

МІСЦЕ ДНІВ ЗДОРОВ'Я  
В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

**Тетяна Суворова**

*Луцький педагогічний коледж, м. Луцьк*

**Анотація.** У статті висвітлено проблему організації різних тематично-фізкультурних свят в дошкільних освітніх закладах, зокрема днів здоров'я, їх підготовки та проведення, ролі вихователя під час проведення заходів, співвідношення різних форм фізичної культури. Дні здоров'я можуть бути корисними лише при належному рівні методичного забезпечення і здійснення у тісному взаємозв'язку з фізичним, моральним, розумовим, естетичним та трудовим вихованням дошкільнят. Саме за такого підходу вони будуть сприяти формуванню здорової, всебічно розвиненої особистості.

**Ключові слова.** Дні здоров'я, фізичне виховання, рухливі ігри, діти.

**Abstract.** The problem of different thematic-physical holidays organization at pre-schools, in particular Days of Health, its preparation and realization, the role of tutor during such events, correlation of different forms of physical education, is highlighted in the article. Days of Health can be useful only when there is a proper level of methodical support and it can be realized only in the close interconnection with physical, moral, mental, aesthetic and labor education of children at preschools. Only according to such approach it will promote forming a healthy and fully developed personality.

**Key words:** Days of Health, physical education, active games, children.

**Актуальність.** Фізичне виховання дітей дошкільного віку є основою всебічного розвитку дитини. У цей період закладаються основи здоров'я, повноцінного фізичного розвитку та виховуються основні риси особистості людини. Тому створення дієвої системи фізичного виховання дітей дошкільного віку є основним обов'язком педагогічного колективу дошкільного закладу.

Фізичне виховання має здійснюватися в тісному взаємозв'язку з моральним, розумовим, естетичним та трудовим. Саме за такого підходу воно буде сприяти формуванню всебічно розвиненої особистості, про що йдеться в роботах Е. С. Вільчовського, Т. І. Дмитренка, А. П. Щербака та ін. [1, 2, 4], де окрім загальних рекомендацій щодо організації життя дітей у дошкільному закладі, режиму праці і відпочинку, дотримання гігієнічних умов, значна увага приділяється організації різних тематичних фізкультурних свят, зокрема днів здоров'я, їх підготовці та проведенню.

Дні здоров'я можуть бути корисним лише при належному рівні методичного забезпечення, свідомій і цілеспрямованій діяльності педагога дошкільного дитячого закладу. Серед завдань проведення таких заходів можна виділити: оздоровчі, освітні та виховні.

*Оздоровчі завдання* спрямовані на охорону життя, зміцнення здоров'я, всебічний фізичний розвиток, загартування та удосконалення функцій організму дітей, підвищення фізичної та розумової працездатності.

*Освітні завдання* спрямовані на формування рухових умінь та навичок, ігрових дій, набуття доступних уявлень та знань про користь занять фізичною культурою та іграми, про основні гігієнічні вимоги та основи здоров'я.

*Виховні завдання* спрямовані на формування позитивних моральних та вольових рис характеру дитини засобами фізичної культури.

Фізичні вправи та ігри в рамках проведення днів здоров'я здійснюються в колективних формах. Під час їх проведення, у дітей розвивається почуття колективізму, дисциплінованості, організованості, тобто якості, які необхідні людині у майбутньому при навчанні або трудовій діяльності. Емоційна насиченість переважної більшості вправ посилює їх вплив на формування особистості дитини.

Отже, *актуальність теми* полягає у необхідності визначення місця і основних підходів до використання конкретних форм фізичної культури в структурі Днів здоров'я та розробки методичних принципів їх проведення.

Проведення кожного спортивно-виховного заходу вимагає ретельної підготовки до нього, а саме розробки сценарію, у зміст якого включають різні гімнастичні і акробатичні вправи, змагання зі стрибків, метань і рухливі ігри. Щоби не перетворити свято в суцільне змагання, до сценарію доцільно включати 2–3 концертних номери (пісню, вірш, загадку на фізкультурну тематику та ін.) [3, 4].

Дуже поживає свято, виконання дітьми фізичних вправ з м'ячами, стрічками, прапорцями й іншими предметами. Ці номери готуються звичайно заздалегідь на фізкультурних і музичних заняттях, але можна використовувати і виступи-експромти, наприклад, запропонувати дітям продемонструвати уміння стрибати на скакалці, або виконувати вправи ранкової гігієнічної гімнастики. При виконанні фізичних вправ бажано підключати музичний супровід. Це доставляє дітям задоволення, емоційне піднесення.

Найчастіше спортивний зміст свята визначається у відповідності до пори року. Тому вони можуть бути зимовими, осінніми, весняно-літніми. Їх можна проводити в спортивному залі, або ж просто неба; на спортивному майданчику дитячого садка, або в парку. В залежності від місця проведення і пори року, до сценарію добираються фізичні вправи і рухливі ігри. Наприклад, взимку, це можуть бути змагання з катання на санчатах, лижах, ковзанах, гра в хокей з шайбою або м'ячем. Для цього заздалегідь готують

снігові гірки, ковзанки, фізкультурний майданчик. У весняно-літній період можна проводити рухливі ігри, естафети, стрибки на скакалках, їзду на самокаті або велосипеді.

Самі по собі дні здоров'я нездатні забезпечити виконання всього комплексу оздоровчих, освітніх та виховних завдань фізичного виховання. Обов'язковою умовою їх виконання є регулярні заняття фізкультурою при позитивному та активному ставленні до них дітей. Останнє залежить від низки причин, серед яких найбільш важливими слід вважати інтерес до рухової діяльності та її мотиви [1, 2].

Фізичні вправи та ігри в рамках проведення днів здоров'я здійснюються в колективних формах. А отже, під час занять фізичною культурою у дітей розвивається почуття колективізму, дисциплінованості, організованості, тобто якості, потрібні в майбутньому навчанні і трудовій діяльності людини.

Під час проведення рухливих ігор діти не лише зміцнюються фізично, але й отримують уявлення про моральні поняття чесності, доброзичливості, відповідальності, етики поведінки тощо. Емоційна насиченість переважної більшості вправ посилює їх вплив на формування особистості дитини [2].

Цінність рухливих ігор також у тому, що вони впливають на розвиток у дітей таких важливих фізичних якостей, як швидкість, спритність, витривалість, координація, тощо.

Досвід кращих вихователів, а також спеціальні дослідження свідчать, що рухливі ігри мають значний вплив на виховання позитивних моральних та вольових якостей у дошкільників. У колективних іграх у дитини формуються поняття про норми громадської поведінки, виробляються організаційні навички, виховується прагнення до перемоги, сильна воля, стійкість, витримка. Спільний інтерес, викликаний грою, об'єднує дітей у дружний колектив [4].

Рухливі ігри ефективно впливають на розумовий розвиток дитини, допомагають конкретизувати уявлення про навколишній світ, різні явища природи, поширюють світогляд. Виконуючи різноманітні ролі, імітуючи дії птахів, тварин, комах, діти на практиці застосовують здобуті знання про життя, поведінку, способи їх пересування.

Під час ігрової діяльності у дошкільнят створюються позитивні умови для розвитку уваги, сприйняття, уточнення певних понять, творчої фантазії, пам'яті. У процесі гри діти обмірковують, що і як краще зробити, розмовляють між собою, підраховують кількість влучань у ціль, «поквачених» гравців. Усе це сприяє розвитку мови, швидкості мислення, творчості та кмітливості [1].

Участь у грі тісно пов'язана з емоційними, в тому числі естетичними почуттями дітей, крім того, в ході її вихователем контролюється їх свідомо поведінка. Тому необхідно так спрямувати ігрову діяльність, щоб вона, торкаючись естетичних почуттів, дозволяла старшим дошкільникам правильно оцінювати її.

**Висновки.** У позитивному впливі, який справляють дні здоров'я на дітей дошкільного віку, виділено три аспекти: фізичний, розумовий та морально-естетичний.

*Фізичний аспект* полягає у розширенні в процесі виконання різноманітних вправ функціональних можливостей організму: координації сили, швидкості, витривалості та ін., що у перспективі позитивно відбивається на оволодінні дошкільниками трудовими уміннями.

*Розумовий аспект* полягає у сприянні розумовому розвитку дитини. Розумовий розвиток буде здійснюватися більш успішно, якщо вихователь створює проблемні ситуації, в яких діти мають приймати правильні рішення і діяти творчо.

*Морально-естетичний аспект* проявляється насамперед у естетичному вихованні дошкільників. Оволодіваючи руховими діями, діти намагаються виконати їх чітко, виразно, що сприяє вихованню естетичних почуттів. У дітей формується вміння оцінювати оточуючу дійсність за законами краси, сприймати, відчувати і правильно розуміти прекрасне у руховій діяльності. Також виховуються моральні якості: бажання допомагати іншим, ввічливість, товариськість, витримка, сміливість та ін.

#### *Список використаних джерел:*

1. Вільчковський Е. С. Форми виховання дітей у дошкільному закладі / Е. С. Вільчковський. – Київ, 2001. – 234 с.
2. Дмитренко Т. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку / Т. І. Дмитренко. – Київ, 1983. – С. 105–106.
3. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5–7 лет / Л. И. Пензулаева. – Москва, 2001. – 89 с.
4. Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении / А. П. Щербак. – Москва, 2001. – 108 с.