

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди



***ВІСНИК
СКОВОРОДИНІВСЬКОЇ АКАДЕМІЇ
МОЛОДИХ УЧЕНИХ***

Збірник наукових праць

Харків – 2019

РОЗДІЛ 2. СУСПІЛЬНІ НАУКИ

Власенко Я.В.

Формування та розвиток технопарків як елемента інноваційної інфраструктури економіки 56

Деркач А.С.

Стан та тенденції розвитку ринку онлайн-освіти в Україні 61

Клець А.О.

Розвиток французької жіночої преси (XVIII-XIX ст.) 66

Лучинський М.О.

Соціально-економічний розвиток Чилі у роки президенства А. Піночета 71

Марчак О.Ю.

Типологізація образів людини в урбаністичній культурі модерну на прикладі Слобожанщини 76

РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, ЗДОРОВ'Я І СПОРТ

Басс-Вайндінер Т.Б.

Етіологічні фактори розвитку порушень голосу викладачів 81

Карпишина К.

Тип вегетативної регуляції серцево-судинної системи та рівень адаптаційних можливостей 86

Хакімова А.Б., Коц С.М., Коц В.П.

Дослідження працездатності у дітей перших класів 89

Халимендик К.О.

Порушення голосу у дітей дошкільного віку 93

Цимбалюк Ж.О., Козєєв І.В.

Фактори впливу на рівень функціонального стану організму педагогів в процесі роботи 96

Шип Н.Є., Воропаєва О.В.

Вплив занять рухливими іграми на здоров'я та фізичний розвиток дітей дошкільного віку 100

педагогічних вищих навчальних закладів: навч. посібник. Х.: ХНПУ, 2012. 201 с.

4. Цимбалюк Ж.О., Гогіна Т.І. Визначення мети навчальної дисципліни «Фізичне виховання» майбутніх вчителів. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2016. 3. С. 14-18.

5. Цимбалюк Ж.О., Чорний О.І. Динаміка змін мотивації до занять фізичним вихованням у студентів педагогічного ВНЗ. *Теорія та методика фізичного виховання*. Х.:ХНПУ, 2013. 10. С. 24-28.

Шип Н.Є.

старший викладач кафедри фізичного виховання

Воропаєва О.В.

студент спеціальності «Дошкільна освіта»

Харківського національного педагогічного університету імені

Г.С.Сковороди

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ РУХЛИВИМИ ІГРАМИ НА ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Не потребує доказів той факт, що фізична активність позитивно впливає на здоров'я та розвиток будь-якої людини. Особливо важливо визначитися з використанням різноманітних форм фізичної культури на заняттях з дітьми дошкільного віку. Оскільки у цьому віці закладаються основи здоров'я, фізичних здібностей, розвитку рухів. Також за допомогою фізичних вправ задовольняється потреба у руховій активності, закладаються основи здорового способу життя.

Користуючись матеріалами нашого дослідження, ми намагаємось довести необхідність створення в закладах дошкільної освіти режиму високої

рухової активності, який передбачав би використання комплексу різноманітних засобів фізичного виховання, насичення повсякденного життя дітей рухливими іграми, спортивними вправами.

Щоб розв'язати цю проблему ми вирішили провести експеримент. Він полягав у введенні до розпорядку дня групи дошкільного навчального закладу дітей від 4 до 5 років додаткових занять рухливими іграми. Гра була вибрана нами як засіб експерименту серед інших засобів фізичного виховання як найбільш природний вид діяльності для малюків, високоемоційний процес, при якому дитина може непомітно для себе отримати значне фізичне навантаження. Звісно, особливу увагу при проведенні ігор приділяли дотриманню гігієнічних вимог, вимог безпеки, контролювався стан дітей, не допускалося настання перевтоми [2, с. 98].

Виходячи з функціональних можливостей малюків, особливостей їхньої нервової діяльності, рухливі ігри планувались таким чином, щоб максимально припустиме фізичне навантаження чергувалося з мінімальним. Також при проведенні ігор дотримувалися вимог різноманітності рухів. Це сприяло покращенню загальної фізичної підготовки дітей.

В різні періоди дня використовувались ігри, що відрізнялись одна від одної[4]. Вранці, коли діти приходили до садка, їх до ігор залучали невеликими групами залежно від стану. Найбільш бадьорі грали у більш інтенсивні ігри. Ті, хто приходив сонними, млявими, залучалися поступово. Треба відзначити, що для ранкових занять ми намагалися вибирати ігри менш емоційні, що не потребували значних фізичних затрат. Ввечорі ігри також були більш спокійними у зв'язку зі зниженням працездатності у дітей.

На денній прогулянці ми застосовували рухливі ігри з максимальним фізіологічним та емоційним навантаженням. Цей період був основним для фізичного розвитку. Іноді за несприятливих погодних умов заняття проводилося в спортивній залі. Учбові заняття урізноманітнювалися

фізкультхвилинками та малорухливими іграми. На вечірній прогулянці проводили ігри поволі збільшуючи навантаження.

Треба відзначити, що з метою покращення ефективності рухливих ігор, дітям надавалася можливість брати участь у них за бажанням. Однак поступово під час проведення ігор в них починали брати участь майже всі діти.

При керівництві іграми ми використовували загальнометодичні засоби – пояснення, показ, питання, вказівка, оцінювання дій, заохочування. При цьому намагалися весь час підтримувати емоційний підйом у дітей, що спонукало їх до більш енергійної участі у грі. Поки ігри були незнайомі дітям, вихователь неодмінно активно брав участь в них. В подальшому педагог допомагав розпочати гру, розподілити обов'язки, домовитися про дії, а потім спостерігав за ходом і втручався за необхідності.

Запобігаючи перевтомі, проводився контроль ЧСС та частоти дихання. Якщо пульс порівняно з доробочим станом змінювався під час гри на 10%, то це свідчило про недостатнє навантаження. В основному навантаження було розраховано на підвищення ЧСС в межах 40-70% від початкової. Починали та закінчували гру навантаженням з підвищенням ЧСС на 20-30% [2, с. 54]. Контролювали також час відновлення функцій до рівня доробочих. Про втому може свідчити й надмірне почервоніння або блідість шкірних покривів, надмірне потовиділення. Намагалися не доводити ігри до такої межі, коли у дітей зникає цікавість, слабшає витримка та увага, що свідчить про психічну перевтому.

Перед початком роботи з дітьми ми склали план експерименту та графік проведення рухливих ігор та вправ [2, с. 23]. Він охоплював часовий інтервал у 2 місяці. Ми проводили свою роботу у вересні та жовтні. В цей час майже не було несприятливих погодних умов, і не було необхідності коректувати наші плани. Сприятливою була й температура повітря, що надавала можливість запобігти перегріву та переохолодженню дітей.

У своїй роботі ми використовували рухливі ігри різні за інтенсивністю та різноманітні за спрямуванням. Наприклад, ігри з високою інтенсивністю, де основними рухами є біг, стрибки, ходьба: «Ведмідь у лісі», «Каруселі», «Пташки і кіт», «Лисиця та курчата». Ігри середньої інтенсивності з бігом, ходьбою, рівновагою: «Біг по болоту», «Зайці і вовк», «Не замочи ніг», «Жабки і журавлі», «Знайди пару»

Між іграми проводилися біг у повільному темпі, піші прогулянки, малоінтенсивні ігри на кшталт гри «Ланцюжок». Проводилися також ігри з киданням та відбиванням м'яча, ігри-атракціони [3, с.107].

По закінченню експеримента ми підбили підсумки та зробили деякі висновки. Ми вивчили графік відвідування дітьми садка та кількість днів, що були пропущені ними через хворобу. Порівняно з групою дітей того ж віку, наші діти в середньому на 20% менше хворіли. Цей показник мав тенденцію до покращення від початку експерименту до його завершення.

Нами була також проведена ортостатична проба у наших дітей [1, с.36]. Різниця пульсових значень становила 15-20 ударів за 1 хв. У дітей іншої групи — 25-30 ударів. Також у наших дітей поліпшились показники фізичних якостей, вони навчилися новим руховим діям [1, с. 115, 116]. Покращилась їхня працездатність на учбових заняттях.

Таким чином, ми дійшли до висновку, що додаткове фізичне навантаження, яке надають організму дошкільнят рухливі ігри, особливо, якщо їх використовувати на свіжому повітрі, благотворно впливає на організм дітей, сприяє їхньому розвитку за багатьма напрямками. Використовуючи рухливі ігри, можна в ігровій формі починати навчати дошкільнят основам деяких видів спорту, виявляти їх схильності та здібності.

Список використаних джерел

1. Богініч О.Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри: навч.-метод. посібн. К., 2007. 120 с.
2. Вільчковський Е.С. Організація рухового режиму дітей у

дошкільних навчальних закладах: навч.-метод посібник. К., 2011. 128 с.

3. Журавльова Л.С. Розвиток фізичних якостей дошкільників засобами рухливих ігор: збірник праць Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Богдана Хмельницького, 2016. С.106-110.

4. Ленська Т. Рухова активність на свіжому повітрі. *Дошкільне виховання*. К. 2009. № 11. С.12.

Яловега А. В.

студент спеціальності «Дошкільна освіта»

Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ВИХОВАТЕЛЯ І БАТЬКІВ У ПИТАННІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Науковий керівник – кандидат біологічних наук, доцент Т.І. Гогіна

Відомо, що дошкільне дитинство є унікальним періодом у житті людини. У цей час формується її здоров'я, здійснюється розвиток особистості. Водночас, це період, у плині якого дитина перебуває в повній залежності від навколишніх дорослих – батьків та педагогів. Для забезпечення сприятливих умов життя й виховання дитини, формування основ повноцінної, гармонійної особистості необхідні зміцнення й розвиток зв'язку та взаємодії дитячого садочка й родини.

Перебуваючи на педагогічній практиці я поринула у питання фізичного виховання дошкільнят. Аспект фізичного виховання дитини мене зацікавив у зв'язку з тим, що сучасні діти мають достатньо слабкий імунітет, показники їх фізичного розвитку, нажаль, достатньо часто не відповідають показникам норми.

Фізичне благополуччя відіграє важливу роль у загальному розвитку дитини протягом усього дошкільного віку. Однак, найбільшу увагу до стану