

Пахальчук Н. Використання педагогічних технологій у підготовці спеціалістів дошкільної та початкової освіти до фізичного виховання дітей / Пахальчук Наталя Олександрівна // Technologies of Shaping and Enhancing Health of Human and Society: monograph. - Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2016 - С. 171-177.

**Використання педагогічних технологій у підготовці спеціалістів
дошкільної та початкової освіти до фізичного виховання дітей**

Пахальчук Наталя Олександрівна

Вінницький державний педагогічний університет імені М.Коцюбинського

pahalchuk_natalia@i.ua

orcid.org/0000-0001-7098-3821

Summary. The purpose of the article is to present methods and techniques of work with future teachers of preschool and primary education in the process of teaching methods of physical education in the high school. Methods of the organization of learning activities of students, presented in the article, can be successfully adapted to the teaching of other professionally oriented courses. The attention is focused on the environmental creatively-active approach towards sports and recreational activities for students and children.

Key words. Methodology of physical education, pedagogical technologies, specialists of preschool and primary education.

Сучасний етап розвитку освіти актуалізує необхідність пошуку шляхів удосконалення професійної компетентності фахівців дошкільних навчальних закладів та початкової школи. Головний стратегічний напрям розвитку світової та вітчизняної системи освіти лежить сьогодні в площині вирішення проблем збереження та примноження здоров'я особистості, в технологізації цього процесу. Особливий інтерес у межах досліджуваної теми становлять роботи, в яких предметом спеціального дослідження стали теоретико-методичні засади збереження та зміцнення здоров'я особистості у сучасній системі освіти (О.Багінська, Л.Бейба, О.Богініч, Е.Вільчковський, Л.Гаращенко, Н.Денисенко, О.Дубогай, М.Єфименко,

Л.Загородня, Л.Калуська, Н.Левінець, І.Лущик, Н.Москаленко, В.Сухар, Г.Тарасенко, Л.Швайка, Ю.Шевченко та ін.).

Розглянемо педагогічні технології, які використовуються в роботі зі студентами у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського на методиці фізичного виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Як слушно зауважує Г.Тарасенко, сучасна освіта потребує соціокультурних пріоритетів, і настав час щільно враховувати роль естетичного фактора як детермінанти соціальних позицій та професійної стратегії вчителя [7, 4-5]. Так, майбутні педагоги на практичних та лабораторних заняттях опановують технологію фізичного виховання М.Єфименка, що спрямована на взаємодію фізичного, естетичного та творчого становлення особистості. Зокрема, студенти демонструють кумедні фізкультуринки – це окремі ігрові вправи, не пов'язані одна з одною сюжетом, з веселими, гумористичними назвами, які виконуються відповідно до золотих формул рухового розвитку особистості (від положення лежачи до положення стоячи, від низької пози – до високої тощо) [7, 19]; створюють фізкультурні казки, проектують ігровий простір, придумують імена-образи для фізкультурного обладнання, підбирають звуко-музичний супровід до заняття тощо. Технологія українського дослідника-практика М.Єфименка вперше була представлена в програмі «Театр фізичного розвитку й оздоровлення» [8]. Вона розрахована на дітей дошкільного й молодшого шкільного віку та спирається на об'єктивні закони розвитку дитячого організму.

Наведемо приклади кумедних фізкультуринок, які виконують студенти на лабораторних заняттях: настирлива муха (з в.п. лежачи на спині виконання відмахування руками, немов відганяючи від себе настирливу муху, яка намагається сісти на ніс); п'яточки засвербіли (з в.п. лежачи на спині необхідно дістати свої п'яти однойменними руками, імітуючи при цьому почісування і злегка похитуючись уперед-назад); слонопотами (ходьба випадами з максимальною довжиною кроку,

зображуючи велетенських «слонопотамів») тощо [6, 19].

Також з метою формування естетичного досвіду студентів у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності доцільно залучати майбутніх педагогів до проектування етапів навчання рухових дій дітей за такою структурою: образна назва вправи та назва з програми («Покотився колобок» – перекид вперед та назад); твір образотворчого, музичного мистецтва, літератури або авторський віршований матеріал («Я – веселий Колобок і усіх дітей дружок. Від бабусі утікав й на урок я завітав» тощо); графічне зображення етапів виконання вправи; обґрунтування прийомів та методів роботи на кожному етапі навчання рухової дії.

На думку вчених [1; 2; 4; 5 та ін.], особистість краще запам'ятовує матеріал, коли вона стоїть чи рухається. Найефективнішою є фонові рухова активність, під час якої виникають асоціації, тобто включається образно-рухове сприйняття. Передача знань під час гри дає змогу залучати не лише довільну, а й мимовільну пам'ять, проміжне асоціативне мислення між руховими і ментальними процесами. Концепція розвитку розумових здібностей у тісному зв'язку з руховою активністю особистості покладена в основу системи оздоровчої педагогіки пізнавально-рухового навчання української дослідниці О.Дубогай. Ідея включення рухів під час подання нового матеріалу може бути успішно реалізована в роботі з дітьми дошкільного віку та молодшими школярами, що допоможе дітям краще та легше засвоїти інформацію і зберегти здоров'я.

О.Дубогай підкреслює, що заняття варто організовувати як дидактичну гру, щоб діти сприймали новий матеріал не як теоретичний виклад фактів, а несвідомо від час рухових дій. Необхідно підбирати рухи, що будуть чітко відтворювати інформацію, яку необхідно засвоїти. Завдяки фізичним вправам знімається розумова втома, відбувається корекція зору, постави, поліпшується функція дихання, емоційний стан дитини. Дослідниця підкреслює, що «руховий досвід дитини, набутий нею до школи і пов'язаний із щаблем розвитку почуття ритму, рівноваги,

спроможності орієнтуватися в просторі й у власному тілі, найбільшою мірою опосередковують ті навчальні навички, які найтісніше пов'язані з почуттям рухового ритму (рахунок і таблиця множення в математиці, симетричні й асиметричні літери та цифри в письмі та ін.)» [5, 37].

Окреслимо етапи рухового відтворення навчального матеріалу:

1 етап. Для формування умінь і навичок рухового відтворення математичного і мовного матеріалу проводяться ігри з поступовим нарощуванням самостійної рухової діяльності (відтворення у вигляді рухів або певних тілофігур літер алфавіту, героїв прочитаних сюжетів, ігор на розпізнавання частин мови або правильної відповіді на приклад чи задачу у вигляді обумовлених заздалегідь конкретних рухів, фонетична ритміка тощо).

2 етап. Вправи на синхронне вимовляння слів іноземною мовою, явищ природи тощо і, відповідно, рухові дії у кількісній і якісній аналогії.

3 етап. Формування вмінь використовувати засвоєний матеріал в усній формі в ігрових ситуаціях як сидячи, так і безпосередньо під час виконання рухів, стоячи, йдучи на місці або до школи, на рухових перервах, тематичних заняттях фізичної культури тощо [5, 54].

Наведемо приклади рухових завдань, які студенти пропонують дітям під час педагогічної практики за О.Дубогай:

1. Написати в повітрі певну інформацію рукою, очима, носом, ногою (коліном чи ступнею). Доцільно пропонувати оригінальні дії типу «напишіть цифру 6 плечовими суглобами» тощо. Це сприятиме зменшенню втоми з шийного та грудного відділів хребта, які несуть найбільше статичне навантаження під час тривалого сидіння.

2. Виконання додаткових рухів за кожну правильну відповідь (оберти, присідання тощо); відповідь на запитання із мішечком на голові; відобразити певну інформацію у вигляді імпровізованих рухів тощо [5, 55].

3. Виконання ритмічного дихання (під час ходьби). Зміст вправи: кроки рівномірні, м'язи обличчя і рук розслаблені. Вдих і видих робити

спочатку на рівну кількість кроків, а потім поступово переходити на співвідношення кроків до дихання 1:2, 1:3. Наприклад: два кроки – вдих, два – видих, а потім два кроки – вдих, чотири – видих тощо. Необхідно вибрати найзручніший ритм, дихати рівномірно, спокійно [5, 101].

Необхідною передумовою успішного фізичного виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку є набуття майбутніми педагогами здатності відчувати і засвоювати ритм. Тому на кожному занятті зі студентами розучуються та проводяться *«ритмічні руханки»*, які передбачають виконання певного ритму з ботмерівської гімнастики різними частинами тіла. Наведемо послідовність виконання ритмічної руханки без предметів «Сонце, повітря і вода» (назва наша):

В.п. – о.с., ноги нарізно.

1. 1-8 – вісім оплесків, поступово рухаючись від положення «руки вниз» – «руки перед собою» – «руки вгору».

2. 1– клацнути великим і середнім пальцями правої руки в правій площині; 2 – клацнути великим і середнім пальцями лівої руки в лівій площині; 3 – покласти долоню правої руки на ліве плече; 4 – покласти долоню лівої руки на праве плече; 5 – покласти долоню правої руки на праве стегно; 6 – покласти долоню лівої руки на ліве стегно; 7-8 – тупнути правою ногою.

3-4. Повторити першу та другу вправи.

5. 1 – тупнути правою ногою; 2 – плеснути лівою долонею об ліве стегно; 3-4 – повторити 1-2; 5-8 – чотири оплески.

6. Повторити п'яту вправу.

Також із метою приведення організму до відносно спокійного стану, формування відчуття єдності із навколишнім майбутні фахівці використовують у своїх заняттях з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку вправу з ботмерівської гімнастики «Купол» (назва наша). Зміст: в.п.: о.с., ноги нарізно. 1 – підняти руки в сторони долонями вниз (вдих); 2 – руки повернути долонями вгору та підняти вгору (видих); 3 –

повернутись праворуч з одночасним відведенням рук в сторони долонями вгору (вдих); 4 – стати рівно, руки вгору (видих); 5-6 – повторити рухи рахунків 3-4 в іншу сторону; 7 – опустити руки в сторони долонями вгору (вдих); 8 – в.п. (видих). Повторити 2 рази.

Особливості виконання: всі рухи у вправі необхідно виконувати повільно та плавно; вправу доцільно проводити в заключній частині фізкультурного заняття (уроку); на першому етапі навчання рухової дії дітям можна запропонувати прийом «образного сприйняття рухової дії». Наведемо можливий варіант пояснення вправи: уявіть, що ми стоїмо серед різноманіття чарівних квітів, дерев (педагог приймає вихідне положення); ми бачимо всю красу навколо і вбираємо в себе пахощі природи (рахунок у вправі – 1, 2); ми вдячні природі за таку красу та хочемо поділитись добром, яке є у нас (рахунок у вправі – 2, 3) тощо. Також можна стимулювати дітей до фантазування та придумування власних казок на тему «Я – частинка природи».

Ботмерівська гімнастика як «просторова динаміка» призначена для зміцнення в людині фізичної та психічної рівноваги, допомагає вивчити взаємозв'язок між своїм тілом та його положенням у просторі [3, 12]. Ботмерівські заняття засновані в основному на ритмі дихання і сприяють більш глибокому спокійному диханню. Також зі студентами використовуються вправи з ботмерівськими м'ячами. Наведемо приклади вправ з одним м'ячем з нашими образними назвами:

«Стрибки на батуті»: підкидання вгору та ловіння м'яча одною рукою. Спочатку низько, а потім все вище і вище, але не вище рівня очей. Спочатку одною рукою, потім іншою.

«Ходимо в гості»: перекидати м'яч з однієї руки в іншу. Основне правило – кидати на рівні очей, але не вище голови.

«Надуваємо кульку»: ведуча рука знаходиться зверху (приблизно 20 см від пояса), друга – на рівні пояса. Кидати м'яч вертикально вниз. Після декількох повторів, руки можна змінити місцями. Після того, як ця вправа

буде опанована, відстань між руками поступово збільшується.

Особливості виконання: у вправах використовуються ботмерівські м'ячі, які виготовляються із шаблонів у формі пелюстки та наповнюються попередньо обжареною крупою; вправи з одним м'ячем є підвідними до вправ з двома та більше м'ячами, які виконуються в парі та колективно.

Таким чином, ботмерівська гімнастика є видом руху, яка використовує сили простору. Та людина, яка займається нею, вчиться розширювати свої фізичні, психічні та духовні кордони, отримуючи поступовий досвід розвитку руху в просторі й можливість свідомо досліджувати простір. Ботмерівська гімнастика як метод гармонійного психофізичного розвитку людини корисна й для людей з особливими потребами.

Також зі студентами використовується комплекс спеціальних «кінезіологічних вправ», які були розроблені та апробовані американським доктором філософії Полом Деннісон, засновником вчення «освітня кінезіология». Пол і його дружина Гейл Деннісон виявили можливості природних фізичних рухів, які можуть бути використані для успішного розвитку та навчання як дитини, так і дорослого. Їх відкриття лягли в основу програми «Гімнастика мозку» [4]. Ця програма являє собою комплекс вправ, які сприяють розвитку міжпівкульної спеціалізації і взаємодії. На слушну думку авторів, вирішення проблеми неуспішності полягає в тому, щоб використовувати роботу цілісного мозку в процесі навчання. Цього можна досягнути за допомогою рухових процедур, які дають можливість задіяти ті ділянки мозку, які раніше не брали участі в навчанні [4, 7]. При створенні комплексів «Гімнастики мозку» суміщені два навчальних принципи: вплив на зберігання ланки регуляції психофізіологічних функцій та вплив на порушені ланки регуляції психофізіологічних функцій. Наведемо приклади вправ, які використовуються зі студентами:

1. Взяти олівець спочатку в праву руку і накреслити на папері вісімку (знак нескінченності), потім навпаки. Потім можна попрактикуватись креслити вісімки одночасно обома руками. Те саме виконати в повітрі (вправа «Ледачі вісімки»).

2. Взяти в кожную руку олівець чи ручку та зобразити на аркуші паперу певний малюнок (наприклад, вихідні положення при виконанні загальнорозвивальних вправ), рухаючи обома руками одночасно: назустріч один одному; вгору – вниз, тобто лівою рукою вгору, правою рукою – вниз, і навпаки; розводячи в різні сторони тощо (вправа «Подвійний малюнок» [4, 11-13].

3. Виконання різноманітних кроків, стрибків ногами в координації з роботою протилежних частин тіла (права нога – ліва рука; ліва нога – права рука). Вправа «Перехресні кроки» узгоджує роботу верхньої й нижньої частин тіла, будить їхню активність, вмикає косі м'язи живота, які поліпшують кровопостачання органів черевної порожнини, синхронізує роботу обох півкуль мозку [4, 10] тощо.

Всі рухи комплексу гімнастики мозку впливають на різні системи управління організмом та поділяються на три блоки:

1. Вправи, що збільшують тонус кори головного мозку (дихальні вправи, масаж біологічно-активних точок.) Мета: підвищення енергетики кори головного мозку.

2. Вправи, що поліпшують можливості прийому і переробки інформації (рухи кінцівками перехресно-латерального характеру). Мета: відновлення порушених міжпівкульових зв'язків та функціональної асиметрії мозку.

3. Вправи, які поліпшують контроль і регуляцію діяльності (рухи і пози перехресного характеру).

Отже, кінезіологічні вправи дозволяють зосередитися, скоординувати свою діяльність, позбутися стресу, долати мовленнєві вади

і вчитися легше та природніше, оскільки мозок продуктивний лише тоді, коли гармонійно працюють і права, і ліва його півкулі.

Також із майбутніми фахівцями дошкільної та початкової освіти використовується ігрова технологія Любомира Бейби [1; 2], яка включає імпровізацію, фантазування та виконання творчих завдань із гімнастичними палицями, обручами, м'ячами, мотузками тощо, з яких можна викладати різні геометричні фігури, живі та неживі об'єкти навколишнього світу. Мета визначеної технології – створення сприятливих умов для підвищення фізичної активності, самостійності, довільності в практичному експериментуванні; надання простору для реалізації позитивних задумів, розширення естетичного досвіду особистості. Так, студенти виконували завдання із створення різних образів відповідно до сюжету рухливих ігор, казок, віршів та загадок (рис. 1):

Одягла сороконіжка модні босоніжки

Й тупає ногами швидко по доріжці,

І радіє сонцю, небу і землі,

Бо вона – красуня, згодні ви чи ні? (Наталя Г., студентка 2 курсу напряму підготовки «Дошкільна освіта»).

Коли настрій тікає далеко-далеко,

Лови його на арені швиденько.

Здогадайтесь, хто радість вам подарує?

Фантазер, що весь час мандрує й мандрує! (Ярослава П., студентка 3 курсу напряму підготовки «Дошкільна освіта»).

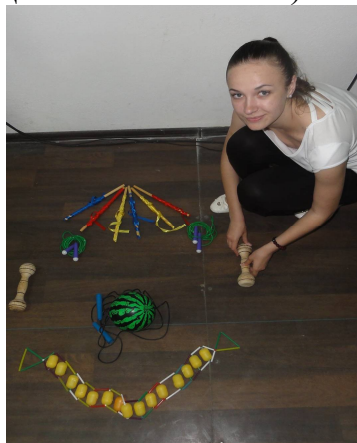


Рис. 1. Конструювання зі спортивного інвентарю студентами Інституту педагогіки, психології і мистецтв (м. Вінниця).

Створення образів із гімнастичного інвентарю доцільно використовувати як активний відпочинок між виконаннями навчальних завдань на занятті. Таким чином, модернізація змісту вищої освіти передбачає її орієнтацію на гуманізацію життєдіяльності особистості, формування її рухової сфери, та на впровадження педагогічних технологій в освітньо-виховний процес. Також у роботі зі студентами доцільно дотримуватись таких екоправил: прагнути до гармонійного поєднання й чергування природовідповідного навантаження та відпочинку; не роз'єднувати «інтегровану сутність» особистості, а забезпечувати формування її рухового досвіду у взаємозв'язку із психічним та духовно-моральним здоров'ям; сприяти емоційно-чуттєвому, образному пізнанню рухових образів.

Література

1. Бейба Л. Від руху до здоров'я. На допомогу вихователям дитячих садочків, вчителям молодших класів та батькам / Бейба Любомир. – Дрогобич : КОЛО, 2000. – 40 с. : іл.
2. Бейба Л. Фізкультурні цікавинки / Любомир Бейба // Дошкільне виховання. – 1997. – №5. – С.7.
3. Ботмер А. Ботмеровская гимнастика. Педагогические и терапевтические возможности применения / Альхайдис фон Ботмер. – М., 2012. – 135 с.
4. Деннисон П.И. Гимнастика мозга / Пол. И.Деннисон, Г. Деннисон. – М. : Инкорпорация образоват. кинестетики, 1997. – 49 с.
5. Дубогай О. Навчання в русі. Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі / Олександра Дубогай. – К. : Шкільний світ, 2005. – 112 с.
6. Єфименко М. Кумедні фізкультуринки / Микола Єфименко // Дошкільне виховання. – 2014. – №2. – С. 18-20.
7. Тарасенко Г. С. Взаємозв'язок естетичної та екологічної підготовки

вчителя в системі професійної освіти : монографія / Галина Сергіївна Тарасенко. – Черкаси : Вертикаль, 2006. – 308 с.

8. Театр фізичного виховання та оздоровлення дошкільнят: авторський стиль роботи : методичні рекомендації / авт.-укл. М.М. Єфименко. – К. : ІСДО, 1995. – 40 с.