

4515.55

B726

ВОЛИНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ

Вольчинецький Анатолій Ярославович *В. Вольчинецький*

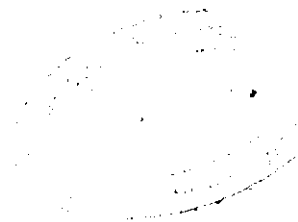
УДК 796.1:371.044

**ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ЗАСТОСУВАННЯ  
УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР  
У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ 5-6 РОКІВ**

24.00.02 - Фізична культура, фізичне виховання  
різних груп населення

Автореферат  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата наук з фізичного виховання  
і спорту

Луцьк - 1998



Дисертацією є рукопис

Робота виконана у Волинському державному університеті імені Лесі Українки, Міністерство освіти України

Науковий керівник: доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України Вільчковський Едуард Станіславович, Інститут проблем виховання АПН України, завідувач лабораторії фізичного виховання

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор, заслужений діяч фізичної культури і спорту України Шиян Богдан Михайлович, Тернопільський державний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, завідувач кафедри теоретичних основ і методики фізичного виховання; кандидат педагогічних наук, Пріма Раїса Миколаївна, Волинський державний університет імені Лесі Українки, доцент кафедри дошкільної педагогіки


Провідна установа: Український державний університет фізичного виховання і спорту, кафедра валеології, теорії і методики фізичного виховання, Державний комітет України з фізичної культури і спорту, м.Київ.

Захист відбудеться 19 червня 1998 р. о " 11 " год. на засіданні спеціалізованої вченої ради К 32.051.02 у Волинському державному університеті імені Лесі Українки (263000, вул. Винниченка, 30).

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Волинського державного університету імені Лесі Українки (263000, вул. Винниченка, 30).

Автореферат розісланий 16 травня 1998 р.

Вчений секретар

спеціалізованої вченої ради  А.В.Цюць

4110

**Актуальність дослідження.** В умовах розбудови національної системи освіти та культури в Україні дошкільне виховання ставить за мету забезпечити належне фізичне та психічне здоров'я дітей, їх повноцінний розвиток, готовність до навчання в школі. Досягнення цієї мети можливе за умови ефективного фізичного виховання дітей дошкільного віку. В Україні захищено докторська Е.С.Вільчовським (1989) та декілька кандидатських дисертацій: Ю.М.Салямін (1988), Н.Ф.Денисенко (1994), О.І.Курок (1994), Н.А.Кот (1995), О.Л.Богініч (1997) та ін., присвячених науковому обґрунтуванню змісту та організації різних аспектів фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Вивчення і аналіз найважливіших здобутків педагогічної та психологічної науки свідчить про те, що дошкільний період є найсприятливішим для засвоєння дітьми національних традицій, звичаїв та народних ігор.

Одним із головних напрямків виховної роботи з дошкільниками є моральне виховання, яке здійснюється в процесі ігрової діяльності. Кожна рухлива гра меншою чи більшою мірою впливає на виховання моральних якостей дитини. Під час гри в її учасників формуються навички поведінки відповідно до мети колективних ігор, а емоції, які виникають при цьому, залежно від того позитивні вони чи негативні, обумовлюють певну поведінку дітей. Отже, у процесі ігрової діяльності у них виховуються певні норми моральної поведінки.

Слід підкреслити, що про особливе значення ігор, як засобу всебічного виховання дітей дошкільного віку, вказували Я.М.Коменський (1953), К.Д.Ушинський (1950), П.Ф.Лесгафт (1953), Е.А.Покровський (1884), А.С.Макаренко (1951).

У національній програмі "Освіта", Україна XXI століття /1994 р./, підкреслюється необхідність відродження і подальшого використання в навчально-виховному процесі шкіл та дошкільних закладів традицій народної української педагогіки і зокрема народної культури. Особливо наголошується на важливості формування у дітей національного світобачення, починаючи з дошкільного віку, що визначило основні напрями наукових досліджень останніх років.

В Україні існує шість варіантних програм для дошкільних закладів. Аналіз їх змісту свідчить про те, що не приділяється належної уваги національним рухливим іграм, які у різних вікових групах представлено лише частково. У методичній літературі для дошкільних працівників застосування українських народних ігор у

системі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку немає достатнього наукового обґрунтування.

Повднання необхідності зміцнення здоров'я дітей в умовах сьогодення з багатим досвідом українських народних рухливих ігор в минулому та недостатня розробка проблеми використання народного ігрового матеріалу в системі фізичного виховання дітей дошкільного віку, дозволить розв'язати протиріччя, що виникло між великим соціальним, освітнім і виховним значенням українських народних рухливих ігор та недостатньо розробленою методикою їх використання у фізичному вихованні дітей дошкільного віку.

Щоб зберегти все багатство народної фізичної культури, або, точніше, надати нового імпульсу розвитку народних рухливих ігор, потрібно ширше застосовувати їх у виховному процесі з дітьми дошкільного віку. Отже, окрім систематизованого опису й аналізу засобів народної фізичної культури, необхідно активізувати їх впровадження у різноманітні сфери життєдіяльності етносу, особливо дітей та молоді, у систему народних релігійних свят, навчально-виховну роботу дошкільних закладів та шкіл, повсякденний побут. Все це зумовило вибір даної теми дисертаційного дослідження - "Педагогічні умови застосування українських народних рухливих ігор у фізичному вихованні дітей 5-6 років".

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційна робота виконана відповідно до десятого пріоритетного напрямку розвитку науки і техніки Міністерства освіти України "Проблема нового змісту та методики навчання і виховання" і НДР 17-97 Волинського державного університету імені Лесі Українки на 1994-1998 рр. "Закономірності виникнення і розвитку фізичного виховання в Україні ( номер держреєстрації 0196 √ 006624 ).

У визначенні шляхів досягнення поставленої мети ми виходили із **гіпотези**, в основу якої покладено припущення про те, що широке застосування українських народних рухливих ігор у системі фізичного виховання дітей 5-6 років може бути досягнуто при реалізації відповідних педагогічних умов:

- визначенні класифікації українських народних рухливих ігор, яка враховує анатомо-фізіологічні та психологічні особливості дітей старшого дошкільного віку;
- відповідності змісту національних рухливих ігор загальноосвітній їх спрямованості;
- визначенні особливостей методики проведення українських народних рухливих ігор з дітьми дошкільного віку.

- формуванні у дітей стійкого інтересу до національних рухливих ігор;
- організації самостійності й рової діяльності дошкільників.

**Мета дослідження** полягала у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов, які сприяють ефективному використанню національних рухливих ігор у різних організаційних формах фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

У відповідності з метою та гіпотезою дисертаційне дослідження спрямовувалось на вирішення таких задач:

1. Визначити місце і значення українських народних рухливих ігор в системі фізичного виховання дітей 5-6 років.
2. Обґрунтувати класифікацію українських народних рухливих ігор для дітей старшого дошкільного віку.
3. Виявити специфіку методики проведення національних рухливих ігор з дітьми 5-6 років.
4. Встановити вплив національних рухливих ігор на стан здоров'я, фізичний розвиток та рухову підготовленість дітей старшого дошкільного віку.

**Наукова новизна** дослідження полягає в тому, що українські народні ігри систематизовані за ознакою їх переважаючого впливу на анатомо-фізіологічні та психологічні структури особистості дошкільників. Встановлено загальні закономірності позитивного впливу запропонованих ігор на фізичний розвиток, стан здоров'я та рухову підготовленість дітей старшого дошкільного віку.

**Практичне значення** визначається науковим обґрунтуванням значення та місця рухливих ігор у системі фізичного виховання дошкільників, шляхів вирішення виховних, освітніх та оздоровчих завдань під час проведення цих ігор з дітьми старшого дошкільного віку, розробкою класифікації національних рухливих ігор, як основною педагогічною умовою, що сприяє ефективності підбору ігор для дошкільників у відповідності з їх віком, освітньо-виховною спрямованістю змісту кожної гри, періоду року та місцем її проведення. Нами були розроблені та науково обґрунтовані методичні поради щодо проведення народних рухливих ігор з дітьми старшого дошкільного віку. Вони допоможуть дошкільним працівникам та батькам використовувати народні рухливі ігри у фізичному вихованні дітей 5-6 років, формувати у дошкільників інтерес до національної фізичної культури і потребу самостійно займатись фізичними вправами.

**Особистий висок автора** полягає у розробці і науковому обґрунтуванні класифікації та уточненні особливостей методики проведення українських народних ігор і забав з урахуванням віку дітей, тематики і спрямованості рухів, рівня фізичних можливостей та місця проведення. У наукових працях, що виконані у співавторстві, авторові належить розробка методики проведення українських народних рухливих ігор та дослідження їх впливу на фізичний стан дошкільників.

**Вірогідність** результатів дослідження забезпечувалась методологічним і теоретичним обґрунтуванням його основних положень, відповідністю застосованого комплексу методів дослідження, меті й задачам; репрезентативною вибіркою учасників педагогічного експерименту та його результатами; об'єктивністю критеріїв оцінки кількісних та якісних показників експериментальних даних; якісним та кількісним статистичним аналізом отриманих результатів.

**Апробація результатів дисертації.** Матеріали дисертації доповідались на Всеукраїнських науково-методичних конференціях в м. Львові (1997 - 1998 рр.), м. Луцьку (1994, 1997 рр.), щорічних наукових конференціях викладачів Волинського державного університету ім. Лесі Українки (1991 - 1998рр), обласних семінарах та курсах дошкільних працівників із проблем фізичного виховання дітей 3-6 років. Основні положення дисертації та результати експериментів використовуються в лекціях для студентів ВДУ ім. Лесі Українки та студентів дошкільного відділення Луцького педагогічного училища.

**Публікації.** Основні положення дисертаційного дослідження опубліковані у навчальному посібнику "Українські народні ігри для дітей 5-6 років", п'яти статтях та чотирьох матеріалах і тезах наукових конференцій.

**Структура і обсяг роботи.** Дисертація складається із вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Дисертація викладена на 169 сторінках, матеріали досліджень ілюстровано 16 таблицями і 4 рисунками та 2 додатками. В роботі використано 204 літературних джерел, з яких 13 іноземних.

### ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність проблеми, визначено об'єкт, предмет, гіпотезу, задачі, наукову новизну та практичне значення дослідження.

У першому розділі "Проблеми застосування народних ігор у фізичному вихованні дітей в педагогічній літературі та практиці"

викладений багатющій матеріал, створений генієм народу для дітей, що відзеркалює свосвідність культури нації. Знання цього жанру фольклору дає насагу дитині, розвиває її мову, сприяє кращому розумінню образу світу. Увага до народних рухливих ігор, подальша розробка цього життєдайного джерела набувають особливої актуальності, так як усвідомлення ролі загальнонародських та самобутніх народних культурних цінностей дозволяє формувати могутній засіб виховання дитини. Через ігрову діяльність, частку світобачення дитини, ми здатні посіяти в довірливому її серці зерна добра, істини, краси, почуття любові, милосердя, приязні та інші якості загальнонародської моралі.

З точки зору історії – в іграх відзеркалюються традиції нашого народу, особливості його культури та побуту, теоретичні судження та кліматичні умови проживання.

Результати наукових досліджень виховних можливостей гри свідчать про те, що в ній дитина відображає соціальні взаємини дорослих (Д.Б.Ельконін, 1948). За допомогою гри формується й виховується у дітей ставлення до навколишнього світу (А.П.Усова 1976), навички поведінки (Д.В.Меджерницька, 1982). Виховне спрямування гри залежить від її змісту (О.Суховерська, 1923; А.Цюсь, 1994), інтересу дітей до праці дорослих. Вони знайомляться з історією свого народу.

Метою фізичного виховання в українській етнопедагогіці є сприяння різнобічному фізичному і психічному розвитку особистості, зміцненню здоров'я та соціальних складових життєдіяльності людини. Її підготовка до високопродуктивної праці.

Високо оцінювали народні ігри, як засіб всебічного виховання дітей, видатні вітчизняні педагоги: С.Ф.Русова (1993), У.П.Усова (1976), В.О.Сухомлинський (1977), М.Г.Стельмахович (1994) та ін. Значним внеском у розвиток теорії та методики рухливих народних ігор є праці Л.В.Билєвої (1959), Е.С.Вільчковського (1998), С.М.Шітіка (1949) та ін.

Ігрова діяльність тісно пов'язана із розвитком особистості дошкільника, вона обумовлює зміни у психічних процесах дитини, яка розвивається. Рухливі ігри пов'язані з виникненням і розвитком певних стосунків між гравцями. Вони сприяють активному спілкуванню дітей, встановленню контактів. Освітнє значення ігор різноманітне. Систематичне їх застосування значно розширює рухливі можливості дошкільників, забезпечує повноцінне засвоєння життєво важливих рухів (стрибків, бігу, метань та ін.) В ігрових умовах ці рухи

удосконалюються і перетворюються в навички, що дає можливість виконувати рухову дію, незважаючи на зміну оточуючого середовища.

У другому розділі “Методи і організація дослідження” дається характеристика використаних методів і етапів дослідження. Для досягнення сформованих задач використовувались такі методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел вітчизняних та зарубіжних авторів з проблеми дослідження і нормативних документів з питань дошкільного виховання і подальшого розвитку фізичної культури і спорту в Україні, бесіди та анкетування, тестування, психолого-педагогічні спостереження, педагогічний експеримент. Обробка результатів дослідження здійснювалась з використанням математичної статистики, порівняльного аналізу результатів дослідження.

Для визначення рухової підготовленості дітей 5-6 років використовували такі тести: біг з максимальною швидкістю (30 м), стрибок в довжину з місця, метання тенісних м'ячів (40 г) на дальність, метання м'яча в ціль.

Для вивчення розвитку фізичних якостей застосовували наступні тести: кистьова динамометрія – для визначення сили; вис на прямих руках на перекладині – статичної витривалості; для визначення гнучкості – нахил тулуба вперед; для визначення спритності - стрибок з поворотом; для визначення швидкості – біг 10, 20, 30 м.

Дослідження проводилось на базі дошкільних закладів № 43, 48, 52 м.Луцька та № 318 м.Києва. Експериментом було охоплено 480 дітей експериментальних та контрольних груп, який проводився протягом семи років в три етапи.

На першому етапі (1991-1993 рр.) вивчали та аналізували наукову і методичну літературу з проблеми, що досліджувалась. Обґрунтовувалась методологія дослідження, аналізувався етап роботи дошкільних закладів, сформульовано гіпотезу дослідження, визначалась мета і задачі експериментальної роботи.

На другому етапі (1993-1995 рр.) проводився формуючий експеримент, у процесі якого обґрунтовувались методичні поради щодо проведення українських народних ігор з дітьми старшого дошкільного віку. Для цього в експериментальних дошкільних закладах широко застосовувалися українські народні ігри та забави.

На третьому етапі (1995-1997 рр.) результати педагогічного експерименту перевірялись у практиці роботи дошкільних працівників. В експериментальних дошкільних закладах у цей період були створені відповідні педагогічні умови, спрямовані на впровадження народних ігор в навчально-виховний процес дітей



старшого дошкільного віку, перевірена ефективність цих засобів та методів фізичного виховання, виявлено їх позитивний вплив на покращання здоров'я, підвищення рівня фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей.

У третьому розділі дисертації **“Застосування українських народних рухливих ігор у системі фізичного виховання дітей 5-6 років”** висвітлено місце народних рухливих ігор у навчально-виховному процесі дошкільного закладу і шляхи їх практичної реалізації за відповідних педагогічних умов.

З метою ефективного використання українських народних ігор з дітьми старшого дошкільного віку нами була розроблена їх класифікація. Для зручності вибору гри окремо подаються ігри за віком дітей, місцем проведення, характером рухів, порогом року. До кожної гри поставлено завдання та дані методичні вказівки.

**Ігри для дітей старшої групи з ходьбою.** “Галя по садочку ходила”, “Гоп-гоп”, “Гра в хусточку”, “Мак”, “Ялинка”. “Дибидиби”, “Жили у бабусі”, “Лисичка”, “Огірочки”.

**Українські народні ігри з бігом.** “Нема папа дома”. “Горішки”, “Горшечки”, “Пастух і вовк”, “Панас”, “Хустинка”, “Горю-дуб”, “Гуси”, “День і ніч”, “Квочка”, “Коза”.

**Українські народні ігри зі стрибками.** “Вовк і кози”, “У довгої лози”, “Лоза”, “Шавагай”, “У річку, гоп”, “Переправа через річку”, “Сміхота”, “Гречка”, “Півник”, “Класики”.

**Українські народні ігри з киданням і ловінням предметів.** “Мисловці і зайці”, “Кільцекид”, “Підбивання м'яча ногою”, “Серединка”, “Штандер”, “Круговий”, “Круг”, “Мавпочки”.

**Ігри з ходьбою для дітей підготовчої до школи групи.** “Подоляночка”, “Чий віночок кращий”, “Гарбуз”, “Мак”, “У конопель”, “Веребей”, “Сірий кіт”. “Розбите яєчко”, “Дрибушечки”, “Качечка”, “Шуліка”, “Не наступи”.

**Українські народні ігри з бігом.** “Сад і горобці”, “Горішок”, “Ложка”, “Хрещик”, “Рибалки й рибки”, “Совонька”, “Квачі парами”, “Шпаки”, “Оса”, “Новінь”.

**Українські народні ігри зі стрибками.** “Спіймай комара”, “Жабки”, “Горобчики і кіт”, “Горобчики”, “Чижик у клітці”, “Не боюсь”, “Снігурі та кіт”, “Вовк у рові”, “Жаби й чапля”.

**Українські народні ігри з киданням і ловінням предметів.** “Стінка”, “Свічка”, “Каша”, “Гилка проста”, “Мисливці і звірі”, “Високий дуб”, “Квач з м'ячем”, “Лови м'яча”, “Ведмідь і бджоли”, “Переліт птахів”, “Копенята і щенята”, “Кролики”.

Матеріали констатуючого експерименту свідчать, що діти віддають перевагу саме тим іграм і забавам, які в своєму змісті розкривають близькі для них символи, обереги. Тобто, у дошкільників відчувається потяг до рідного етнічного середовища: природних умов, трудових процесів, стосунків між людьми. Разом з цим, при виборі народних рухливих ігор з відповідним фізичним навантаженням, проявляється інтерес до тих, які відповідають анатомо-фізіологічним можливостям організму дитини.

Четвертий розділ дисертації "Вплив національних рухливих ігор на стан здоров'я, фізичний розвиток та рухову підготовленість дітей 5-6 років" присвячено вивченню стану захворюваності та рухової підготовленості дітей старшого дошкільного віку. Дослідження показали, що відсоток дітей експериментальних груп, які жодного разу не хворіли, зріс з 10,2% до 48,4%, у контрольних відповідно – з 16,5% до 22,6%. Математичний аналіз цих показників в експериментальних та контрольних групах виявив вірогідну їх різницю ( $p < 0,05$ ) (рис.1).

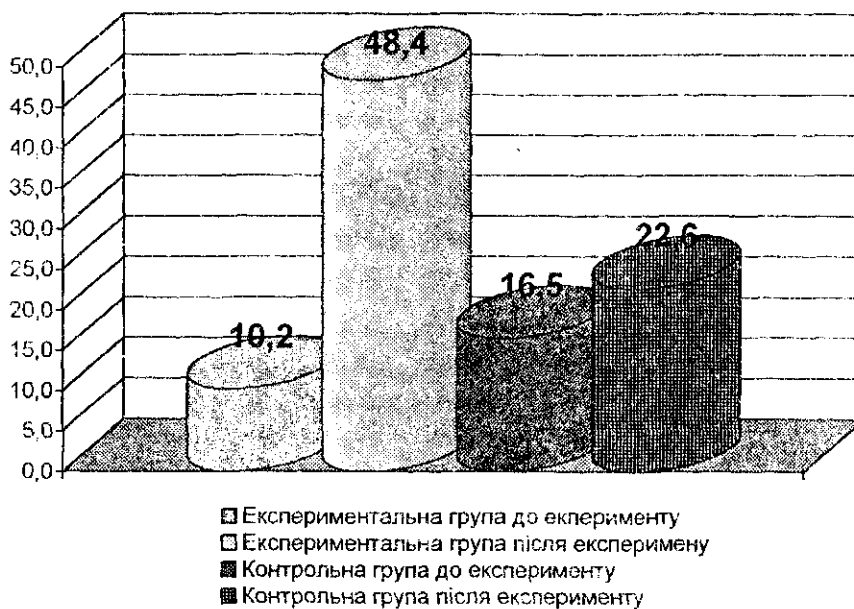


Рис.1 Вплив національних рухливих ігор на стан здоров'я дітей 5-6 років

Дітей, які перехворіли від 1 до 5 разів на рік в експериментальних групах спостерігалось у 1,6 разів менше, ніж у контрольних, а тих, хто хворів 6 і більше разів на рік взагалі не виявлено. Крім того, аналіз медичних карт свідчить про те, що тривалість захворювань дошкільників експериментальних груп в середньому зменшилась з 8 до 4 днів, а контрольних з 9 до 8.

Медичні обстеження дошкільників протягом експериментального періоду давали змогу спостерігати за позитивною зміною в структурі опорно-рухового апарату у дітей експериментальних груп. Нами були виявлені позитивні зрушення в формуванні постави у дітей: на 34% зменшилась кількість дітей з лордичною поставою та на 27% - кількість дітей з сплюсненням стони.

Зміни показників фізичного розвитку дітей експериментальних та контрольних груп після експерименту відбувались різними темпами. Збільшення всіх антропометричних даних у дошкільників експериментальних груп дещо перевищували результати контрольних груп. Найбільш суттєва різниця спостерігалась у показниках життєвої місткості легень, що збільшилась у хлопчиків експериментальних груп на 18%, у дівчаток – на 16%, що в обох випадках на 8-10% більше у порівнянні з однолітками контрольних груп.

Маса тіла за рахунок збільшення маси м'язів у дітей 5 років експериментальних груп збільшилась у хлопчиків на 2,2 кг, у дівчаток на 1,9 кг; у хлопчиків контрольних груп на 1,8 кг, у дівчаток - 1,7 кг.

У дітей експериментальних груп 6 років маса тіла збільшилась: у хлопчиків на 2,3 кг, у дівчаток на 2,1 кг; у контрольних групах відповідно на 2 кг, і - на 1,4 кг. Отже, діти експериментальних груп мали зріст показників дещо більший, ніж в контрольних групах.

У експериментальних групах хлопчики 5 років підросли на 5,5 см, а дівчатка - на 5,2 см. В контрольних групах ці показники складають: у хлопців – 4,1 см, у дівчат – 2,5 см. Шестирічні хлопчики в експериментальних групах підросли на 6,0 см, а дівчатка на 5,0 см; а в контрольних групах хлопчики – на 3,2 см, дівчатка – на 2,4 см. Отже, ігрова діяльність в системі фізичного виховання дошкільнят 5-6-річного віку, за даними дослідження, в експериментальних групах активізувала процес росту.

Показники обсягу грудної клітки дітей п'яти років свідчать, що його збільшення становить 2,6 см у хлопчиків та 2,4 см у дівчаток, експериментальних груп; в контрольних групах цей зріст складає 1,3 см у хлопчиків та 1,0 см – у дівчаток. У дошкільників 6 років експериментальних груп показники зростання обсягу грудної клітки становлять 2,5 см у хлопчиків та 2,3 см у дівчаток; в контрольних групах це збільшення становить 1,1 см у хлопчиків та 1,3 см у дівчаток. Отже, дані обстеження свідчать, що показники обсягу

грудної клітки у дітей експериментальних груп більші, ніж аналогічні показники у дітей контрольних груп, що можна пояснити фізичним навантаженням при проведенні рухливих ігор.

Частота дихання у 92% дітей експериментальних груп після проведення експерименту відповідала нормі (26-28 раз/хв). За даними Е.С.Вільчовського (1989), Л.І.Пензулаєвої (1973) нормою вважається (28 раз/хв). Спостерігалось відрегульоване глибоке носове дихання, яке сприяє покращанню кровообігу та постачанню м'язових тканин поживними речовинами. За рахунок регулювання ритму дихання здійснюється природна вентиляція легень.

Невідвідування дітьми дошкільних установ через хворобу за рік становило в середньому 3-5 днів на кожну дитину (за даними констатуючого експерименту 10-12 днів). Відповідно на 65% зменшилась кількість дітей, які відносились до підготовчої медичної групи. Тобто, у цій групі залишилося 12 дітей з 35. До спеціальної медичної групи належало четверо дітей замість 7 на початку експерименту.

Загалом, на основі проведеного аналізу, можна констатувати, що застосована нами система занять рухливими іграми позитивно вплинула на покращання стану здоров'я дітей та їх фізичного розвитку.

На підставі аналізу даних обстежень рухової підготовленості виявлено, що у дітей експериментальних груп 5 років підвищується швидкість бігу на 30 м за рахунок скорочення часу на 0,8 с у хлопчиків та 0,6 с у дівчаток. У контрольних групах – аналогічно 0,3 с у хлопчиків та 0,4 с у дівчаток. У дітей 6 років експериментальних груп – відповідно на 1,0 с у хлопчиків та на 0,9 с у дівчаток. В контрольних групах у хлопчиків і дівчаток на 0,2 с.

У стрибках у довжину з місця в експериментальних групах дітей 5 років результат зріс: у хлопчиків на 14,4 см, у дівчаток на 8,1 см, тоді як в контрольних групах відповідно, на 7,9 см та - 5,1 см. У дітей 6 років експериментальних груп: у хлопчиків – на 20,2 см, а дівчаток 14,8 см, контрольні групи відповідно – на 10,7 см та 8,2 см.

Підвищення результатів стрибка в довжину з місця відбулось, як за рахунок поліпшення техніки його виконання, так і зростання сили м'язів ніг.

Значне зростання результатів спостерігалось в експериментальних групах в метанні на дальність. У дітей 5 років експериментальних груп збільшення становить у хлопчиків 2,5 м та у дівчаток 1,6 м; в контрольних групах це збільшення становить лише 1,6 м у хлопчиків та 0,7 м у дівчаток. У дітей 6 років результати

підвищились в експериментальних групах: хлопчики 2,2 м, дівчатка на 2,6 м; в контрольних групах: 0,2 м - хлопчики та 1,1 м у дівчаток. Результативність метання м'яча на дальність дітей експериментальних груп підвищувалася у зв'язку з покращенням якості виконання (діти правильно приймають вихідне положення, виконують широкий замах) та сили м'язів плечового поясу і рук.

Покращились результати і в метанні м'яча в ціль. У дітей 5 років експериментальних груп зріст результатів становить у хлопчиків 0,5 балів, у дівчаток 0,6 балів; контрольних груп хлопчиків і дівчаток - 0,2 балів. Отже, діти експериментальних груп виконують метання в ціль значно краще, ніж діти контрольних груп.

Цілеспрямований педагогічний вплив на розвиток певної рухової якості у дітей старшого дошкільного віку позначається і на розвитку інших якостей. Наприклад, під час розвитку швидкості у дітей одночасно вдосконалюються сила, спритність та витривалість.

Наші дослідження показали, що ріст тренуваності організму дітей відбувається дещо повільніше, ніж набуття рухових навичок, зокрема, вивчення нескладних за технікою рухових дій.

Аналіз даних вимірювань гнучкості у дітей 5 років свідчить, що її зріст становить 4,0 см у хлопчиків та 3,4 см у дівчаток експериментальних груп; в контрольних групах це збільшення становить 1,7 см у хлопчиків та 1,0 см у дівчаток. У дітей 6 років результати зросли на 3,4 см у хлопчиків, та на 5,3 см у дівчаток експериментальних груп; в контрольних групах зрушення менші і становлять 2,0 см у хлопчиків та 2,1 см у дівчаток.

Тестування на спритність свідчать про поступове покращання показників в кожній наступній віковій групі. В експериментальних групах дітей 5 років результати стрибка вліво покращились у хлопчиків на 9°, у дівчаток на 12°; у контрольних групах: у хлопчиків на 3°, у дівчаток на 5°. В дітей 6 років це збільшення становить в експериментальних групах: хлопчики - 23°, дівчатка - 22°. Контрольні групи: хлопчики - 4°, дівчатка - 5°.

### **ОБГОВОРЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ**

Проведене дослідження дозволило визначити основні шляхи та умови впровадження українських народних рухливих ігор у систему фізичного виховання дітей 5-6- років.

Показники рухових якостей дошкільників свідчать про наявність безперервних та неоднакових за темпами процесів удосконалення нервово-м'язового апарату дитячого організму, що зумовлено віковими, морфологічними і біохімічними змінами в ньому. Виявлено

загальну закономірність формування рухової функції дошкільників, яка полягає у нерівномірних, стрибкоподібних змінах швидкості, спритності, гнучкості, сили і витривалості в даний період життя дитини.

Значні щорічні темпи покращання результатів зафіксовані в показниках м'язової сили, спритності, витривалості, швидкості. Невисокі - в показниках гнучкості у дітей 5-6 років. Найбільший показник швидкості спостерігається у дошкільників 5 років, а сили і гнучкості - у шестирічних, спритності - у п'ятирічних. Період від 5 до 6 років є найсприятливішим для інтенсивного розвитку рухових якостей дітей дошкільного віку.

Зміни щорічних темпів покращання показників швидкості і гнучкості відбуваються не однаково у хлопчиків і дівчаток протягом дошкільного віку. Зокрема, у дівчаток порівняно з хлопчиками у цей віковий період темпи зростання швидкості, сили і спритності дещо вищі. Покращання показників розвитку тієї чи іншої якості в різні періоди переважно зумовлені природним ростом дитини і відповідним розвитком систем і функцій її організму.

Проведене дослідження дає підстави стверджувати, що застосування рухливих ігор в процесі фізичного виховання значно активізує діяльність дітей, знімає напругу, сприяє старанному виконанню навчальних завдань, викликає позитивні емоції. Рухливі ігри благотворно впливають на підвищення фізичного розвитку і стану здоров'я дітей, що підтверджують висновки Е.С.Вільчковського (1989), А.І.Бикової (1962), О.Л.Богініч (1997).

Зважаючи на те, що у дослідженні вивчалися педагогічні умови застосування українських народних рухливих ігор у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку, ми визначили що: наші результати значно доповнюють результати досліджень Г.В.Воробей (1997) і Є.Н.Пристули (1996) про позитивний вплив ігор на фізичний і духовний розвиток дітей.

### ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-теоретичної літератури та узагальнення педагогічного досвіду з даної проблеми свідчать про недостатнє наукове обґрунтування систематизації українських народних рухливих ігор, організації і методики їх проведення з дошкільниками. Це викликає значні труднощі в застосуванні їх у системі фізичного виховання дітей 5-6 років у дошкільних працівників і батьків.

2. У процесі дослідження даної проблеми було розроблено класифікацію українських народних рухливих ігор для старших дошкільників. Ігри класифікувались за віком дітей, за місцем їх

проведення, за видами основних рухів (ходьба, біг, стрибки, метання та ін.), які виконують дошкільники в процесі гри, впливом на розвиток певних рухових якостей, за порою року. До запропонованої класифікації ввійшло 120 народних рухливих ігор. Крім змісту кожної гри, розроблено методики її організації та уточнено правила, а також сформульовано виховні і освітні завдання, які вирішуються у процесі їх проведення. Все це значно полегшує вихователям і батькам із запропонованих ігор підбирати для удосконалення у дітей основних рухів, розвитку фізичних якостей та виховання певних моральних і волевих рис характеру дошкільників.

3. На основі проведеного дослідження розроблені методичні рекомендації щодо застосування народних рухливих ігор у системі фізичного виховання дошкільників. При їх підборі потрібно враховувати вікові, анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей, освітньо-виховну спрямованість змісту гри, її вид (сюжетна, несюжетна), підготовленість дітей до даної гри та умови її проведення.

4. Комплексне забезпечення педагогічних умов, застосування народних рухливих ігор в процесі занять з фізичної культури, під час прогулянок і в самостійній ігровій діяльності у дітей експериментальних груп позитивно вплинули на стан здоров'я, опірність організму до респіраторних захворювань та їх фізичний розвиток. Кількість дітей, які після року проведення експерименту жодного разу не хворіли, зросла в експериментальних групах з 10,2 % до 48,4 %, у контрольних – відповідно з 16,5 % до 22,6 %, оскільки більшість ігор проводились переважно на свіжому повітрі – це сприяло загартуванню їх організму.

5. За експериментальний період показники фізичного розвитку дітей експериментальних груп змінювались різними темпами. Збільшення всіх антропометричних параметрів у дошкільників експериментальних груп перевищувала результати контрольних груп. Регулярні медичні обстеження дошкільників протягом експериментального періоду дозволили спостерігати за позитивною зміною в структурі опорно-рухового апарату у дітей експериментальних груп. На 38 % зменшилась кількість дітей з лордичною поставою, на 27 % - кількість дітей із сплюсненням стоп.

6. Регулярне проведення національних рухливих ігор позитивно вплинуло на рухову підготовленість дітей експериментальних груп, яка значно перевищила показники дітей контрольних груп. Швидкість бігу на дистанції 30 м підвищилась в експериментальних групах у хлопчиків 5 років на 0,8 с, дівчаток – 1,0 с; у хлопчиків 6 років – на 1,1 с, дівчаток – на 1,0 с. У старших групах відповідно 0,7 с – хлопчики і

0,8 с – дівчатка; у контрольних групах на 0,2 с – хлопчики і дівчатка. В стрибках у довжину з місця збільшення результатів зафіксовано в експериментальних групах: у хлопчиків 5 років на 14,4 см, у дівчаток – на 8,1 см; у хлопчиків 6 років на 20,2 см, у дівчаток – на 14,8 см. У контрольних групах 5-річних дітей відповідно на 7,9 см – у хлопчиків і 5,1 см – у дівчаток; 6-річних дітей 10,7 см – у хлопчиків і 8,2 см – у дівчаток. В метанні м'яча в ціль у хлопчиків експериментальних груп цю вправу правильно виконали 65,4 %, у дівчаток 48,6 %, у дітей контрольних груп відповідно 42,1 % – у хлопчиків та 34,1 % – у дівчаток.

7. В результаті систематичного проведення народних ігор встановлено вірогідне підвищення рівня розвитку рухових якостей у дітей експериментальних груп у порівнянні з контрольними групами. За період дослідження гнучкість покращилась в експериментальних групах у хлопчиків на 39,5 %, у дівчаток – на 63 % в порівнянні з контрольними групами. Результати спритності поліпшились в експериментальних групах у хлопчиків та дівчаток – на 5 % в порівнянні з контрольними групами. Результати динамометрії кисті правої руки покращились у хлопчиків на 10,1 %, у дівчаток – на 3,4 %; лівої руки відповідно на 6 % – у хлопчиків і 5 % – у дівчаток в порівнянні з контрольними групами. Показники статичної витривалості у хлопчиків експериментальних груп збільшилися на 12,2%, у дівчаток – на 14,4 % у порівнянні з контрольними групами.

8. Використання національних рухливих ігор в процесі занять з фізичної культури, під час прогулянок на свіжому повітрі та самостійної ігрової діяльності сприяли вихованню у дошкільників позитивних моральних і волевих рис особистості (дружніх взаємовідносин, товарищескості, ініціативи, активності, наполегливості, рішучості, дисциплінованості).

Проведене нами дослідження не вичерпує розкриття всіх питань даної проблеми, тому, подальше вивчення її буде сприяти удосконаленню системи фізичного виховання дошкільників у дитячому садку і сім'ї.

#### Список праць, опублікованих за темою дисертації

1. Вольчинський А.Я. Українські рухливі ігри для дітей 5-6 років: Методичний посібник для вихователів дошкільних закладів. - К.: ІЗМН, 1996. – 96 с.
2. Вольчинський А.Я. Візьмем руки у бочок. Особливості методики проведення українських народних рухливих ігор з дітьми 5-6 років // Дошкільне виховання. - 1998. – № 2. – С.10-11.



3. Вольчинський А.Я. Використання українських народних ігор у фізичному вихованні дошкільнят // Матеріали III всеукраїнської конференції аспірантів. "Молода спортивна наука України". - Львів, 1998. - С.180-187.
4. Вольчинський А.Я. Розвиток у дошкільників інтересу до занять національними іграми // Матеріали I-ї всеукраїнської конференції аспірантів у галузі фізичної культури і спорту. "Молода спортивна наука України". - Львів, 1997. - С.41-43.
5. Вольчинський А.Я., Ляшук А.М., Малімон О.О. Організація та методика проведення національних рухливих ігор // Матеріали II-ї всеукраїнської науково-практичної конференції "Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні". - Київ-Луцьк: Вежа, 1996. - С.221-224.
6. Вольчинський А.Я., Малімон О.О., Ляшук А.М. Походження українських народних рухливих ігор // Матеріали II-ї всеукраїнської науково-практичної конференції "Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні". - Київ-Луцьк: Вежа, 1996. - С.219-221.
7. Вольчинський А.Я., Тучак А.М., Поляковський В.І. Виховне значення національних народних ігор в системі виховання школярів // Матеріали II-ї всеукраїнської науково-практичної конференції "Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні". - Київ-Луцьк: Вежа, 1996. - С.216-219.
8. Вольчинський А.Я. Значення народних ігор як засобу всебічного розвитку дітей 5-6 років // Матеріали XII наукової конференції професорсько-викладацького складу і студентів ВДУ імені Лесі Українки. - Луцьк: Вежа, 1996. - Ч.III. - С.176-177.
9. Вольчинський А.Я., Беведь С.П. Використання національних ігор з дошкільниками у практичній роботі дитячих садків // Матеріали XII наукової конференції професорсько-викладацького складу і студентів ВДУ імені Лесі Українки. - Луцьк: Вежа, 1996. - Ч.III. - С.178.
10. Вольчинський А.Я., Колесник Н.А., Ляшук А.М. Фізичне виховання дитини за традиціями української етнопедагогіки // Матеріали XII наукової конференції професорсько-викладацького складу і студентів ВДУ імені Лесі Українки. - Луцьк: Вежа, 1996. - Ч.III. - С.179.

ВОЛЬЧИНСЬКИЙ А.Я. Педагогічні умови застосування українських народних рухливих ігор у фізичному вихованні дітей 5-6 років. - Рукопис. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 - Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Волинський державний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 1998.

У дисертаційному дослідженні визначено провідну роль українських народних рухливих ігор у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку, розроблена класифікація, науково обґрунтована методика проведення та їх вплив на стан здоров'я, рухову підготовленість і фізичний розвиток дітей 5-6 років.

Ключові слова: народні ігри, фізичне виховання, фізичний розвиток, методика проведення рухливих ігор.

**ВОЛЬЧИНСКИЙ А.Я.** Педагогические условия применения украинских народных подвижных игр у физическом воспитании детей 5-6 лет. – Рукопись. Диссертация на соискание научной степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. Волынский государственный университет имени Леси Украинки, Луцк, 1998.

В диссертационном исследовании определено ведущую роль украинских народных подвижных игр в системе физического воспитания детей дошкольного возраста, разработана классификация, научно обоснована методика проведения и воздействия игр на состояние здоровья, двигательную подготовленность и физическое развитие детей 5-6 лет.

Ключевые слова: народные игры, физическое воспитание, физическое развитие, методика проведения подвижных игр.

**VOLCHYNSKY A.Y.** Pedagogical conditions of application of Ukrainian folk out-door games in the physical instruction of 5-6-year-old children. – Manuscript. The dissertation for scientific degree of Candidate of Physical Education and Sport in speciality 24.00.02 – Physical Culture, Physical Education of various groups of population. Lesya Ukrainka Volyn State University, Lutsk, 1998.

The thesis presents scientific grounding for the role of Ukrainian folk out-door games in the system of physical education of pre-school children aged 5-6. The classification of these games has been elaborated, peculiarities of the methods of conducting of such games have been determined and the influence of such games on the children's state of health and their physical development has been investigated.

Key word: folk out-door games, physical training, physical development, the methods of conducting of out-door games.

4110