

УДК 796.3 : 796. 012. 1 [37.03] –053.5’’ 465. 05/. 06’’

## ІНТЕГРОВАНО-РОЗВИВАЛЬНІ М’ЯЧІ ЯК ЧИННИК ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ І РОЗУМОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ВІКОМ 5 РОКІВ

Вікторія ПАСІЧНИК

*Львівський державний університет фізичної культури*

**Анотація.** У статті проаналізовано специфіку використання інтегровано-розвивальних м’ячів у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку. Показано, що заняття з використанням м’ячів сприяють розвиткові фізичних здібностей, вдосконаленню рухової сфери, розширюючи запас рухових умінь і навичок. Висвітлено, що рухливі ігри, естафети і вправи з інтегровано-розвивальними м’ячами поліпшують розвиток розумових і творчих здібностей, сприяють вихованню моральних цінностей і естетичної культури, а також забезпечують як первинну, так і вторинну профілактику найрозповсюдженіших недоліків у фізичному розвитку і здоров’ї дітей.

**Ключові слова:** інтегровано-розвивальні м’ячі, фізичні здібності, розумові здібності, старший дошкільний вік.

**Актуальність.** 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 державних завдань.

Питання вдосконалення фізичного й розумового виховання дітей старшого дошкільного віку привертають пильну увагу педагогів, лікарів, психологів.

Проте 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 невикористаним резервом підвищення індивідуальності дитини [4, 7].

Однією із проблем вітчизняних традиційних і авторських систем освіти є розрив між фізичним вихованням та іншими сторонами виховання дітей дошкільного віку, відсутність реальних механізмів, які обумовлюють взаємозв’язок пізнавальної та рухової діяльності у процесі навчання [1, 4].

Останніми роками дедалі більше уваги приділяється нетрадиційним формам проведення занять. Ведеться пошук нових шляхів удосконалення навчально-виховного процесу, які б допомогли підвищити інтерес дітей до занять, активізувати їх діяльність, поліпшити фізичний розвиток. Одним із таких шляхів є проведення занять на основі інтеграції навчального матеріалу, відібраного з кількох предметів і об’єднаного навколо однієї мети [4, 7, 8].

У зв’язку з цим, багато досліджень спрямовано на розробку і впровадження в практику фізичного виховання дітей різноманітних методів і методик інтегрованого підходу, спрямованого на розвиток фізичних і розумових здібностей [1, 4, 7].

На наш погляд, одним із ефективних шляхів є інтегрований підхід до розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку за рахунок використання під час занять інтегровано-розвивальних м’ячів.

**Мета дослідження** – проаналізувати специфіку використання інтегровано-розвивальних м’ячів як чинника гармонійного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей віком 5 років.

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

**Результати дослідження та їх обговорення.** Аналіз спеціальної літератури показав, що питання використання інтегровано-розвивальних м’ячів у фізичному вихованні не було пред

метом наукових досліджень. У методичній літературі трапляються лише дані використання «освітніх» м'ячів у практиці фізичного виховання загальноосвітніх шкіл Польщі [8].

Ми пропонуємо модифікований варіант інтегровано-розвивальних м'ячів, які виготовлені з гуми, діаметром 16 – 18 см і вагою 100 грам. Це м'ячі чотирьох кольорів: червоні, сині, зелені і жовті. По їх поверхні з двох сторін розміщено літери українського алфавіту, а саме: на червоних м'ячах – голосні букви, на синіх – приголосні. На зелених м'ячах розміщено цифри (від 0 до 9), на жовтих – знаки математичних дій, розділові знаки і фігури (квадрат, коло, ромб, трикутник, овал, прямокутник).

М'яч має відповідні властивості, які можуть використовувати педагоги з оздоровчою, коректувальною, тренувальною й освітньою метою. Це розмір, колір, пружність і особливі зображення на ньому. М'яч має форму кулі. Ніяке тіло іншої форми не має більшої поверхні зіткнення з долонею, це зіткнення дає повноту відчуття форми. Куля надсилає оптимальну інформацію всім аналізаторам. Спільна робота рухового, зорового й тактильного аналізаторів, які задіяні при виконанні вправ з інтегровано-розвивальним м'ячем, посилюють ефект занять. Недарма один із видатних творців системи суспільного дошкільного виховання німецький педагог-філософ Фрідріх Фребель назвав м'яч ідеальним засобом для вправ. М'яч надійно супроводжує людину від стародавності до нинішніх часів і виконує дедалі важливіші функції. І сьогодні м'яч не повинен втратити статус супутника дитинства [2, 8].

Різноманітні кольори інтегровано-розвивальних м'ячів по різному впливають на психологічний стан і фізіологічні функції дитини. Червоний колір підвищує активність, підсилює збудливість центральної нервової системи. Синій колір – заспокоює. Жовтий і зелений кольори сприяють проявам витривалості. За допомогою кольорів можна регулювати психоемоційний стан дитини [3].

Відповідно до мети, заняття з інтегровано-розвивальними м'ячами спрямовані на формування гармонійної особистості дітей віком 5 років і передбачають два основні напрямки завдань:

1. Специфічні, суть яких полягає навчанні рухових дій, які передбачають вдосконалення рухової сфери шляхом розширення запасу рухових умінь і навичок (ходьби, бігу, стрибків, лазіння, метання); у розвиткові фізичних якостей (сили, швидкості, спритності, координації, гнучкості); в оздоровленні дітей (поліпшенні роботи серцево-судинної, дихальної систем; поліпшенні кровопостачання всіх органів тіла; в підвищенні тонуусу центральної нервової системи).

2. Загально-педагогічні, які передбачають підвищення рівня розумового розвитку і творчих здібностей дітей старшого дошкільного віку, виховання особистісних якостей, моральних цінностей, естетичної культури.

У фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку дії з м'ячем займають значне місце. Крім підкидання м'яча різними способами з різними завданнями, метань на дальність і в ціль, передбачено формування навичок ведення, відбивання м'яча, ловля і передача, катання ногою по підлозі, перестрибування через нього [1].

Вправи у киданні, катанні м'ячів сприяють розвиткові окоміру, координації, спритності, ритмічності, узгодженості рухів. Вони формують вміння схопити, утримати, кинути предмет, привчають розраховувати напрямок, погоджувати зусилля з відстанню, розвивають виразність руху, просторове орієнтування [2].

У дітей дошкільного віку ще слабо розвинена здатність до точних рухів, тому будь-які дії з м'ячем надають позитивний вплив на розвиток цієї якості. Рухливі ігри, естафети з м'ячем позитивно впливають на працездатність дитини. Вправи з інтегровано-розвивальними м'ячами можуть розвивати не лише великі, а й дрібні м'язи обох рук, збільшувати рухливість суглобів пальців і кистей, що особливо важливо для дітей старшого дошкільного віку, які готуються до навчання у школі. При ловлі й киданні м'яча дитина діє обома руками, це сприяє гармонійному розвитку центральної нервової системи і всього організму. У процесі занять можуть використовуватися найрізноманітніші дії з інтегровано-розвивальними м'ячами, що забезпечує необхідне фізичне навантаження на всі групи м'язів дитини, особливо на м'язи, які утримують хребет при формуванні правильної постави [1, 2, 6].

В іграх і завданнях з інтегровано-розвивальними м'ячами колективного характеру створюються сприятливі умови для виховання позитивних морально-вольових рис дітей. Такі ігри привчають дітей долати егоїстичні спонукання, виховують витримку. Ігри-естафети, рухливі ігри з м'ячами дають можливість кожній дитині відчувати важливість участі у спільних діях, допомогти один одному для досягнення результату й успіху, тобто долучають дітей до універсальних цінностей людського життя: доброти, колективізму, взаємодопомоги. Емоційність, динамічність, різноманітність дій та ігрових ситуацій у процесі використання інтегровано-розвивальних м'ячів заохочують дітей старшого дошкільного віку до таких занять [8].

М'яч за своїми властивостями багатofункціональний і тому може використовуватися під час занять:

- як опора (під руки, під ноги, під живіт, під спину);
- як предмет (вправи в різних вихідних положеннях; кидки, ловля, передача, ведення м'яча, перекочування, набивання);
- як перешкода (переступання; перестрибування вперед, назад, вправо, вліво);
- як орієнтир.

Заняття з інтегровано-розвивальними м'ячами можуть проводитися як в спортивному залі, так і на ігрових майданчиках на свіжому повітрі. Використання м'ячів на прогулянці допоможе ліквідувати дефіцит рухів, збалансувати процеси росту і фізіологічного дозрівання, сформувані в дітей звичку дотримуватися здорового способу життя.

Різнорізані вправи, рухливі ігри, естафети з інтегровано-розвивальними м'ячами привчають дітей орієнтуватися в просторі, розвивають винахідливість, швидкість реакції. М'ячі дозволяють урізноманітнити ігри, вони дарують дітям радість, піднесений настрій і задоволення. Використання інтегровано-розвивальних м'ячів дає можливість розвивати пізнавальні здібності, розвивати мислення, просторову уяву, фантазію, пам'ять, увагу дітей, допомагає дитині оволодіти вмінням аналізувати, порівнювати, узагальнювати, проявляти кмітливість і винахідливість [8].

Ігри з м'ячами створюють умови для кращого пізнання дітьми себе і людей, розвивають їх уміння співпраці і взаємодії з друзями. Організовані ігри, логічні завдання, вправи для розвитку уяви, пам'яті, уваги сприяють всебічному, гармонійному розвитку дітей, допомагають виробити необхідні в житті й навчанні корисні навички та якості [2, 5].

Заняття з інтегровано-розвивальними м'ячами – це «чарівна паличка», за допомогою якої можна навчити дитину читати, рахувати і, головне, мислити, винаходити, доводити.

Отже, основні напрямки роботи, спрямовані на розвиток розумових здібностей під час занять з інтегровано-розвивальними м'ячами, такі :

- розвиток образного мислення;
- тренування логічного мислення;
- розвиток сенсорних здібностей;
- тренування пам'яті;
- розвиток уваги;
- розвиток уяви і творчих здібностей;
- розвиток мови;
- розвиток сприйняття.

**Висновок.** Використання інтегровано-розвивальних м'ячів у фізичному вихованні дітей віком 5 років дозволить комплексно вирішувати питання гармонійного розвитку фізичних і розумових здібностей, а саме:

- заняття з використанням інтегровано-розвивальних м'ячів в основних організаційних формах дітей старшого дошкільного віку дозволять підвищити рівень фізичної підготовленості;
- ігрова діяльність створює умови для формування дружніх стосунків з однолітками у групі;
- заняття з використанням інтегровано-розвивальних м'ячів створюють можливість успішного засвоєння навчального матеріалу, спрямованого на розвиток розумових здібностей дітей віком 5 років.

### Список літератури

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку.– Л. : ВІТЛ, 1998.– 36 с.
2. Воробьёва Т. А. Мяч и речь: игры с мячом для развития речи, мелкой моторики и общей моторики. / Т. А. Воробьёва, О. И. Крупенчук. – СПб. : КАРО, 2003. – 96 с.
3. Ворсобин В. Н. Изучение выбора цвета при переживании положительных и отрицательных эмоций дошкольников / В. Н. Ворсобин, В. Н. Жидкин // Вопросы психологии. – 1980.– С. 121-124.
4. 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.
5. Крутій К. Л. Розвиваємо у дитини мовлення, інтелект і здібності.– Запоріжжя : ЛПС ЛТД, 1999. – 60 с.
6. Луцик І. В. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. П'ятий рік життя : метод. посіб. – К. : Основа, 2007. – 208 с.
7. Шарманова С. Б. Развитие познавательных способностей детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания. / С. Б. Шарманова, А. И. Фёдоров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998. – № 1.– С. 50-54.
8. Rokita A. Bawiac-ucze sie / A. Rokita, T. Rzepa. – Wrocław, 2002.– 42 s.

## ИНТЕГРИРОВАНО-РАЗВИВАЮЩИЕ МЯЧИ КАК ФАКТОР ГАРМОНИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ И УМСТВЕННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Виктория ПАСИЧНЫК

*Львовский государственный университет физической культуры*

**Аннотация.** В статье рассмотрено специфику использования интегрировано-развивающих мячей в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста. Показано, что занятия с использованием мячей способствуют развитию физических способностей, усовершенствованию двигательной сферы путём расширения запаса двигательных умений и навыков. Освещено, что двигательные игры, эстафеты и упражнения с интегрировано-развивающими мячами улучшают развитие умственных и творческих способностей, способствуют воспитанию моральных ценностей и эстетической культуры, а также обеспечивают как первичную, так и вторичную профилактику наиболее распространённых недостатков в физическом развитии и здоровье детей.

**Ключевые слова:** интегрировано-развивающие мячи, физические способности, умственные способности, старший дошкольный возраст.

## INTEGRATING-UTILIZING BALLS IN ORDER TO IMPROVE OF PHYSICAL AND MENTAL OF DEVELOPMENT OF THE CHILDREN AGE OF 5 YEARS OLD

Viktoriya PASICHNYK

*Lviv State University of Physical Culture*

**Annotation.** The article deals with the use of integrating-utilizing balls in the senior pre-school children's physical education. The classes at with balls are used facilitate the development of physical abilities, the perfection of active skills through the expansion of motive abilities and skills. The study shars, that active games, relay races and exercises with integrating-utilizing balls also improve the development of mental and creative abilities and promote gaining of moral values and aesthetic culture, and serve as a prevention of the common deficiencies in physical development and health of the children.

**Key words:** integrating-utilizing balls, physical abilities, mental abilities, senior pre-school age.