей рухової діяльності в процесі формування пізнавальних процесів, творчих здібностей, що є не використаним резервом підвищення індивідуальності дитини [3, 7, 8, 9].

Відомий учений П. Ф. Лесгафт стверджував, що між розумовим та фізичним розвитком існує тісний зв'язок – розумовий зріст та розвиток вимагають відповідно фізичного розвитку [1].

Дослідження вчених (Л. С. Виготський, А. В. Запорожець) довели домінантне значення рухів у становленні психічних функцій дитини. Кожний руховий акт здійснюється в часі і просторі, тому дитина, яка активно рухається, отримує можливість набути за одиницю часу більший об'єм інформації, що і створює передумови до прискореного формування її психіки. Установлено, що відставання в розумовому розвитку призводить до відставання в розвитку фізичних якостей. Доведено, що активна рухова діяльність позитивно впливає на розумову працездатність.

На думку О. Д. Дубогай, одним із негативних явищ традиційних і нових систем освіти є розрив між фізичним вихованням і всіма іншими видами навчальної діяльності дітей. Вона наголошує на взаємозв'язку пізнавальної і рухової діяльності у процесі навчання, який може забезпечити освітній, оздоровчий і виховний ефект [3].

Вчені (Дубогай О. Д., Пангелов Б. П., Фролова Н. О., Горбенко М. І., 2001) наголошують на недостатній розробленості механізмів, які обумовлюють взаємозв'язок рухових здібностей і пізнавальних процесів, механізмів розвитку психоемоційної сфери, що дійсно відповідає сьогоднішньому стану фізичного виховання та потребує подальшого осмислення.

Сутність такої взаємодії повинна полягати в підвищенні освітньої спрямованості процесу фізичного виховання, який передбачає інтеграцію рухових, пізнавальних і творчих процесів у розвитку гармонійно розвинутої дитини [7].

Окреслюючи цю проблему у світлі викладеного, пошук нових шляхів оптимізації сполученого фізичного й розумового розвитку дошкільників залишається актуальним.

Мета – висвітлити сучасні підходи вітчизняних і зарубіжних вчених щодо поєднаного фізичного й розумового розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел і узагальнення досвіду педагогічної практики.

Результати дослідження та їх обговорення. Проведений аналіз та узагальнення передової практики свідчить про те, що певні розробки питання інтеграції рухової і розумової діяльності в системі навчання і виховання дітей дошкільного віку є. Так, дослідження В.В. Поліщук (2008) присвячено розробці та обґрунтуванню системи інтегрованого розумового й рухового розвитку старших дошкільників у процесі фізичного виховання засобами дитячого туризму в умовах дошкільних навчальних закладів. Реалізація педагогічних умов, спрямованих на інтеграцію рухової та розумової діяльності, передбачає організацію фізкультурних занять туристсько-краєзнавчої спрямованості на основі системного підходу, який містить три базові принципи: системності, домінантності й варіативності засобів фізичного виховання. Організація занять передбачає здійснення педагогічних дій у напрямках: фізичне виховання, інтелектуальне виховання, соціально-педагогічне виховання. Для ефективного вирішення завдань за цими напрямками зміст навчального процесу з фізичного виховання доповнено розділами навчальної інформації зі сфер Базового компоненту дошкільної освіти України («Природа», «Культура», «Люди», «Я сам»). За класифікацією форм роботи з фізичного виховання в дошкільному закладі з використанням елементів туризму і краєзнавства виділено три блоки:

- фізкультурні заняття з використанням елементів туристсько-краєзнавчої діяльності (переходи, прогулянки-походи, заняття-тренування, ігрові заняття, колові тренування, дидактичні ігри);

- фізкультурно-оздоровчі заходи (ранкові та вечірні прогулянки, рухливі ігри з пошуковими ситуаціями, ігрові комплекси з використанням природних і соціальних об'єктів);

- активний відпочинок дітей (походи вихідного дня, туристські свята) [9].

У роботі І.В. Макущенко (2006) обґрунтовується ефективність використання рекреаційних технологій «навчання в русі» (оздоровчих рухливо-пізнавальних ігор) як доцільного компонента в розвитку руху «Спорт для всіх» у загальноосвітніх навчально-виховних закладах. Головним принципом реалізації рекреаційних технологій «навчання в русі» є розширення рухової активності дітей за рахунок дидактичних прийомів моделювання пізнавальної діяльності із застосуванням ігрових ситуацій під час проведення оздоровчих рухливо-пізнавальних ігор (ОРП), валеологічних естафет, конкурсів, вікторин із здорового способу життя. За змістом і формою організації занять цей підхід (метод сенсомоторної інтеграції) доволі лаконічний, виразний, доступний. Його використання сприяє розширенню кругозору, уточненню уявлень про навколишній світ, про себе, про організм людини, стан її здоров'я. Організація навчального процесу із застосуванням цієї технології дозволяє збільшити педагогічну щільність рухової активності до 80-90 % від загального часу і тим самим не тільки задовольняє істотні потреби в рухах, а й сприяє руховому вдосконаленню [5].

Проблемі інтегрованого розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей старшого дошкільного віку у процесі фізичного виховання присвячено дослідження А. А. Пивовар (2005). Автор вперше наводить дані про взаємозв'язок і взаємозумовленість компонентів рухових і пізнавальних здібностей дітей 5–6 років як цілісної динамічної системи. Обґрунтовує періодизацію педагогічних дій у зв'язку з віковим розвитком фізичних і пізнавальних здібностей. Організація занять передбачає три напрямки: фізичне виховання, інтелектуальне виховання, соціально-психологічне виховання. Основний зміст методики представлено в навчально-тренувальних заняттях, тематичних заняттях, рухливих іграх, естафетах у поєднанні із завданнями, які містять пізнавальну компоненту. Автор наголошує, що для гармонійного розвитку найбільший ефект спостерігається при акцентованому тренувальному впливі координаційного, швидкісного й силового характеру із застосуванням вправ, які потребують прояву такої здібності як гнучкість. При цьому доцільне поєднання виконання вправ цієї спрямованості із завданнями для розвитку сприйняття, мислення, пам'яті, уваги й уяви [8].

Ширші дослідження в напрямку поєднаного фізичного і розумового розвитку проводяться у Росії. Результати дослідження Н. Ю. Міщенко (2003) розкривають методику інтегрованого підходу у фізичному вихованні дітей дошкільного віку на основі фізичного й екологічного виховання. Зміст методики становлять фізичні вправи, які імітують об'єкти та явища живої і неживої природи, а також діяльність у природному середовищі. Педагогічними умовами реалізації методики інтегрованих занять є забезпечення цілісності педагогічного процесу на основі погодження змісту освітніх програм з фізичного й екологічного виховання дошкільників; створення екологічної стежки здоров'я як необхідного елементу предметно-просторового й фізкультурно-ігрового розвивального середовища; здійснення комплексного впливу на свідомість, емоційно-чуттєву й дієву сфери особистості дитини [6].

Процес інтеграції розумового й рухового розвитку на основі взаємодії вправ, спрямованих на розвиток рухової і розумової сфер дошкільників висвітлює у своїй праці І. В. Стародубцева (2004). Автор підкреслює, що основною метою фізичного виховання дітей дошкільного віку є сприяння гармонійному формуванню особистості, і визначає два блоки завдань – специфічні, суть яких полягає у вихованні фізичних якостей, оздоровленні дітей; загально педагогічні, які передбачають підвищення рівня розумового розвитку дошкільнят (через систему елементарних знань в галузі фізичної культури, розвиток пізнавальних процесів, активізацію мислення на основі рухової активності, сенсорний розвиток за допомогою фізичних вправ, із застосуванням спортивно-ігрового обладнання, збільшення словникового запасу дітей), виховання творчих здібностей і моральних цінностей. Для ефективного рішення цих завдань традиційний зміст навчального процесу з фізичного виховання доповнено розділом навчальної інформації, представленою у вигляді блоків: «Мій організм», «Світ рухів», «Світ спортивних предметів». Також внесено зміни в структуру фізкультурного заняття, яке містить попередній, підготовчий, основний і заключний етап, завдяки чому забезпечено рівномірне поєднання завдань розумового розвитку з завданнями фізичного вдосконалення [11].

Цікавим на нашу думку є, дослідження Н. О. Фоміної (2004), в якій автор окреслює інноваційний підхід до вдосконалення процесу фізичного виховання дітей дошкільного віку на основі інтеграції рухової і пізнавальної діяльності. В основі цього підходу лежить система сюжетно-рольової гімнастики, яка забезпечує інтеграцію рухової й пізнавальної сфери. У зміст цієї системи покладено синтез сукупності засобів фізичної культури, різноманітних видів мистецтва (хореографії, танцю, музики, театру); літератури (казки) й навчально-пізнавального матеріалу з урахуванням потреб освітньої програми з розвитку мовлення, елементарних математичних знань, знайомству з навколишнім світом. Застосування засобів і методів ритмічної гімнастики сюжетно-рольового характеру у фізичному вихованні дошкільників має важливе психолого-педагогічне виховне й корегувальне значення, що створює передумови цілеспрямованого її використання для дітей, у тому числі з відхиленнями в розвитку [13].

Російський науковець Д. А. Вішнікін (2004) розробив технологію поєднаного інтегрованого розвитку фізичних і інтелектуальних здібностей старших дошкільників на ігровій основі в умовах застосування комп'ютеризованого комплексу «Мотив-3». Модернізований комп'ютеризований біомеханічний комплекс (велоергометр) відповідає антропометричним показникам дітей старшого дошкільного віку і має відповідні характеристики: висота керма становить 30–35 см, висота сидіння – 60–65 см, навантаження на нижні кінцівки – 10–15 Н, на м'язи верхнього плечового поясу – 15–20 Н. Для цього вікового періоду визначено і введено в програмне забезпечення комплекс оптимального коридору частоти серцевих скорочень (128–150 уд./хв), в якому діти працюють найпродуктивніше без загрози для здоров'я. З урахуванням вікових особливостей розроблено комп'ютерні розвивальні програми для інтелектуального розвитку при одночасному виконанні рухових дій. Тобто фізичне навантаження супроводжується виконанням інтелектуального завдання, і, навпаки, інтелектуальне завдання може бути виконано шляхом подолання фізичного навантаження, які впливають на певні групи м'язів, а через них на внутрішні органи й відділи головного мозку. При цьому передбачено поступове зростання фізичного впливу й ускладнення інтелектуальних завдань. Під час виконання рухової дії з вирішенням інтелектуального завдання здійснюється контроль за самопочуттям дітей

на основі відповідних реакцій організму на задане дозоване фізичне й розумове навантаження за ЧСС. Відповідно до психолого-педагогічних і санітарно-гігієнічних вимог до роботи на комп'ютері загальний час на комплексі «Мотив-3» не перевищує 15 хвилин. Запропонована концепція не тільки поєднує фізичне й розумове виховання, але ініціює інтерес, мотивацію дітей під час гри-змагання, яка відбувається у сприятливих для дитини умовах комп'ютеризованого тренажерного комплексу [2].

У своєму дослідженні І. М. Селіверстова (2003) розкриває методику розвитку пізнавальних здібностей у старших дошкільників засобами фізичного виховання. Автор при розробці змісту занять з фізичної культури, ранкової гігієнічної гімнастики, фізкультхвилинок, занять на відкритих майданчиках враховувала відповідні педагогічні умови: предметно-просторове, ігрове й розвивальне середовище, яке забезпечує різнобічний фізичний розвиток; рівень професіоналізму педагогів; взаємозв'язок дошкільного навчального закладу і сім'ї; взаємодія інструктора з фізичного виховання, вихователя й батьків. При цьому акцент робиться на організаційно-методичні прийоми: сюжетна форма занять, в якій засоби фізичного виховання підпорядковані відповідній тематиці; народні рухливі ігри на основі художньо-поетичного тексту з промовлянням ігрових речитативів, віршів, діалогів; вправи дихальної гімнастики з промовлянням звуків і звукових сполучень на видиху в спокої і в поєднанні з рухами; вправи, які спрямовані на розвиток диференційованих рухів і дрібної моторики пальців рук; оформлення місць проведення занять відповідно до тематики, заохочення до виконання цих завдань самих дітей і їх батьків; використання різноманітного, яскраво оформленого фізкультурного обладнання та інвентарю [10].

Розвиток рухових і пізнавальних здібностей дітей дошкільного віку з використанням елементів синхронного плавання розглядає у своєму дослідженні О. Ф. Жданкіна (2009). Розроблена методика проведення занять, заснована на принципах розвивального навчання, теорії навчання рухових дій, використанні механізмів інтеграції і музичного супроводу, дозволяє поліпшити якість навчання дітей плавання, збільшити тренувальний ефект занять, який підтверджується зростанням координаційних, швидкісних і швидкісно-силових здібностей. Використання елементів синхронного плавання, яке представляє велику різноманітність рухів порівняно із звичайним плаванням, і запам'ятовування словесних інструкцій, промовляння дітьми виконання рухових дій обумовлює вищі темпи розвитку пізнавальних здібностей у дітей (словесно-образне мислення, слухова й зорова пам'ять, наочно-дійове мислення), що сприяє усвідомленому засвоєнню рухових дій у воді. Елементи синхронного плавання виступають як невід'ємна частина імпровізаційно-образної діяльності дітей, що дозволяє кожній дитині проявляти свою індивідуальність. Завдяки музиці різного характеру, підвищується розмаїття рухів у рухових імпровізаціях. Висока насиченість занять підсилює ефект педагогічного спілкування, змінює характер взаємодії педагога з дітьми і вихованців між собою [4].

О. С. Трофімова (2010) у своїй праці науково обґрунтувала зміст програми інтегрованого використання в режимі дня різноманітних видів ігрової рухової діяльності, яка дозволяє розвивати на вищому рівні порівняно з традиційними технологіями фізичні здібності і мислення дітей старшого дошкільного віку. Зміст програми передбачає використання додаткових триразових занять ігровою діяльністю, збільшення обсягу регламентованої рухової активності дітей до 450 хвилин на тиждень. В основі змісту програми ігрових занять уведено проєктивний, змістовний, процесуальний і контрольно-обліковий блоки. Ефективність комплексного використання в процесі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку рухливих, сюжетно-рольових ігор і ігрових вправ, диференційованих переважно на розвиток фізичних здібностей і мислення обумовлено часом їх виконання в режимі дня дитячого навчального закладу. У ранкові години використовуються ігри, які більшою мірою сприяють розвиткові сили, швидкості, гнучкості й наочно-образного мислення. У денні години використовуються ігри, які сприяють розвитку швидкості, спритності, витривалості і словесно-логічного мислення. І в вечірній час використовуються ігри, які сприяють розвитку швидкості, спритності й наочно-дійового мислення [12].

Ще одним цікавим напрямком щодо можливостей оптимізації фізичного виховання дітей дошкільного віку є фізкультурно-оздоровча програма «Родничок», яку пропонують І. М. Козлов, М. А. Правдов. Особливість цієї програми полягає в організації фізкультурно-оздоровчого середовища на основі активізації сенсомоторної активності дитини. На фізкультурних заняттях рухова активність поєднується з пізнавальною діяльністю. Орієнтування в просторі залу здійснюється на основі знаків і символів, які супроводжують обладнання, інвентар та приміщення залу. На думку авторів, це дозволяє формувати в дітей уявлення в просторі за межами дитячого садка [7].

На наш погляд, у прагненні до гармонійного фізичного й розумового розвитку дитини, одним із шляхів оптимізації фізичного виховання значною мірою можуть слугувати заняття з використанням інноваційних технологій, таких як інтегровано-розвивальні м'ячі. Інтегровано-розвивальні м'ячі яскраві й різнокольорові з зображенням літер українського алфавіту, цифр, знаків і геометричних фігур. Широке їх використання у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку буде ефективним заохоченням до навчання. Пізнаючи ігри, забави, різноманітні вправи й естафети з інтегровано-розвивальними м'ячами, діти охоче і з радістю свідомо ініціюватимуть і братимуть у них участь.

Основна мета занять з використанням інтегровано-розвивальних м'ячів – це сприяння всебічно гармонійному розвитку дитини. Відповідно до мети, інтегровані фізкультурні заняття спрямовані на вирішення пріоритетних завдань: збереження та зміцнення здоров'я; розширення рухового досвіду, удосконалення навичок з основних рухів; розвиток фізичних якостей; розвиток розумових здібностей; розвиток творчих здібностей, моральних цінностей, волевих якостей, естетичної культури.

Висновок. Таким чином, у світлі вимог до сучасної освіти одним із найголовніших завдань є формування системи навчання, яка передбачає інтегрований освітній, оздоровчий, загально виховний ефект, що є запорукою оптимального фізичного й розумового розвитку. У науково-методичній літературі висвітлюються засоби, методи, організаційні форми, які сприяють поєднаному фізичному і розумовому розвитку дитини. Узагальнюючи викладене, можна констатувати, що розвиток рухової активності й пізнавальної діяльності необхідно вирішувати як одне завдання.

Перспективи подальших досліджень пов'язуватимуться з впровадженням методики сполученого розвитку рухової й розумової сфери з використанням інтегровано-розвивальних м'ячів у практиці фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Список літератури

1. *Вільчковський Е. С.* Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – Суми : ВТД Університетська книга, 2004. – 428 с.
2. *Вишнікин Д. А.* Сопряжённое интегрированное развитие физических и интеллектуальных способностей детей 6-7 лет в условиях применения биомеханического комплекса : автореф. дис.... канд. пед. наук. – Нальчик, 2004. – 22 с.
3. Інтеграція пізнавальної та рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. О. Фролова, М. І. Горбенко. – К. : Оріяни, 2001. – 150 с.
4. *Жданкина Е. Ф.* Развивающая деятельность старших дошкольников в бассейне с использованием элементов синхронного плавания : автореф. дис.... канд. пед. наук. – Тюмень, 2009. – 21 с.
5. *Макущенко І. В.* Оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри як ефективний метод інтеграції інтелектуальних і рухових процесів // Ігровий метод у фізичному вихованні оздоровчої і реабілітаційної спрямованості : практ. посіб. / І. В. Макущенко, Т. М. Пристинська; за заг. ред. В. М. Пристинського. – Донецьк : ДОНІЗТ, 2006. – С. 50-53
6. *Мищенко Н. Ю.* Реализация интегрированного подхода в физическом воспитании детей дошкольного возраста : автореф. дис.... канд. пед. наук. – Челябинск, 2003. – 21 с.

7. Пангелова Н. Напрями удосконалення змісту та організації фізичного виховання для гармонійного розвитку дошкільників / Н. Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2005. – № 2. – С. 40-43
8. Пивовар А. А. Організаційно-методичні основи розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей старшого дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами : навч.-метод. посіб. – Переяслав-Хмельницький : Пальміра, 2005. – 111 с.
9. Поліщук В. В. Розвиток рухових і розумових здібностей дітей 5-го і 6-го років життя в процесі фізичного виховання засобами дошкільного туризму : автореф. дис.... канд. наук із фіз. Виховання і спорту. – Л., 2008. – 21 с.
10. Селиверстова И. Н. Развитие познавательных процессов у старших дошкольников средствами физического воспитания / И. Н. Селиверстова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. – № 2. – С. 26
11. Стародубцева И. В. Интеграция умственного и двигательного развития дошкольников 5-7 лет в процес се физического воспитания : автореф. дис..... канд. пед. наук. – Тюмень, 2004. – 21 с.
12. Трофимова О. С. Интегрированное развитие физических способностей и мышления детей подготовительной к школе группы средствами игровой деятельности : автореф. дис..... канд. пед. наук. – Краснодар, 2010. – 25 с.
13. Фомина Н. А. Физическое воспитание детей дошкольного возраста на основе системы сюжетно-ролевой гимнастики : монография / Н. А. Фомина. – Волгоград : Издатель, 2004. – 210 с.

**СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ
К СОПРЯЖЕННОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ И УМСТВЕННОМУ РАЗВИТИЮ
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Виктория ПАСИЧНИК, Роман ПЕТРИНА

Львовский государственный университет физической культуры

Аннотация. В статье освещается вопрос оптимизации физического воспитания детей старшего дошкольного возраста. Раскрываются современные пути усовершенствования содержания и организации физического воспитания для сопряженного развития физических и умственных способностей детей. Показано, что развитие двигательной и умственной сферы необходимо решать как одно задание, которое способствует гармоническому развитию детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: физическое развитие, умственное развитие, физическое воспитание, дошкольный возраст, дети.

**MODERN APPROACHES
TO THE CONJUGATE PHYSICAL AND MENTAL DEVELOPMENT
OF CHILDREN OF PRE-SCHOOL AGE**

Victoriya PASICHNYK, Roman PETRYNA

Lviv State University of Physical Culture

Annotation. The article puts emphasis on organization of pre-school physical education. Modern approaches to the development of physical education integrated with intellectual development have been revealed. Locomotor development s proved to by closely connected with mental sphere which leads to comprehensive education of pre-school children.

Key words: physical development, mental development, physical education, pre-school age, children.