

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Глухівський національний педагогічний університет
імені Олександра Довженка

кафедра дошкільної педагогіки і психології

МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА
РОЗВИТОК ВЛУЧНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО
ВІКУ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ІГОР З М'ЯЧЕМ

Виконала:

Парна Оксана Миколаївна
магістрантка спеціальності 012 Дошкільна освіта
ОПП Дошкільна освіта

Науковий керівник:

доктор історичних наук, професор
О. І. Курок

Допущено до захисту
«24» листопада 2021 р.

Завідувач кафедри

Л.П. Загородня
(підпис) (ініціали, прізвище)

Дата захисту: «__» _____ 20__ р.

Національна оцінка _____

Кількість балів: _____ Оцінка ECTS _____

Підписи членів ДЕК:

Глухів – 2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ВЛУЧНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ІГОР З М'ЯЧЕМ.....	6
1.1.Огляд літературних джерел з питань використання рухливих ігор під час роботи з старшими дошкільниками	6
1.2. Характеристика влучності та її розвитку у старших дошкільників під час проведення ігор з м'ячем.....	11
1.3. Особливості використання ігор з м'ячем у старшому дошкільному віці	21
Висновки до розділу 1.....	29
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ВЛУЧНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ІГОР З М'ЯЧЕМ.....	31
2.1. Визначення рівня розвитку влучності старших дошкільників.....	31
2.2. Система роботи з розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку.....	51
2.3. Перевірка ефективності системи роботи з розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку під час проведення ігор з м'ячем.....	66
Висновки до розділу 2.....	77
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	78
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	80
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	83
ДОДАТКИ.....	88

ВСТУП

Актуальність проблеми. У перші шість років життя фізичне виховання є основою всебічного розвитку дитини. У цей період закладається фундамент здоров'я, нормального фізичного розвитку та виховуються основні риси особистості людини. Фізичне виховання здійснюється переважно в колективних формах роботи. У старшому дошкільному віці важливу роль відіграють колективні ігри з використанням м'яча. Граючи у такі ігри, у дошкільників активно розвиваються моральні якості такі як: колективізм, дисциплінованість, організованість; а також фізичні якості: спритність, точність, влучність.

На сьогодні питання розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку шляхом використання ігор з м'ячем є досить актуальним, адже все більше закладів дошкільної освіти впроваджують в роботу ігри спортивного характеру такі як: баскетбол, футбол, настільний теніс та ін. Про це свідчить ряд досліджень (Е. Адашкявічене, Е. Вільчковський, Л. Волошина, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, Ю. Єрмакова, О. Конох, О. Ковалевський, О. Курок, Т. Осокіна, В. Усаков, С. Цвек та ін.). Ці ігри сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової підготовки, комплексному розвитку фізичних якостей дошкільнят. Застосування елементів спортивних ігор у дошкільному віці закладає у дитини основу для систематичних занять одним із видів спорту у наступні роки.

Ігрова форма організації рухової діяльності дітей як стимулятор емоційного насичення формує мотивацію активної участі, забезпечує достатній рівень активності та якість виконання рухових дій. Той факт, що ігри з елементами спорту в основному проводяться на свіжому повітрі подвоює, а то і потроює оздоровчий вплив на організм дитини. Усе це підкреслює вагомість та доцільність використання ігор з елементами спорту в процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку.

За твердженням науковців, ігри з елементами спорту є одним із ефективних засобів фізичного удосконалення, формування в дітей дошкільного віку рухових умінь та навичок. Аналіз наукових джерел переконливо свідчить, що проводились, в основному, локальні наукові дослідження в межах відповідних ігор. Зокрема, у роботах Е. Адашкявічене розкривається зміст та методика навчання гри в баскетбол. О. Курок та Ю. Єрмакова визначають зміст і методику проведення занять з елементами футболу в закладах дошкільної освіти. У дослідженнях Г. Чепуркіної доведена ефективність використання елементів міні-гандболу з дітьми старшого дошкільного віку. Л. Волошина обґрунтувала можливості розвитку рухових здібностей старших дошкільників у процесі фізичного виховання засобами цілеспрямованого використання ігор з елементами спорту. О. Конох розробила авторську програму комплексного використання засобів спортивних ігор (міні-футболу, міні-баскетболу, міні-гандболу) для дітей 5-6 років, яка сприяє покращенню фізичного стану та підвищенню ефективності процесу фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. Незважаючи на значну кількість наукових робіт, присвячених проблемі навчання ігор з елементами спорту дітей старшого дошкільного віку до цього часу відсутні дослідження з розвитку витривалості у старших дошкільників засобом ігор з м'ячем.

Саме такий інтерес до ігор з м'ячем і спонукав до вибору теми дослідження: **«Розвиток влучності у дітей старшого дошкільного віку під час проведення ігор з м'ячем».**

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити систему роботи з розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку під час проведення ігор з м'ячем.

Об'єкт дослідження: процес розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження: система роботи з розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку під час проведення ігор з м'ячем.

Гіпотеза: припускаємо, що рівень розвитку влучності у старших дошкільників під час проведення ігор з м'ячем буде вищим за умов:

– систематичного проведення ігор з м'ячем під час занять з фізкультури;

– урахування рівня розвитку таких характеристик як координація рухів та орієнтація у просторі;

– використання елементів футболу та баскетболу під час прогулянки.

Досягнення поставленої мети зумовлене виконанням таких **завдань**:

1. Здійснити аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми розвитку влучності у старших дошкільників.

2. Охарактеризувати ігри з м'ячем, як один із основних засобів розвитку влучності у старших дошкільників.

3. Визначити рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку.

4. Розробити систему роботи з розвитку влучності у старших дошкільників в процесі проведення ігор з м'ячем та перевірити її ефективність.

Під час проведення дослідження будемо використовувати такі **методи**:

теоретичні: вивчення педагогічної літератури; аналіз педагогічних програм; узагальнення літературних джерел для написання висновків;

емпіричні: педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний та контрольний); якісна та кількісна обробка даних; цілеспрямоване спостереження; анкетування вихователів.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ВЛУЧНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ІГОР З М'ЯЧЕМ

1.1.Огляд літературних джерел з питань використання рухливих ігор під час роботи з старшими дошкільниками

Національна доктрина розвитку освіти вказує на необхідність використання різноманітних форм рухової активності та інших засобів фізичного вдосконалення, з метою збереження здоров'я громадян як найбільшої суспільної цінності. Одним із перспективних напрямів удосконалення системи фізичного виховання є пошук і наукове обґрунтування ефективних засобів і методів розвитку рухових якостей і здібностей дітей старшого дошкільного віку.

Останнім часом помітно знизився рівень фізичної підготовленості підростаючого покоління, що негативно впливає на ефективність навчальної, професійної, військової та інших видів діяльності молоді. Особливу тривогу викликає фізична підготовленість дітей дошкільного віку. Одним із важливих завдань фізичного виховання є розвиток рухової функції і вміння керувати своїми рухами.

Старший дошкільний вік – сприятливий період для розвитку і вдосконалення рухових і координаційних здібностей. У дошкільному віці у дітей відбувається швидке зростання, активне удосконалення функцій організму, настає сенситивний період для розвитку фізичних якостей, здібностей, серед яких чільне місце займає влучність. У старшому дошкільному віці закладаються основи культури рухів, успішно освоюються раніше невідомі вправи, формуються нові рухові навички. Майже всі показники рухових здібностей дитини демонструють високі темпи приросту. Найбільш інтенсивне збільшення спостерігається в показниках координації рухів, гнучкості, функції рівноваги [3].

Фізичне виховання як суспільне явище виникло на тому етапі розвитку суспільства, коли в ході еволюції людина перейшла від простого сприйняття природного середовища, до цілеспрямованої діяльності щодо його зміни. Необхідність працювати, виготовляти знаряддя праці, передавати наступним поколінням накопичені трудові вміння та навички, стала об'єктивною причиною виникнення виховання як особливої категорії суспільного життя.

На сучасному ж етапі розвитку суспільства фізичне виховання несе більш широкий спектр своїх функцій, не лише передавання знання про організацію полювання (як це було ще у давні часи), а й організацію фізичного розвитку дитини в умовах освітніх закладів та вдома.

Якщо говорити про розвиток суспільства в майбутньому, то варто дотримуватись думки А. Богуш, яка зазначала, що в сучасному суспільстві стан здоров'я дітей набуває неабиякого значення. Проблемою вивчення рухової активності дітей займалися ряд науковців: Е. Вільчковський, Н. Денисенко, О. Курок, Т. Дмитренко, П. Лесгафт, В. Ігнат'єв, М. Семашко, Б. Ашмарін, В. Заціорський, Л. Матвєєв та ін. [10].

Фізичне виховання дошкільників – це невід'ємна частина освітнього процесу в закладі дошкільної освіти. Можливо йому і надають найбільшого значення в своїй роботі з дітьми вихователі та інструктори з фізкультури. Метою фізичного виховання є – формування фізично досконалої людини, зміцнення здоров'я та підвищення її працездатності. Ця мета відображає суспільні та особистісні інтереси кожної людини. Вона реалізується у вигляді конкретних матеріальних показників: рівня здоров'я, фізичного розвитку, рухової підготовленості та творчого довголіття.

У старшому дошкільному віці у дитини відбуваються зміни всіх систем організму, цей вік найбільш сприятливий для формування у дітей практично всіх фізичних якостей і координаційних здібностей, які реалізуються в руховій активності. У цей час відбувається закладання основи для розвитку координаційних здібностей, а також оволодіння знаннями, уміннями і навичками у процесі виконання вправ на координацію.

Ігри – один із найпоширеніших засобів фізичного виховання. Розрізняють рухливі та спортивні ігри [13].

Рухливі ігри – важливий засіб всебічного виховання дітей дошкільного віку. Правильно підібрані рухливі ігри сприяють гармонійному розвитку дошкільників. Даний вид ігор задовольняє потребу організму дитини в русі, сприяють збагаченню їх рухового досвіду. За допомогою ігор у дошкільнят закріплюються та вдосконалюються різноманітні вміння і навички основних рухів (ходьба, біг, стрибки, рівновага), розвиваються такі важливі фізичні якості, як швидкість, спритність, витривалість та влучність [3].

З дітьми старшого дошкільного віку проводиться два види рухливих ігор – сюжетні ігри та ігрові вправи (несюжетні ігри). У старших вікових групах останні проводяться частіше за все у формі змагання між двома командами, або між кількома учасниками. Важливе місце у старшому дошкільному віці посідають ігри з елементами спорту: городки, настільний теніс, бадмінтон, баскетбол, футбол, хокей [21].

Проблемою вивчення використання ігор спортивного характеру займались ряд науковців: Е. Адашкявічене, П. Лесгафт, Е. Вільчковський, О. Курок, В. Фролов, Г. Юрко, Ю. Змановський та інші.

Вправи та ігри з м'ячем удосконалюють навички основних рухів дітей, розвивають м'язи рук, збільшують рухливість суглобів пальців та кисті. Вони сприяють розвитку точності, координації рухів, покращують рухову реакцію дітей, виховують витримку, впевненість і рішучість.

Якщо говорити про класифікацію рухливих ігор, за об'ємом фізичного навантаження вони бувають: великої, помірної та незначної рухливості. До ігор великої рухливості відносять ігри, в яких активно рухаються усі діти, а зміст становлять рухи великої інтенсивності. Ігри помірної рухливості містять основні рухи невеликої інтенсивності, їх характер спокійний. Ігри незначної рухливості передбачають участь невеликої кількості дітей або однієї дитини, інші діти – глядачі, рухи виконуються у повільному темпі. Більшість рухливих ігор доступні та корисні дітям різних вікових груп. Обираючи гру,

вихователь ставить мету, ураховує вік, руховий досвід дітей, тему тижня, етап формування рухової навички. Повторне проведення гри передбачає варіанти, або ускладнення правил. Добираючи гру, слід керуватися принципами активності, послідовності, концентричності, сезонності, диференційованого та індивідуального підходів.

На традиційних заняттях з фізичної культури у заключній частині планують ігри для закріплення й удосконалення рухів, що вивчалися на попередньому занятті. Заняття ігрового типу складаються виключно з рухливих ігор значної, незначної та помірної рухливості. Під час прогулянок доцільно організовувати ігри, які подобаються дітям, дотримуючись принципу варіативності [13].

Добирати рухливі ігри для старших дошкільників доцільно згідно з чинною програмою конкретного закладу дошкільної освіти з обов'язковою реалізацією оздоровлювальних, освітніх, розвивальних, виховних завдань [14].

Проаналізувавши завдання, які ставить перед вихователями програма для успішного фізичного розвитку дитини старшого дошкільного віку, можна сказати що рухливі ігри є основною передумовою становлення здорової та фізично розвиненої особистості дитини.

Підбираючи рухливі ігри для дітей старшого дошкільного віку вихователь бере до уваги той факт, що руховий досвід дітей цього віку є значно багатшим, якщо порівнювати з попередніми віковими періодами. У старшому дошкільному віці діти стають сміливішими, більш рішучими, люблять гратися в складні ігри. Шести-семирічні діти чекають підсумків гри, об'єктивної оцінки якості виконання рухів, дотримання правил, заслуженого схвалення. Оцінка дій, поведінки необхідна для виховання позитивних моральних і вольових якостей [12].

У старшому дошкільному віці діти вже достатньо фізично і розумово розвинені для того, щоб проводити з ними ігри з елементами спорту. Дані досліджень Е. Адашкявічене, Е. Вільчковського, О. Курка, Т. Осокіної,

М. Пустиннікової, передовий досвід фізкультурно-оздоровчої роботи закладів дошкільної освіти рекомендують використовувати у практиці роботи елементи ігор спортивного характеру [14].

Доцільно ширше застосовувати вправи, які сприяють розвитку сприйняття дитиною своїх рухів та положень тіла, диференціації м'язових відчуттів, тому, що на цій основі у дітей формується вміння керувати руховими діями. З цією метою дітям доцільно пропонувати виконувати вправи з конкретним руховим завданням (цільовою установкою), точно дотримуватись напрямку, амплітуди, швидкості та величини м'язових зусиль. Наприклад, метання предметів з намаганням влучити в ціль тощо. Це дає можливість «відчути» рухи при першому їх виконанні, а потім повторити таким же способом зі зміною цільової установки (наприклад, місце приземлення у стрибках у глибину змінюється). Цінність таких вправ у тому, що умови їх виконання постійно варіюються, що обумовлює формування пластичної навички, більшого її пристосування до обставин, що змінюються.

Удосконаленню здатності керувати своїми руховими діями сприяють вправи, виконання яких вимагає чіткої регуляції рухів у просторі та часі, регуляції м'язових зусиль. У цих вправах для дитини очевидний зв'язок між характером рухів (напрямком, швидкістю, тривалістю тощо) та його результатом. До них, наприклад відносяться: прокочування м'яча у «ворітця», влучання м'яча в ціль, різноманітні вправи з м'ячем («школа м'яча») та ін. Цьому також сприяють ігри естафетного характеру з подоланням перешкод (пролізання в обруч, підлізання під дугу), з перекиданням та ловінням м'яча («М'яч капітану», «Передав – стань» та ін.). Результативність подібних вправ та ігор залежить від чіткості довільного регулювання рухових дій та швидкості їх виконання.

Отже, працюючи з дітьми старшого дошкільного віку для їх успішного фізичного розвитку доцільно використовувати не тільки рухливі ігри а й ігри з елементами спорту. Так як діти цього віку уже достатньо розвинені і здатні виконувати складніші дії та завдання ніж діти у попередніх вікових періодах.

1.2. Характеристика влучності та її розвитку у старших дошкільників під час проведення ігор з м'ячем

Основний зміст фізичної культури у закладі дошкільної освіти становлять фізичні вправи: гімнастика, рухливі ігри та ігри з елементами спортивних ігор, спортивні вправи, найпростіший туризм [13].

Саме в дошкільному віці закладаються основи гармонійного розвитку особистості, її фізичні досконалості – основи здоров'я, довголіття, формується багато рухових навичок, розвиваються фізичні якості (спритність, швидкість, сила, влучність тощо). Своєчасне та успішне формування рухової функції людини, особливо в дошкільний період її життя, має першочергове значення для повноцінного фізичного розвитку.

Правильним фізичний розвиток – фізіологічний та педагогічний процес, спрямований на досягнення фізичної досконалості, зміцнення здоров'я, підготовку підростаючого покоління до дорослого життя та праці.

У процесі фізичного виховання створюються позитивні умови для успішного засвоєння дітьми стійких навичок поведінки. Зв'язок фізичного виховання з розумовим передбачає повідомлення дітям певних знань з фізичної культури, зокрема правил рухливих ігор, найраціональніших способів виконання рухів. Одним із основних засобів фізичного виховання дошкільників є рухливі ігри. Вони сприяють формуванню та вдосконаленню життєво необхідних рухів, всебічному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я дитини, вихованню позитивних моральних та вольових якостей [32]. З особливою чіткістю виявляється зв'язок фізичного виховання з трудовим, адже в основі трудової діяльності лежать різноманітні рухи. Удосконалення рухового апарату дитини підвищує працездатність організму; розвиток фізичних та вольових якостей сприяє практичній та психологічній підготовці дошкільників до високопродуктивної праці в майбутньому.

Під час виконання фізичних вправ удосконалюються функції аналізаторів: зорового, слухового, рухового. Чіткішими стають оцінки простору, у дітей розвивається почуття ритму, підвищується точність і

чіткість рухів та ін. Якщо говорити про старших дошкільників, то можна сказати що в цьому віці діти уже здатні виконувати більш складніші вправи та рухи, ніж на попередніх вікових етапах свого розвитку.

Діти старшого дошкільного віку – це діти віком від 5,5 до 6,5 років. У цьому віці для дітей характерна висока потреба в руховій активності. Їх антропометричні дані та фізична підготовленість – дозволяє грати у активні ігри та ігри спортивного характеру.

Влучність – це здатність влучати в ціль при будь якій маніпуляції предметом. У дошкільників влучність можна визначити за допомогою кидання м'яча в ціль, забивання його у ворітця або прокочування, метання мішечків. Розвивати влучність можна за допомогою рухливих ігор, ігор з м'ячем та ігор спортивного характеру. Влучність тісно пов'язана з окоміром. Окомір – це здатність дитини визначити відстань до предмета без спеціальних приладів. Також важливими передумовами розвитку влучності є орієнтування у просторі та координація рухів, вміння узгоджувати свої рухи з поставленими перед дитиною завданнями.

Влучність має наступні основні компоненти:

- прийняття пози;
- прицілювання;
- налаштування дихання;
- виконання кидка або удару .

Прийняття пози – забезпечує стійке положення тіла, створює сприятливі можливості для умовно-рефлекторних змін багатьох вегетативних функцій. При підготовці до виконання руху співвідношення активності м'язів забезпечує ефективне використання не тільки м'язової системи, але і опорно-рухового апарату в цілому. Правильний розподіл точок опори в прийнятій позі дозволяє дитини виконати необхідний рух правильно і якомога краще.

Прицілювання – наступний компонент влучності. Його особливістю є поєднання максимального ступеня концентрації збудження в корі великих півкуль з розвиненим диференційованим гальмуванням при наявності

функціональної системи взаємозв'язку, яка не порушується з появою міцної робочої домінанти. Успішність прицілювання визначається умовами виконання завдання, підготовленістю займається і кінцевою метою. Влучання у задану ціль забезпечується оптимальним поєднанням сили кидка, траєкторії польоту предмета, узгодженість і точність рухових дій при хорошому окомірі.

Налаштування дихання – полягає у вмінні дитиною правильно робити вдих та видих відповідно до того, яке в подальшому завдання стоїть перед нею. Кидок або удар доцільно та правильно робити на видиху, а перед тим як прицілюватись потрібно глибоко вдихнути. З потраплянням великої кількості кисню в організм дитини, вона краще орієнтується у виконанні завдання, буде більш старанною та в подальшому правильно виконає ту чи іншу вправу. Якщо ж перед прицілюванням дихання дитини зіб'ється, і воно відбудеться на видиху, то швидше за все дитина не влучить у мішень і провалить завдання. Тому для розвитку влучності вміння керувати своїм диханням, налаштовувати його та відновлювати є дуже важливим компонентом.

Виконання кидка або удару – наступний компонент влучності, який в різних видах фізичних вправ проявляється по різному. Кидок має проводитись правильно, відповідно до поставленого завдання та відповідним способом. Це основний компонент, адже він і показує влучність. Чим правильніше дитина виконає кидок або удар, тим точніше влучить вона у ціль, або ж не влучить зовсім.

Завершення кидка вимагає найбільш високої координації і оптимальних зусиль в даний конкретний момент. Тому облік специфічного прояву даного компонента влучності дозволяє домагатися більш ефективної методики підготовки займаються [7].

Орієнтування у просторі – це вміння дитини правильно розуміти значення прийменників під, над, за, перед, тощо, розрізняти напрямки руху, сторони ліво-право тощо. Координація – це процеси узгодження активності

м'язів тіла, спрямовані на успішне виконання рухового завдання, тобто це здатність здійснювати точні цілеспрямовані рухи. Всі ці характеристики фізичного розвитку дитини доцільно розвивати під час ігор з м'ячем, адже, що як не м'яч допоможе дитині всебічно розвиватись. Найефективнішою формою навчання дошкільників спортивним іграм є спеціально організовані заняття та прогулянки. Заняття спортивними іграми та вправами направлені, перш за все, на зміцнення здоров'я, покращення фізичної підготовки дітей, задоволення їх біологічної потреби в русі [1].

Дослідження фізіологів показують: організовуючи фізичне виховання необхідно враховувати малий резерв збільшення систолічного викиду серцем крові у дітей. Тому, визначаючи фізичне навантаження для кожної дитини, необхідно орієнтуватися насамперед на частоту серцевих скорочень (ЧСС). Іншою особливістю реагування дитячого організму на фізичне навантаження є слабка переносимість рухової гіпоксії (кисневого голодування). Ось чому при роботі з дітьми слід пам'ятати, що потужність фізичного навантаження, що задається дитині, необхідно збільшувати дуже обережно і поступово. Однак С. Громбах і Г. Юрко констатують доступність, сприятливий вплив на дитячий організм субмаксимальних навантажень. Оптимальною, на їх думку, є потужність фізичного навантаження, відповідна верхній межі вікових можливостей дітей [33].

Відновлювальний період в дошкільному віці має свої особливості, які виражаються в меншій (в порівнянні з більш старшими дітьми та дорослими) швидкості протікання відновних процесів, що вимагають достатнього відпочинку. Дослідженнями показано, що це вірно лише по відношенню до значних фізичних навантажень. А при малій та середній інтенсивності роботи відновні процеси протікають навіть набагато швидше, ніж у дорослих, очевидно, за рахунок більшої мобільності вегетативних систем. Відновлювальний період неоднаковий у всіх дітей і пов'язаний з рядом індивідуальних особливостей, рівнем їх фізичної підготовки.

У старшому дошкільному віці доцільно використовувати складніші рухливі ігри та ігри спортивного характеру під час занять та прогулянок. На цьому віковому етапі часто на заняттях використовують ігри з елементами спорту – найчастіше це баскетбол та футбол. У холодну пору року може бути хокей, але це за умови наявності необхідного обладнання у закладі дошкільної освіти.

Для ефективного використання дій з м'ячем як складової частини рухової діяльності дітей старшого дошкільного віку необхідно перш за все знання змісту і структури доступних дітям прийомів, способів володіння м'ячем і особливостей їх формування.

У дітей старшого дошкільного віку при систематичному навчанні значно поліпшуються навички володіння м'ячем. Вони вільно його тримають, передають, кидають. Діти вмюють стежити за польотом м'яча і спрямовуються в бік м'яча, який на них летить, намагаючись зловити його. Такі рухи з м'ячем, як кидання один одному, ловля, кидання в ціль, у дітей старшого дошкільного віку стають правильнішими, вільнішими порівняно з молодшими дітьми, досягають певного рівня досконалості. Тому на базі вже наявних рухів з'являється можливість формувати досить складні дії з м'ячем, навички виконання їх певними способами.

Дитина старшого дошкільного віку може зрозуміти сутність колективної гри з м'ячем, мету і правила її. Під час гри він повинен вміти визначити відстань, траєкторію польоту м'яча, його вагу і пружність, вміти орієнтуватися на майданчику, знаходити більш зручне місце для ведення гри. Формування цих умінь надзвичайно важливе для організації доцільної взаємодії дітей при лові, киданні, передачі, ведення і інших діях з м'ячем. Рухлива гра з м'ячем вимагає певної напруги розумової діяльності дітей: аналізу ситуації, прийняття рішення, відповідного до обстановки, передбачення можливих дій противника. Отже, в рухливій колективній грі створюється супідрядність різноманітних мотивів дій. Все це вказує на те, що старшим дошкільникам цілком доступні ігри, які готують їх до гри в

баскетбол [2]. А такі вищезазначені характеристики фізичного розвитку як влучність, окомір та координація рухів – добре розвиваються під час ігор з м'ячем.

Гра в баскетбол – командна, спільні дії гравців в ній обумовлені єдиною метою. Вона складна і емоційна, включає в себе швидкий біг, стрибки, метання, здійснювані в оригінально придуманих комбінаціях, що проводяться при протидії партнерів по грі. Баскетбол відрізняється від рухливих ігор більшою визначеністю. Склад команд обмежується встановленим числом учасників, а тривалість гри певним часом. Вона має встановлені правила, які визначають точність рухових дій, проводиться за участю судді. Обов'язковими є правильна розмітка майданчика, відповідне обладнання та інвентар.

Дуже важливо в грі правильно тримати м'яч. Вихідне положення – тримати м'яч на рівні грудей двома руками. При цьому руки повинні бути зігнуті, лікті опущені вниз, кисті рук збоку м'яча, пальці широко розставлені.

Необхідно вчити дітей зустрічати м'яч руками якомога раніше. Дитина слідкує за польотом м'яча і, як тільки м'яч торкається до кінчиків пальців, повинна захопити його і підтягнути до себе. При цьому одночасно потрібно зігнути ноги так, щоб прийняти вихідне положення.

Найважливішим принципом відбору змісту для початкового навчання прийомам гри в баскетбол дітей дошкільного віку є виділення тих дій з м'ячем і без нього, які складають основу техніки будь-якої рухливої і спортивної гри з м'ячем. Доступні дітям старшого дошкільного віку ігри дають найбільш ефективний результат у вирішенні ігрових завдань. Відібрані для розучування дії повинні забезпечити відповідність необхідного для їх засвоєння напруження сил з рівнем розвитку дітей, які займаються [2]. Для успішного засвоєння правил та відпрацювання вмінь гри у баскетбол, потрібно вивчити ряд технік: техніку переміщення по ігровому майданчику,

техніку утримування м'яча, техніку ловіння і передачі м'яча, ведення м'яча та кидок м'яча в кошик.

Одночасно з ловінням м'яча необхідно навчати дітей передачі його обома руками з місця, а потім в русі. Під час передачі дитина повинна описати м'ячем невелику дугу до тулуба вниз – до грудей і, розгинаючи руки вперед, від себе кинути м'яч активним рухом кисті, одночасно розгинаючи ноги.

Кидки м'яча в кошик (двома від грудей, однією від плеча). Кидати м'яч в кошик обома руками від грудей слід з такого вихідного положення як під час передачі м'яча. Утримуючи м'яч на рівні грудей, дитина повинна описати ним невелику дугу вниз на себе, і виправляючи руки вгору, кинути його з одночасним розгинанням ніг. Кисть і пальці при цьому направляють м'яч в кошик.

Кидок м'яча в кошик після ведення або після його ловлі, частіше виконуються однією рукою від плеча. Під час кидка одна нога виставляється на пів кроку вперед. М'яч знаходиться на долоні зігнутої в ліктьовому суглобі руки, яка кидає і підтримується іншою рукою. Розгинаючи ноги з одночасним виправленням руки з м'ячем вгору-вперед, дитина м'яким рухом кисті направляє м'яч в кошик.

Для того, щоб гра в баскетбол була успішною та результативною, потрібно відпрацьовувати кидок м'яча а в кошик та передачу від одного гравця до іншого. Без розвитку влучності, точного кидка не буде. А без точного кидка в кошик не буде перемоги для команди. Тому, доцільно, перш ніж грати в баскетбол – грати в ігри на розвиток влучності та окоміру. Якщо говорити про індивідуальні особливості дітей оволодіння дітьми дій з м'ячем, то варто відзначити, що є діти, яким легко даються ці дії, а є діти, у яких все навпаки. Діти у яких більш скоординовані та точні рухи, які швидше реагують на сигнали, і вміють оцінювати ситуацію, яка склалася на майданчику, швидко опановують правильну техніку дій з м'ячем. Їм досить показати, пояснити і дати можливість потренуватися в діях, і уже після 2-3

занять діти зможуть виконувати основні рухи гри. У процесі подальших вправ ці діти зможуть не тільки виконувати такі ігрові моменти як кидки м'яча в кошик та передача його, а й правильно рухатись по ігровому майданчику, оцінювати свою позицію на ньому [2].

Проте, частина дітей значно важче набувають навичок правильного володіння м'ячем. Не координованість рухів, особливо повільна реакція на рух іншого учасника гри або на рух м'яча який летить, значно сповільнюють темпи оволодіння дитиною вмінням грати в баскетбол. З такими дітьми доцільно проводити більше ігор на розвиток особистісних якостей, також важливо зацікавлювати їх грати в командні ігри. Доцільно також використовувати індивідуальні змагання, при цьому трохи спрощувати завдання дитині яка слабше володіє тими чи іншими навичками.

Також при роботі з дошкільниками спрямованій на розвиток влучності доцільно використовувати футбол. Діти 5-6 років вже мають певну готовність до оволодіння нескладних елементів футбол, на основі рухових навичок, які формуються у них у процесі проведення рухливих ігор у попередніх вікових групах. Ігри з елементами футболу сприяють розвитку таких якостей як: швидкість, спритність, витривалість, влучність та ін., вони також утворюють сприятливі умови для подальшого їх удосконалення. Застосування цих засобів у вихованні дітей старшого дошкільного віку дозволяє всебічно впливати на м'язової, удосконалення серцево-судинної та дихальної систем. Граючи у футбол діти удосконалюють навички з основних видів рухів: ходьба, біг, стрибки. При цьому пересування по майданчику під час гри вправляє дитину у ходьбі та бігу різними способами (зі зміною напрямку та швидкості, з раптовими зупинками, стрибках поштовхом однієї або обох ніг, співвідношення стрибків з напрямком польоту м'яча та ін.) Проведення вправ з елементами футболу також позитивно впливає і на загартування організму дитини [29].

Грати у футбол можна на майданчику (від 8x10 до 20x40) залежно від кількості гравців у командах. Майданчик для гри має бути відповідно

розміченим, м'яч може бути або волейбольний (вага 200 – 260 г. 66 см.), або гумовий (200 г. 15-20 см.). Передусім діти мають оволодіти найпростішими прийомами гри: передавати м'яч одне одному, в парах (відстань 3-4 метри), правою та лівою ногою, обводити м'яч навколо предметів, змієюю, вести м'яч 5-6 м і забивати його у ворота правою та лівою ногою, зупиняти м'яч, який котиться по землі внутрішньою стороною ступні. Вихователь під час гри стежить, щоб діти ставилися один до одного доброзичливо, чесно, не вступали в конфлікти [4].

Грати у футбол з дітьми можна як на заняттях з фізкультури, так і під час прогулянки на майданчику. Особливо сприятливо це робити у теплу пору року, коли діти проводять більше часу на свіжому повітрі. Заняття з елементами футболу проводяться за загальноприйнятою структурою занять з фізичної культури. Пояснення елементів гри мають бути чіткими та зрозумілими для дітей. З розширенням рухового досвіду дошкільники сприймають словесні пояснення без показу вправи, особливо, якщо вона їм вже відома. До показу деяких елементів футболу доцільно залучати дітей, які мають добру рухову підготовку. Деякі з них також залучаються до суддівства двосторонньої гри у футбол у підготовчій до школи групі. Ігри із складними правилами та організацією доцільно розучувати під час прогулянок, це допоможе раціонально витратити час, поведений на основну частину заняття [27].

Удари по м'ячу становлять основу техніки гри у футбол. За допомогою ударів ногою гравці передають м'яч партнеру, б'ють по воротах, здійснюють ведення м'яча та інші дії.

Удари по м'ячу ногою виконуються серединою підйому, внутрішньою і зовнішньою частиною підйому, внутрішньою стороною стопи, носком та іншими частинами стопи та тіла. Футболіст, готуючись до удару, за рахунок вільного замаху накопичує певну енергію (нога дуже відводиться назад, а потім починає рух вперед дуже згинаючись).

Удари можуть виконуватися по нерухомому м'ячу який котиться, летить. Прийоми м'яча здійснюються підшвою, внутрішньою і зовнішньою стороною стопи, підйомом, носком і головою.

Для зупинки м'яча який котиться підшвою гравець зустрічає його ногою, злегка зігнутою в коліні і винесеною вперед (носок піднятий, п'ятка опущена), потім м'яч накриває підшвою, носок опускається і притискається до землі.

Приєм м'яча внутрішньою стороною стопи, м'яча який котиться назустріч, виконується так: дитина повертає ногу носком назовні, вага тіла переноситься на опорну ногу і в момент доторкування до м'яча відводить ногу трішки назад.

Приєм м'яча зовнішньою стороною стопи, використовується у випадках, коли м'яч падає збоку від гравця. Зупинку м'яча виконують зігнутою ногою, винесеною попереду опорної. Права нога, зігнута в коліні з опущеною п'яткою і піднятим носком, виноситься вперед-вліво, ліва-вперед-вправо. Приєм м'яча здійснюється в момент його приземлення.

Ведення м'яча здійснюється послідовним штовханням зовнішньою і внутрішньою частиною підйому, внутрішньою стороною, серединою підйому або носком, однієї або по чергово то правою, то лівою ногою. В залежності від ігрової ситуації дитина при веденні м'яча намагається не відпускати м'яч від себе або посилає далі вперед. Якщо суперник близько, удари виконуються в нижню частину м'яча, якщо далеко в середину м'яча.

Під час відбирання м'яча необхідно наблизитися до гравця, який володіє м'ячем, і коли він втратить контроль над м'ячем, послати ногу назустріч м'ячу. Необхідно попередити дітей, щоб вони грали обережно, тому що можна отримати травму.

Вкидання м'яча із-за бокової лінії здійснюється так: дитина бере м'яч обома руками, пальці розставлені, ноги стають в положення невеликого кроку або паралельно. Відхилившись назад, дитина швидко кидає м'яч, випрямляючи руки.

В ході гри воротар майже не стоїть на місці: він ловить м'яч, відбиває його, захищає ворота, кидає спійманий м'яч на поле або веде його ногою, якщо є можливість просунути вперед.

Під час рухових ігор з м'ячем і самої гри у футбол діти вчать володіти м'ячем, бачити м'яч, партнерів по грі і розміщення захисників. Вони повинні вчитися вибігати на вільне місце для отримання м'яча і не ганятися усім за м'ячем.

М'яч вважається забитим у ворота, якщо він повністю пройшов лінію воріт між стояками під перекладиною і якщо при цьому не були порушені правила гри. Команда яка забила більшу кількість м'ячів, вважається переможцем. Якщо не забито жодного м'яча або обидві команди забили однакову кількість м'ячів, гра вважається закінченою внічию.

Гравці мають право вести м'яч ногою, передавати його (ногами) товаришам по грі, забивати м'яч у ворота. Завдання гравців протилежної команди - не пропустити супротивника до своїх воріт і не давати забити м'яч. Всі дії з м'ячем виконуються тільки ногами. Торкання м'яча головою або тулубом не вважається помилкою, а руками торкатися м'яча дозволяється тільки воротарю.

Отже, якщо говорити про влучність, як особистісну характеристику дошкільників та її розвиток, то можна сказати, що у роботі з дітьми старшого дошкільного віку, доцільно використовувати ігри з елементами спорту, а саме футбол та баскетбол, так, як ці ігри не потребують особливих умов організації. Вони є не досить складними у організації та без особливого інвентарю.

1.3. Особливості використання ігор з м'ячем у старшому дошкільному віці

Рухливі ігри – важливий засіб фізичного виховання дітей дошкільного віку. Правильно підібрані ігри сприяють розвитку організму дошкільників. Різноманітні рухи й дії дітей під час гри, при вмілому керівництві ними

позитивно впливають на серцево-судинну, дихальну та інші системи організму.

Серед розмаїття рухливих ігор особливе місце займають вправи та ігри з м'ячем. Упродовж багатьох століть це кулеподібне пружне знаряддя є предметом захоплення усіх дітей [12].

Ігри з м'ячем – це спортивні чи інші ігри, в яких використовують м'яч. У більшості ігор з м'ячем метою гри є вдарити, кинути, відбити м'яч певним чином. Цей вид рухливих ігор позитивно впливає на розвиток влучності, окоміру, швидкості, спритності, уваги та інших особливостей дитини.

М'яч – улюблена, одна з перших дитячих іграшок, з якою дитина вправно маніпулює. М'яч дитина хапає, розглядає, кидає, котить, ловить, просить дати. Значна частина дітей ще до двох років вправно котить м'яч правою, або лівою ногою. Діти обирають м'яч для гри кожного дня, просять м'ячі різного розміру для самостійних ігор. У період дошкільного дитинства розвиваються і вдосконалюються зорова, рухова координація, тактильна й кінестетична чутливість. Ігри з м'ячем зміцнюють центральну нервову систему. Катання по підлозі в різних напрямках м'ячі різного діаметра, відштовхування й кидки м'яча урівноважують процеси збудження та гальмування. З розвитком швидкісно-силових якостей, більш якісного відчуття рівноваги й окоміру вдосконалюються вміння й навички метання на дальність і в ціль. Діти у процесі ігор, ціляться, відбивають, підкидають, перекидають, поєднують рухи з оплесками, поворотами. Це активізує діяльність кори головного мозку. Вправи з м'ячем – це насамперед предметні дії. Роль предметних дій для розвитку здібності управління рухами досить суттєва. На думку С. Рубінштейна, для таких дій, які націлені на певний предмет, потрібні оволодіння рухом, точність і координація різноманітних його компонентів, необхідних для такої дії, у процесі якої вони і виробляються. Основна причина захоплення іграми з м'ячем – різноманітність дій, які потребують точності й узгодженості, а в парних і групових іграх – у безкінечному розмаїтті ситуацій, які потребують

швидкості реакції, спритності, винахідливості, кмітливості. Саме ця постійна новизна в реалізації рухових завдань різного рівня складності з оперативною і наочною інформацією про результати своїх дій робить заняття цікавими і високоемоційними. До того ж вправи з м'ячем динамічні. Адже це кругле, пружне знаряддя за відсутності досвіду може бути і неслухняним [37].

Як було зазначено вище, з дітьми дошкільного віку проводять три види рухливих ігор: сюжетні ігри, ігрові вправи (несюжетні ігри) та ігри з елементами спорту (городки, настільний теніс, бадмінтон, баскетбол, футбол, хокей). Ігрові вправи та ігри з елементами спорту включають у себе використання певного інвентарю, зокрема м'яча. Оскільки ігрові вправи та сюжетні ігри застосовують в усіх вікових групах, то організація і методика їх проведення мають багато спільного. Досвід показує, що оптимальні умови для досягнення позитивних результатів у розвитку рухів дошкільнят створюються при поєднанні конкретних рухових завдань у формі ігрових вправ, які спрямовано здебільшого на чіткіше виконання певних рухових дій та сюжетних ігор, у процесі яких рухи, засвоєні дітьми раніше, вдосконалюються в різних умовах [12].

Якщо говорити про особливості застосування ігор з м'ячем, то важливо зазначити що в ранньому віці діти грають у простіші за своїм змістом ігри з м'ячем, а по мірі того як вони ростуть правила та хід ігор поступово ускладнюється. М'яч є незамінним атрибутом у ігровій діяльності дітей будь якого вікового періоду.

В грі, як у рухливій так і у спортивній, сприйняття простору виступає в своїх основних формах: безпосередній, пізнавально-сенсорній, чуттєво-образній і опосередкованій (логічне мислення) [12]. Наприклад, самостійний вибір дитиною напрямку руху чи виконання рухів у напрямі суворо виділеним правилам гри, потребують з однієї сторони, негайної оцінки ігрової ситуації (безпосередньо сприймаючої) і зоро-моторної реакції (ігрові дії), з іншої – усвідомлення і уявлення власних дій в даному просторово-ігровому середовищі і вияві тієї ж зоро-моторній реакції. В рухливій та

спортивній грі ці два компоненти взаємодіють. Правила гри сформовані педагогом, створюють необхідну попередню просторову орієнтацію для дій і рухів дитини; в той же час несподівані зміни в ігровій ситуації (у зв'язку з діями ведучого чи сигналами) порушують план дій і потребують більш складнішої, миттєвої реакції дітей і їх просторової орієнтації.

Така реакція визначається рівнем розвитку у дитини здатності пристосовувати свої дії і рухи до оточуючого середовища. В цьому дитині повинен допомогти вихователь, поступово привчаючи її у відповідності з урахуванням ігрової обстановки і необхідністю досягнути поставленої мети. Наприклад, при проведенні однієї і тієї ж гри в умовах обмеженого і необмеженого простору дитина чи використовує уміння швидко і далеко утікати від ведучого, чи проявляє спритність і впевненість в безпосередній від нього близькості.

Уміння орієнтуватись в просторі, в оточуючих умовах допомагає цілеспрямоване створення перешкод на шляху до виконання ігрового завдання. Це виробляє у дітей здатність самостійно вибрати кращий спосіб дій з опорою на достатньо вже розвинені окомірні оцінки відстані і врахування часу виконання дій.

Діти раннього віку – це діти 1-3 років. Основною метою під час рухливих ігор з м'ячем з дітьми даного вікового періоду є: навчити дітей тримати в руках предмети круглої форми та різного розміру. Тому і гри потрібно підбирати відповідно до фізичного розвитку дітей. Для дітей віком 1-2 роки цікавим є кидання та прокочування м'яча, а зі старшими дітьми (3-й рік життя), доцільно використовувати складніші завдання: влучати у кошик, прокочувати у ворітця певного розміру, приносити та класти м'яч у вказане місце [Ошибка! Источник ссылки не найден.].

Особливості використання ігор з м'ячем у молодшому дошкільному віці.

Молодший дошкільний вік – це віковий період від 3 до 4 років. В цьому віці доцільно розвивати активність та творчий потенціал дошкільників

у процесі рухової активності. Організувати ігри з правилами, спонукати дітей дотримуватись цих правил під час гри, ускладнювати маніпуляції з м'ячем. У цьому віці доцільно удосконалювати вміння дітей ловити та кидати м'яч різного розміру. Під час таких ігор, доцільно все докладно і чітко пояснювати, як правильно кидати, ловити, тощо [16].

Особливості використання ігор з м'ячем у середньому дошкільному віці.

Дошкільник середньої групи – це дитина віком 4-5 років. У цьому віці дітей уже можна привчати до дій за сигналом. Також потрібно продовжувати розвивати активність дітей під час ігрової діяльності, розвивати швидкість, спритність та силу під час ігор з м'ячем, а також вміння орієнтуватись у просторі. Виховувати активність та ініціативність під час ігор у вже знайомі ігри[5].

Особливості використання ігор з м'ячем у старшому дошкільному віці.

Старший дошкільний вік – 5-6 років. Діти цього вікового періоду уже досить дорослі для того, щоб самостійно організувати знайомі для них ігри, проявляючи при цьому ініціативу і творчість. Під час роботи з дітьми старшої групи доцільно виховувати у них бажання приймати участь у іграх з елементами змагання. Також старші дошкільники можуть грати у ігри з елементами спорту з використанням м'яча – футбол, баскетбол, настільний теніс та ін. [16] Особливе значення мають вправи з м'ячем у розвитку «ручної спритності». Різноманітність дій у передачі, перекочуванні, кидках і ловінні м'ячів однією і двома руками створюють позитивний вплив на розвиток швидкості, сили, спритності й точності рухів рук, кистей і пальців, якими в побуті і в навчанні дитина виконує основні операції. Мистецтво вправних рухів з м'ячем формується в різних видах спорту. Для волейболу характерні відбивання, точна передача партнерові, удари м'яча. Баскетбол, це точність кидка м'яча в кошик з різної відстані й розміщення, частіше в умовах протидії, швидких переміщень із веденням або ловінням м'яча, передачі м'яча різними способами партнерам. Гандбол, це – влучні й сильні

кидки по воротах, зі стрімким розігруванням м'яча для прориву оборони. У футболі – точні передачі м'яча, прийоми його правою, чи лівою ногою, головою або грудьми, ведення м'яча й обведення суперників, точні удари по воротах. У тенісі й настільному тенісі – майстерність спрямованих ударів за допомогою ракетки на половину майданчика або стола суперника, змінюючи силу цих ударів і надаючи м'ячу обертів у різні сторони. У художній гімнастиці потрібно не тільки спритно обігравати м'яч, перекочуючи його по тілу і рукам, підбиваючи, підкидуючи й підхоплюючи на льоту, але і поєднувати рухи предмета зі складними гімнастичними елементами. Окрім вправ з кочення, кидання, ловіння, відбивання м'яча, з дітьми повинні виконуватися вправи для розвитку окоміру.

Під час рухових дій із м'ячем формуються основні рухи. Дії з м'ячем – своєрідна комплексна гімнастика, у ході якої удосконалюються навички не тільки кидання, кочення, ловіння, метання на дальність і в ціль, але і різні види ходьби, бігу, стрибків і лазіння. Вправи з м'ячем надзвичайно динамічні. Під час їх виконання діти виконують нахили, повороти, випадки, присідання, перебіжки, щоб вхопити або підняти м'яч. В активну роботу включається значна кількість м'язів, що сприяє поліпшенню діяльності й розвитку серцево-судинної і дихальної системи, поліпшенню обмінних процесів в організмі й підвищенню працездатності. Навіть звичайне підкидання м'яча вгору викликає необхідність випрямлення, що сприятливо впливає на формування звичної правильної постави дітей. У дошкільників ще недостатньо сформована здатність до точних рухів, тому будь-які рухові дії з м'ячем позитивно впливають на розвиток цієї здібності.

В спортивних іграх діти набувають правильних навичок, відповідаючи загальним потребам техніки спортивних ігор, що виключає переучування в подальшому і є важливим для підготовки до школи [25]. Для підведення дітей до спортивних ігор важливі навички вільного володіння м'ячем. Дії з м'ячем розвивають необхідні уміння – зловити, впіймати і утримати, кинути м'яч,

визначаючи напрям кидка, його силу, уміння правильно орієнтуватись у просторі [24].

Спортивна гра має чітко окреслені правила. Існують вимоги щодо території проведення таких ігор (розмір полів, воріт, тощо). В свою чергу дитина має швидко орієнтуватись не лише в просторі, а відповідно установлених правил. Елементи спортивних ігор, які розучують старші дошкільники є дуже схожими до ігор дорослого типу, але дещо спрощенні правила для того щоб діти могли успішно підготуватись фізично до гри у такі ж ігри спортивного характеру в які грають дорослі [11].

Велику роль у всебічному вихованні дітей дошкільників відіграють спортивні ігри. Вони підбираються з розрахунком віку, стану здоров'я, індивідуальних здібностей і інтересів дитини. В них використовуються лише деякі елементи техніки спортивних ігор, доступні і корисні дітям дошкільного віку. На основі цих, розучених дітьми, елементів можуть бути організовані ігри, які проводяться по спрощеним правилам [17].

Спортивні ігри укріплюють великі групи м'язів, розвивають психофізичні якості: силу, швидкість, гнучкість, витривалість. Під час спортивних ігор у дитини підвищується розумова активність, орієнтація в просторі, розвивається дотепність, швидкість мислення, відбувається усвідомлення власних дій. Дитина вчиться узгоджувати свої дії з діями товаришів; у неї виховується стриманість, самоконтроль, відповідальність, воля і сміливість, збагачується сенсомоторний досвід, розвивається творчість [22].

Вкрай важливо враховувати розвиваючу роль радості, сильних переживань, не гаснучого інтересу до результату гри [37]. Спортивні ігри збагачують словниковий запас, знімають нервову напругу, допомагають вільному вираженню емоцій [30].

Ігри з м'ячем розвивають великі й дрібні м'язи обох рук, покращують рухливість суглобів пальців і кистей, що важливо для дітей старшого дошкільного віку, яких готують до навчання у школі. Чим різноманітніші

рухи пальців і кистей, тим більше «рухових сигналів» надходить до мозку, а значить тим інтенсивніше накопичується інформація. Рухи рук сприяють розвитку мовлення дітей. Ділянки кори головного мозку, які відповідають за артикуляцію органів мовлення і дрібну моторику пальців рук, розташовані в одному іннерваційному полі. Відповідно нервові імпульси, які прямують до кори головного мозку від рук, які рухаються, стимулюють мовленнєві зони, підсилюють їх активність. Кожен спосіб дії з м'ячем може здійснюватися як в русі, на місці, так і зі зміною напрямку. В колективних іграх з м'ячем створюються сприятливі умови для виховання позитивних моральних якостей і вольових рис. Запам'ятовуючи правила гри, дитина усвідомлює, успіх в командній грі. Ігри з м'ячем долають егоїзм, виховують витримку. Необхідність приймати виважені рішення, правильно реалізовувати їх у грі, сприяє вихованню рішучості й упевненості. Рухливі ігри, естафети з м'ячами дають можливість кожній дитині відчувати важливість участі у спільних діях, допомогти один одному досягати результату й успіху. Заняття з м'ячами можуть проводитися як в спортивній залі, так і на ігрових майданчиках на відкритому повітрі.

М'яч за своїми властивостями багатофункціональний, і тому може використовуватися під час занять як предмет, опора, орієнтир, перешкода. Для розвитку відчуття рівноваги діти балансують на набивному м'ячі; ходять по гімнастичній лаві, відбиваючи м'яч. М'яч – незамінний засіб у роботі з профілактики плоскостопості [42].

Отже, можна сказати, що ігри з м'ячем можна проводити з дітьми будь якого віку, але при цьому у процесі гри доцільно правильно підбирати ігрове завдання, враховувати вік дітей та їх фізичні можливості.

ВИСНОВОК ДО РОЗДІЛУ 1

Отже, якщо говорити про старший дошкільний вік, то можна сказати, що це діти віком 5-6 років, які мають сформовані рухові навички, і досягнули уже того вікового періоду, коли їх доцільно вчити чомусь складнішому ніж зазвичай.

Фізичне виховання дошкільників – це невід’ємна частина освітнього процесу в закладі дошкільної освіти. Можливо йому і надають найбільшого значення в своїй роботі з дітьми вихователі та інструктори з фізкультури. У процесі фізичного виховання формується здоровий організм дитини. Основою фізичного виховання є вивчення та вдосконалення основних рухів таких як: ходьба, біг, стрибки. У віковій групі 5-6 року життя ці основні рухи є достатньо сформованими, тому доцільно дітей вчити чомусь новому та більш цікавому. У своїй роботі ми зупинились на понятті влучності, та її розвитку під час ігор з м’ячем. Влучність – це здатність потрапляти в ціль при будь якій маніпуляції предметом. Особливо продуктивно та добре, вона розвивається під час ігор з м’ячем та рухливих ігор. Взагалі влучність починаємо розвивати не тільки у дітей старшого дошкільного віку, а з самого початку відвідування дитиною закладу дошкільної освіти. Існує ряд ігор, які використовують вихователі у своїй роботі під час розвитку влучності дітей. Для того щоб розвивати влучність, вихователю потрібно подбати про ряд і супутніх її характеристик, таких як окомір та координація рухів. Якщо говорити про старшу групу, то тут уже можливе і використання ігор елементами спорту: футболу та баскетболу.

Гра в баскетбол – командна, спільні дії гравців в ній обумовлені єдиною метою. Вона складна і емоційна, включає в себе швидкий біг, стрибки, метання, здійснювані в оригінально придуманих комбінаціях, що проводяться при протидії партнерів по грі. Баскетбол відрізняється від рухливих ігор більшою визначеністю.

Також при роботі з дошкільниками спрямованій на розвиток влучності доцільно використовувати футбол. Ігри з елементами футболу сприяють розвитку таких якостей як: швидкість, спритність, витривалість, влучність та ін., вони також утворюють сприятливі умови для подальшого їх удосконалення. Такі різновиди організації освітньої діяльності дошкільників позитивно впливають на розвиток влучності та окоміру малюків, і вони є передумовою формування добре фізично розвинених особистостей дітей.

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ВЛУЧНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ІГОР З М'ЯЧЕМ

2.1. Визначення рівня розвитку влучності у старших дошкільників

Мета: визначити рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку.

Завдання:

1. Провести обстеження рівня розвитку влучності старших дошкільників.
2. Провести спостереження за дітьми старшого дошкільного віку під час прогулянки та занять з фізичного виховання.
3. Провести анкетування вихователів та батьків.
4. Зробити кількісний та якісний аналіз рівня розвитку влучності дітей старшого дошкільного віку.

Для якісного проведення констатувального етапу дослідження, ми підібрали критерії та показники влучності у дітей старшого дошкільного віку, а також виокремили рівні розвитку влучності, відповідно до підібраних критеріїв та показників. Характеризуючи рівні розвитку влучності ми послуговувалися співвідношенням основних її компонентів (прийняття вихідного положення, прицілювання, виконання фаз кидка або удару по м'ячу, повернення у вихідне положення, налаштування дихання та кількість влучань). Описуючи виконання кидка або удару по м'ячу, зверталася увага на якість виконання фаз вище вказаних рухів: замах, розворот тулуба, кидок, повернення у вихідне положення, відновлення вегетативних функцій. Також до якісної оцінки виконання руху включалося: ступінь використання не тільки м'язової системи, але і опорно-рухового апарату в цілому, правильний розподіл точок опори у вихідній позі, ритмічність дихання, сила кидка, траєкторія польоту предмета, узгодженість і точність рухових дій.

Критерії, показники та рівні влучності у дітей старшого дошкільного віку, орієнтуючись на які ми можемо провести вивчення.

Критерії та показники влучності дітей старшого дошкільного віку

№ з/п	Критерій	Характеристика	Показник
1.	Кількість влучання	Визначається кількістю потраплянь м'ячем в ціль.	Наявність потрапляння м'яча в ціль.
2.	Точність влучання	Визначаються тим, на скільки точно дитина влучила у ціль.	Чим точніше дитина влучає в ціль тим більше балів вона отримує.
3.	Швидкість влучання	Визначається часовими характеристиками виконання дій з м'ячем.	Дитина повинна вкластися у відповідні часові рамки які відведені на необхідну кількість кидків або ударів.

На основі визначених критеріїв та показників розвитку влучності ми визначили такі її рівні: високий, середній та низький.

Високий рівень розвитку влучності характеризується тим, що дитина здатна виконати поставлене перед нею завдання чітко та правильно, точно влучає в ціль, вкладається у відведений для виконання завдання час, вміє правильно приймати позу для виконання кидка або удару, налаштовує дихання, відповідно до того як їй говорить вихователь, робить правильний замах та прицілюється. Кількість влучань м'яча є максимальною, або допустимою відповідно до показників у методиці за якою проводиться вивчення.

Середній рівень – визначається тим, що дитина також здатна виконати поставлене перед нею завдання, влучає в ціль, але не завжди в її центр, можливі похибки в один чи інший бік, також дитина вкладається у

відведений на виконання завдання час, вмiє правильно прийняти позу, налаштувати дихання, прицiлитися та зробити замах. Кiлькiсть влучань м'ячем не є максимальною, а вiдповiдає кiлькiсним показникам пiдiбраних тестiв та вправ.

Низький рiвень розвитку влучностi у дiтей старшого дошкiльного вiку характеризується вминням дитини виконати поставлене перед нею завдання, при цьому дитина не достатньо володiє компонентами влучностi: робить неправильний замах або чекає пiдказки дорослого як це зробити, приймає неправильну позу для кидка або удару, дихання не завжди налаштоване, перед тим як зробити замах та кидок дитина не прицiлюється. Кидки та удари є неточними, влучними з них є мiнiмальна кiлькiсть вiдповiдно до завдань тестiв або вправ.

Дослiдження рiвня розвитку влучностi у дiтей старшого дошкiльного вiку проводилось на базi Кролевецького закладу дошкiльної освiти (ясла – садка)№ 7. До участi у дослiдженнi було залучено 30 дiтей (15 дiтей – експериментальна група, 15 дiтей – контрольна група).

У процесi експериментальної роботи ми використовували такі методи дослiдження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної лiтератури; педагогiчні методи дослiдження (бесiда, консультування, педагогiчний експеримент, педагогiчне спостереження); медико-бiологiчні методи (збiр анамнезу, тестування); методи математичної статистики.

З метою бiльш глибокого аналізу розвитку влучностi у дiтей, було проведено спостереження за роботою вихователя з дiтьми, зокрема її використанням iгор спортивного характеру на розвиток влучностi.

Перед проведенням спостереження ми проаналiзували стан здоров'я дiтей та їх фiзичний розвиток. За даними, якi ми отримали вiд медичної сестри закладу освiти, дiти даної вiкової групи, не мають серйозних порушень у станi здоров'я чи у фiзичному розвитку.

Всi дiти мають фiзичну групу основну, що свiдчить про те, що вони можуть отримувати всi однаковi навантаження. Бiльшiсть дiтей активно

рухаються та охоче грають у ігри які пропонує їм вихователь, та все ж є і такі, які більш пасивні, менше грають у рухливі, більше у сюжетно – рольові.

Спостереження ми проводили за такими критеріями:

1. Тематика заняття чи прогулянки
2. Методи та прийоми, якими користується вихователь під час організації діяльності.
3. Використання ігор спортивного характеру та ігор з м'ячем.
4. Врахування індивідуальних особливостей дітей під час організації процесів життєдіяльності дітей.

Якщо говорити про теми занять з фізичного виховання, то можна сказати, що вихователі планують їх достатньо насиченими. Приділяють великої уваги розвитку основних рухів у дітей, при цьому влучність не стає на перше місце. Ігри з м'ячем використовуються, але в меншій мірі на розвиток влучності, в більшості для розвитку вмінь ловити та кидати м'яч.

На прогулянці також вихователями використовується достатня кількість ігор з м'ячем, також використовуються і ігри з елементами спорту, популярним є баскетбол та його елементи.

Якщо говорити про спортивний інвентар, який використовують вихователі під час занять та на прогулянці, то можна сказати, що у них є достатньо великий запас. Вихователі використовують: гімнастичні лави, обручі, степ платформи, фітболи, мішечки з піском, м'ячики великі та маленькі тощо. Також у групах є багато нетрадиційного фізкультурного обладнання, багато чого вихователі разом з батьками створюють своїми руками.

Розвиваючи у дітей влучність, вихователі використовують такі методи як: пояснення, словесні підказки та вказівки, показ способу дії під час виконання того чи іншого руху, надання індивідуальної допомоги дітям, повторення рухів та вправ, заохочення, різноманітні ігрові прийоми, метання м'ячів, шишок, мішечків.

Якщо говорити про врахування індивідуальних особливостей дітей під час розвитку влучності, то можна сказати, що вихователь робив це не завжди. Адже інколи під час групових змагань дітей ділили в пари з нерівними силами, наприклад: дитина яка є досить влучною, потрапляла в пару з дитиною, яка має проблеми з потраплянням м'ячем у кільце, чи одна дитина краще метає шишку, інша навпаки слабо кидає. Інколи можна було побачити сформовану для гри у баскетбол команди з сильних і слабших дітей.

З метою дослідження використання ігор з м'ячем батьками для розвитку влучності, було проведено анкетування батьків та вихователів.

У анкетуванні взяли участь 15 батьків, анкета містила 8 запитань.

На запитання 1 «Чи займаєтесь ви фізичним вихованням своєї дитини?» 13 батьків дали ствердну відповідь – 86%, ні – 0%, інколи – 2 батьків – 14%.

На друге запитання «Як ви думаєте, чи варто батькам грати у рухливі ігри з м'ячем з дітьми» – так відповіли 10 батьків – 66%, ні – 1 батько – 8% опитаних, інколи – 4 батьків – 26 %.

Третє питання «Чи є у вас м'яч для ігор з дитиною» – так відповіли усі 15 батьків – тобто 100% опитаних.

Наступне питання «Чи привчаєте ви дітей до спортивного способу життя?» – так відповіли – 12 батьків – 80%, ні – 0 батьків, тобто 0%, інколи – 3 батьків – 20%.

П'яте запитання «Чи є у вас баскетбольне кільце вдома?» 10 батьків відповіли так – 66%, ні – 3 батьків – 20%, плануємо придбати – 2 батьків – 14%.

Шосте запитання «Чи проводите ви з дітьми змагання на кшталт: хто більше разів потрапить у кільце? Чи заб'є голів у ворота?» Так відповіли 14 батьків – 93%, ні – 1 опитуваний – 3,5%, інколи – 1 опитуваний, що становить 3,5%.

Сьоме запитання «Чи проводите ви цілеспрямовані вправи на розвиток вправності та влучності вашої дитини у іграх з м'ячем?» Так – відповіли 2 опитаних – 15%, ні 8 опитаних – 53%, іноді – 5 осіб – 32%.

Восьме питання «Чи є у вас вдома спортивний куточок?» Так – відповіли – 7 батьків, 46%, ні – 5 батьків – 41 %, плануємо створити – 2 батьків – 13%.

Отже, якщо проаналізувати усі відповіді опитаних батьків, то можна сказати, що більшість з них зацікавлені у повноцінному фізичному розвитку своїх дітей, створюють сприятливі умови для розвитку різноманітних фізичних характеристик дитини, зокрема влучності, а також всіляко заохочують дітей займатись фізичними вправами. Досить цікавим і новим стало те, що батьки приділяють значної уваги заняттям з елементами спорту та впроваджують у сім'ях змагальні вправи.

Проаналізуємо відповіді вихователів на запитання анкети. У проведенні анкетування взяли участь вихователі старшої групи (2 особи) та вихователь-методист.

На перше запитання «Як ви думаєте, яку роль відіграють рухливі ігри у житті дітей старшого дошкільного віку» Дуже важливу відповіли – 3 особи – 100% опитаних; посередню – 0, неважливу – 0.

Друге запитання «У який період часу, на вашу думку найдоцільніше використовувати рухливі ігри». Під час прийому дітей – 0, на заняттях з фізкультури – 1 особа 33,3%; під час прогулянки – 2 особи – 66,6%.

На третє запитання «Чи варто використовувати ігри з м'ячем з дітьми старшого дошкільного віку щодня?» Так – 3 людини – 100%, ні – 0.

Четверте запитання «Чи використовуєте ви ігри з елементами спорту під час прогулянок з дітьми? Вкажіть які саме.» Так відповіли 100% опитаних. З перерахованих ігор з елементами спорту були баскетбол та футбол.

П'яте запитання «Чи враховуєте ви бажання та вподобання дітей під час вибору рухливої гри?» Так – 2 особи – 66,6%, не завжди – 1 особа – 33,3%, ні – 0.

Шосте запитання «Чи займаєтесь ви цілеспрямовано розвитком влучності дітей старшого дошкільного віку?» Так – 0, ні 3 особи – 100%.

Останнє сьоме запитання «Як ви думаєте чи потрібно розвивати влучність у дітей старшого дошкільного віку?» Так – 3 особи – 100%, ні – 0.

Отже, проведене анкетування вихователів, які працюють на групі дітей шостого року життя та вихователя-методиста ЗДО № 7 міста Кролевець, можна сказати, всі опитані педагоги вважають важливим розвиток влучності дітей, використання рухливих ігор та ігор з м'ячем у повсякденному житті дошкільнят, також намагаються підбирати ігри з урахуванням побажань дітей. Педагоги розуміють важливість розвитку влучності у дітей шостого року життя, але при цьому цілеспрямовано ним не займаються, проте намагаються урізноманітнювати ігри дітей іграми з елементами спорту.

На наступному етапі нашого дослідження ми проводили роботу з дітьми старшого дошкільного віку.

Для вивчення рівня розвитку влучності ми визначили точність влучення предмета в ціль та провели тест на визначення спритності та координаційних здібностей, зокрема визначили влучність за допомогою кидка малим м'ячем (150 г) в горизонтальну та вертикальну ціль.

Обстеження точності влучення предмета в ціль ми проводили за допомогою метання тенісного м'яча у намальоване на стінці коло. На стіні малюють концентричні риси на відстані 10 см. одна від одної. Ширина кожної з них і радіус центрального кола 10 см.

Кожна дитина виконує кидок зручною для неї рукою три рази підряд. За влучення в центральне коло нараховується 5 балів, у наступну риску – 4 бали, у наступну від кола риску – 3 бали, тощо. За кидок, коли м'яч не влучив не влучив у щит – 0 балів. Кінцева оцінка встановлюється за сумою балів. Кидки м'яча в ціль з відстані 3-3,5 м. для дітей 5,6 – 6,6 років.

Отримані результати занесені до таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Результати обстеження рівня точності влучення предмета в ціль дітьми старшого дошкільного віку, контрольна група

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Результат	Рівень
1	Ангеліна А.	7	Низький
2	Кіра Б.	7	Низький
3	Артемій В.	9	Середній
4	Артур Г.	10	Середній
5	Олексій Ж.	8	Низький
6	Назар З.	8	Низький
7	Назар К.	7	Низький
8	Варвара О.	6	Низький
9	Варвара М.	7	Середній
10.	Кіріл Н.	12	Високий
11.	Мілана Н.	11	Середній
12.	Злата Н.	7	Низький
13.	Богдан П.	7	Низький
14.	Максим Р.	9	Низький
15.	Валя Р.	5	Низький

Отже, можна зробити висновок, що за отриманими результатами, більшість дітей мають низький рівень влучання тенісного м'яча в ціль (67%), середній рівень – 27%, а високий – лише 6%.

Таблиця 2.2.

Середні показники метання м'яча в ціль у дошкільників, балів

Вік	Стать	Середні показники метання м'яча в ціль		
		Рівні		
		Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
		Бали		
		5	3	2
5 р.6 міс.	Хлопч.	12>	11 – 8	7<
	Дівч.	11>	10 – 7	6<
6 р.	Хлопч.	13>	12 – 9	8<
	Дівч.	12>	11 – 8	7<
6 р.6 міс.	Хлопч.	14>	13 – 10	9<
	Дівч.	14>	12 – 9	8<

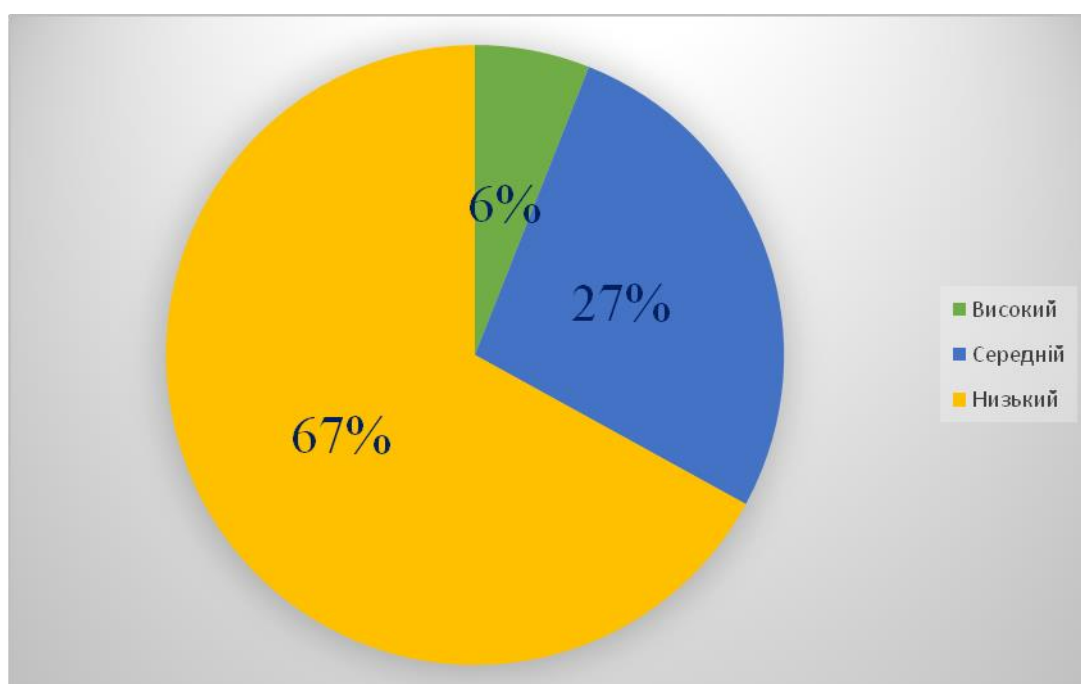


Рис. 2.1. Рівень точності влучення тенісним м'ячем в ціль, контрольна група

Таблиця 2.3.

Результати обстеження рівня точності влучення предмета в ціль дітьми старшого дошкільного віку, експериментальна група

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Результат	Рівень
1	Аріна А.	7	Низький
2	Рінат Б.	9	Середній
3	Артур Б.	13	Високий
4	Андрій Г.	12	Високий
5	Софія Д.	10	Середній
6	Соня Ж.	7	Низький
7	Ніколь З.	7	Низький
8	Єва О.	6	Низький
9	Женя П.	7	Низький
10.	Крістіна П.	11	Середній
11.	Алеся Н.	8	Середній
12.	Зоряна Н.	8	Середній
13.	Коля П.	8	Низький
14.	Альона Ф.	6	Низький
15.	Влад Ю.	11	Середній

Отже, отримані результати після дослідження дітей експериментальної групи показали, що також більшість дітей, мають низький рівень розвитку влучності (47%), середній рівень мають – 40%, а високий рівень – мають – 13% дітей.

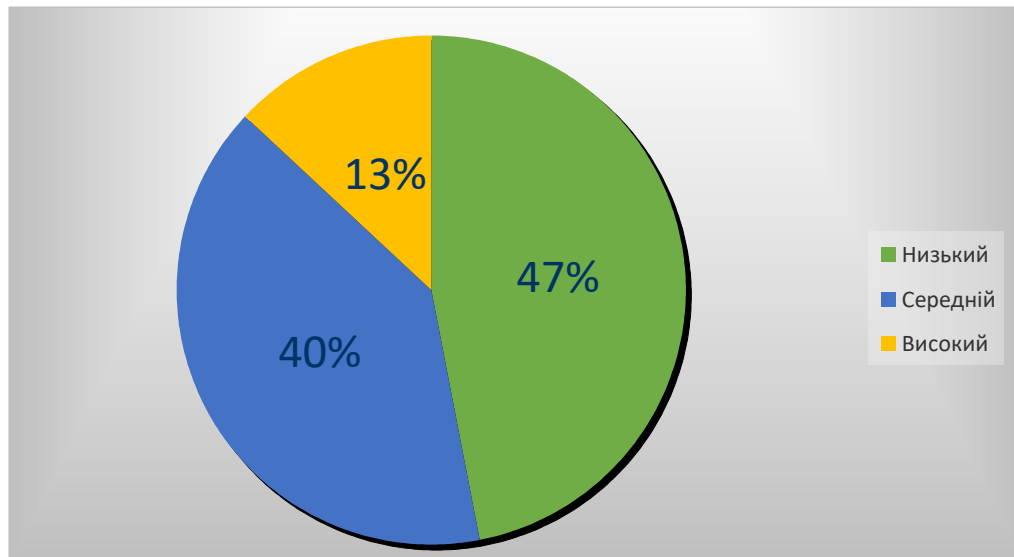


Рис. 2.2. Рівень точності влучення тенісним м'ячем в ціль, експериментальна група.

Кидок малим м'ячем (150 г) у горизонтальну та вертикальну ціль.

Кидок у горизонтальну ціль.

За командою вихователя дитина стає на лінію кидка в залежності від віку в центрі та на певній відстані від круглої мішені. Відстань для дітей 5 років – 3 м., для дітей 6 років – 4 м. Вправа виконується будь якою рукою. Діти виконують її послідовно один за одним – 6 спроб. Із 6 спроб записується попадання в горизонтальну ціль.

Кидок у вертикальну ціль.

Дитина стає на лінію кидка залежно від віку на певній відстані для 5-річних дітей 3 м., для 6-ти річних – 4 м., поставлена кругла мішень діаметром 60 см вертикально і на відповідну висоту, також висота залежить від віку дітей. Для 5-річних дітей висота – 1 м.50 см, 6-річних 2 м. Діти кидають зручною рукою послідовно один за одним 6 разів. Записується результат попадання у вертикальну ціль.

Кінцевий результат записується за сумою 2-х тестів: кількості попадань у вертикальну та горизонтальну ціль.

Рівні влучання ми умовно виділили такі: низький: 1-4рази, середній – 5-8 разів, високий – 9-12 разів.

Таблиця 2.4.

Результати дослідження кидка малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, контрольна група

№	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучних кидків із 6 спроб		Сума влучань у вертикальну та горизонтальну ціль	Рівень
		У горизонтальну ціль	У вертикальну ціль		
1	Ангеліна А.	2	3	5	Сер.
2	Кіра Б.	2	3	5	Сер.
3	Артемій В.	3	5	8	Сер.
4	Артур Г.	1	1	2	Низьк.
5	Олексій Ж.	1	1	2	Низьк.
6	Назар З.	2	1	3	Низьк.
7	Назар К.	1	2	3	Низьк.
8	Варвара О.	1	1	2	Низьк.
9	Варвара М.	1	1	2	Низьк.
10.	Кіріл Н.	5	4	9	Вис.
11.	Мілана Н.	1	1	2	Низьк.
12.	Злата Н.	1	1	2	Низьк.
13.	Богдан П.	1	1	2	Низьк.
14.	Максим Р.	1	1	2	Низьк.
15.	Валя Р.	1	1	2	Низьк.

За отриманими результатами дітей з високим рівнем влучання малим м'ячем в ціль – 1 дитина (7%), середнім рівнем – 3 дитини (20%), низьким – 11 дітей (73%).

Отже, отримані результати свідчать про недостатній рівень розвитку влучності у старших дошкільників.

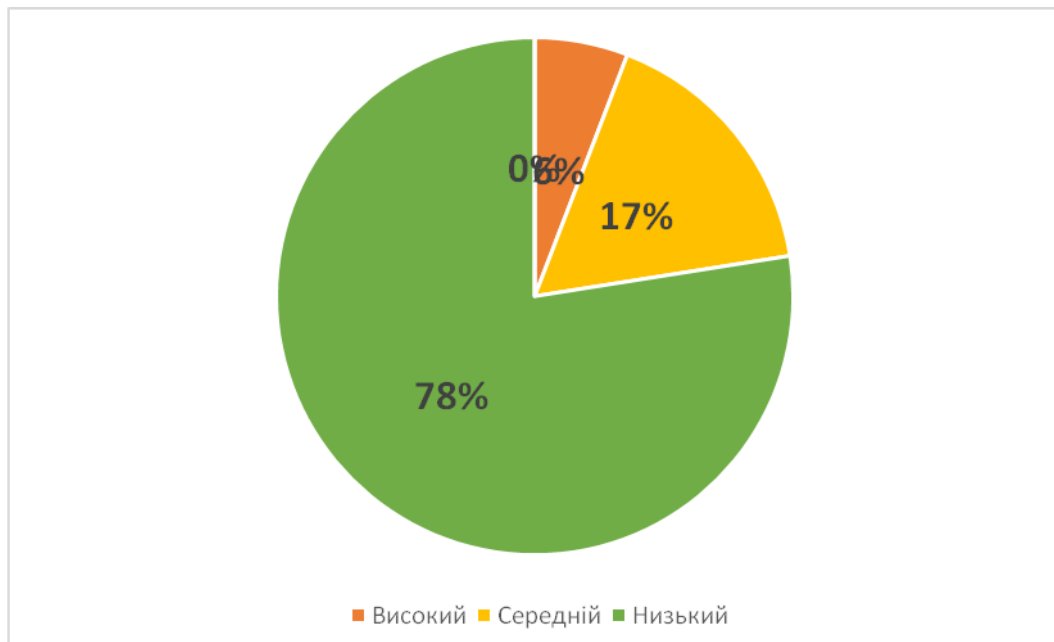


Рис. 2.3. Результати визначення влучності кидків малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, контрольна група

Наступні результати дослідження рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку стосуються дітей експериментальної групи. Критерії, показники та відповідні їм рівні прояву компонентів влучності повністю відповідають критеріям, показникам та рівням вказаним для характеристики цієї здібності у дітей контрольної групи. Умови проведення констатувального етапу експерименту з дітьми експериментальної групи (час, тривалість проведення ігор, вправ, місце проведення, інвентар, обладнання, супровід, методичне забезпечення, кількість вправ та їх зміст, структура вправ, кількість спроб), також повністю тотожні умовам проведення констатувального етапу експерименту з дітьми контрольної групи. Співвідношення хлопчиків і дівчаток у контрольній та експериментальній групах суттєво не відрізняється: у контрольній групі вісім хлопчиків, сім дівчаток, експериментальна група – шість хлопчиків та дев'ять дівчаток.

Таблиця 2.5.

Результати дослідження кидка малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, експериментальна група

№	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучних кидків із 6 спроб		Сума влучань у вертикальну та горизонтальну ціль	Рівень
		У горизонтальну ціль	У вертикальну ціль		
1	Аріна А.	2	2	4	Низьк.
2	Рінат Б.	2	3	5	Сер.
3	Артур Б.	3	5	8	Сер.
4	Андрій Г.	5	4	9	Вис.
5	Софія Д.	1	1	2	Низьк.
6	Соня Ж.	2	1	3	Низьк.
7	Ніколь З.	1	2	3	Низьк.
8	Єва О.	1	1	2	Низьк.
9	Женя П.	1	1	2	Низьк.
10.	Крістіна П.	2	2	4	Низьк.
11.	Алеся Н.	3	2	5	Сер.
12.	Зоряна Н.	1	1	2	Низьк.
13.	Коля П.	3	3	6	Сер.
14.	Альона Ф.	1	1	2	Низьк.
15.	Влад Ю.	1	1	2	Низьк.

Отже, за підсумками проведення вивчення влучності шляхом кидання м'яча у вертикальну та горизонтальну ціль, ми отримали такі результати:

дітей з високим рівнем влучання малим м'ячем в ціль – 1(6%), середнім рівнем – дитини (27%), низьким – 10 дітей (67%).

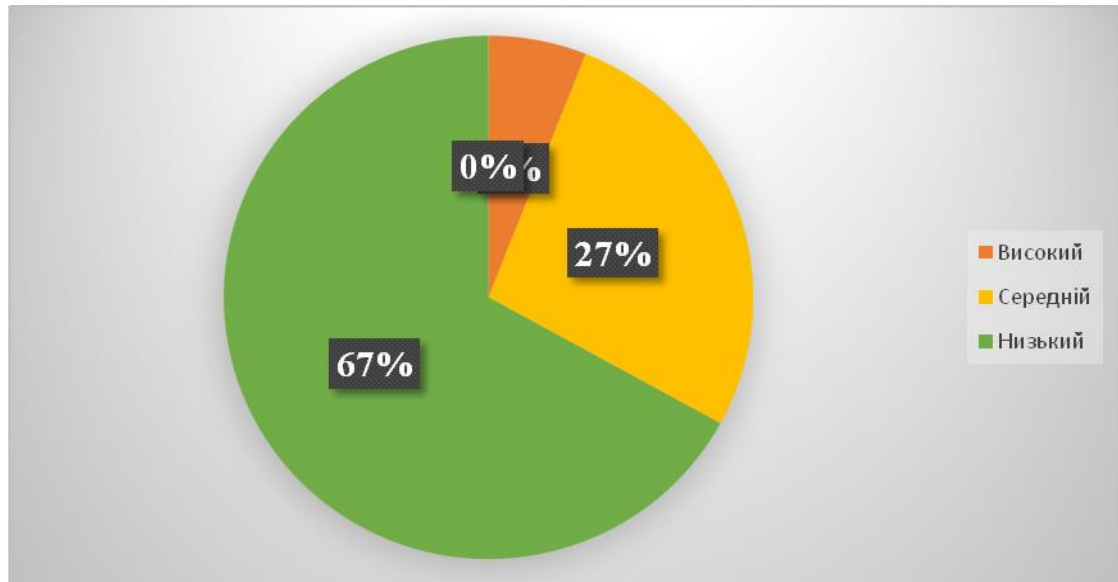


Рис. 2.4. Результати визначення влучності кидків малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, експериментальна група.

Удар по м'ячу в ціль. Цей тест було проведено у вигляді гри «Швидко влуч»(сек.)

Вздовж дуги кола діаметром п'ять метрів встановлювалось п'ять м'ячів (відстань від лінії воріт до центра кола складала 11 м). Дитина яка знаходилась у центрі кола, за сигналом експериментатора в довільній послідовності виконувала удари по м'ячу зручним для неї способом, намагаючись при цьому влучити в ціль (ширина воріт 3 м). Надавалось три спроби, враховувався час виконання вправи та кількість влучень. Для того щоб виконати 5 ударів дитина мала 1 хвилину. Умовно можемо виділити такі рівні за показниками влучності і використаного на удари часу.

Таблиця 2.6.

Рівні	Кількість влучань	Секунди
Високий	4-5 разів	60 сек.

Середній	2-3 рази	60 сек.
Низький	0-1 раз	60 сек.

Таблиця 2.7.

Результати контрольної групи за тестом «Швидше влуч»

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучань	Час	Рівень
1	Ангеліна А.	1	56 с	Низький
2	Кіра Б.	0	55,4 с	Низький
3	Артемій В.	2	55,5 с	Середній
4	Артур Г.	2	58 с	Середній
5	Олексій Ж.	0	45 с	Низький
6	Назар З.	0	50 с	Низький
7	Назар К.	1	40 с	Низький
8	Варвара О.	1	48,3 с	Низький
9	Варвара М.	2	55,1 с	Середній
10.	Кіріл Н.	2	59,3 с	Середній
11.	Мілана Н.	2	60 с	Середній
12.	Злата Н.	1	58 с	Низький
13.	Богдан П.	0	55 с	Низький
14.	Максим Р.	0	47,3 с	Низький
15.	Валя Р.	0	55,2 с	Низький

За результатами даного тесту, можемо сказати, що загалом діти намагались прицілюватися у перших спробах, при цьому не завжди вираховували відведений на удари час, а потім коли уже час закінчувався, вихователь повідомляв про це дітям, і вони починали виконувати удари якнайшвидше для того щоб вкластися в час, і таким чином робили багато хиб

та промахів, що і показало низький рівень влучання м'ячем у ціль. Маємо такі результати: високий рівень – 0 %, середній – 33%, низький – 77 %.

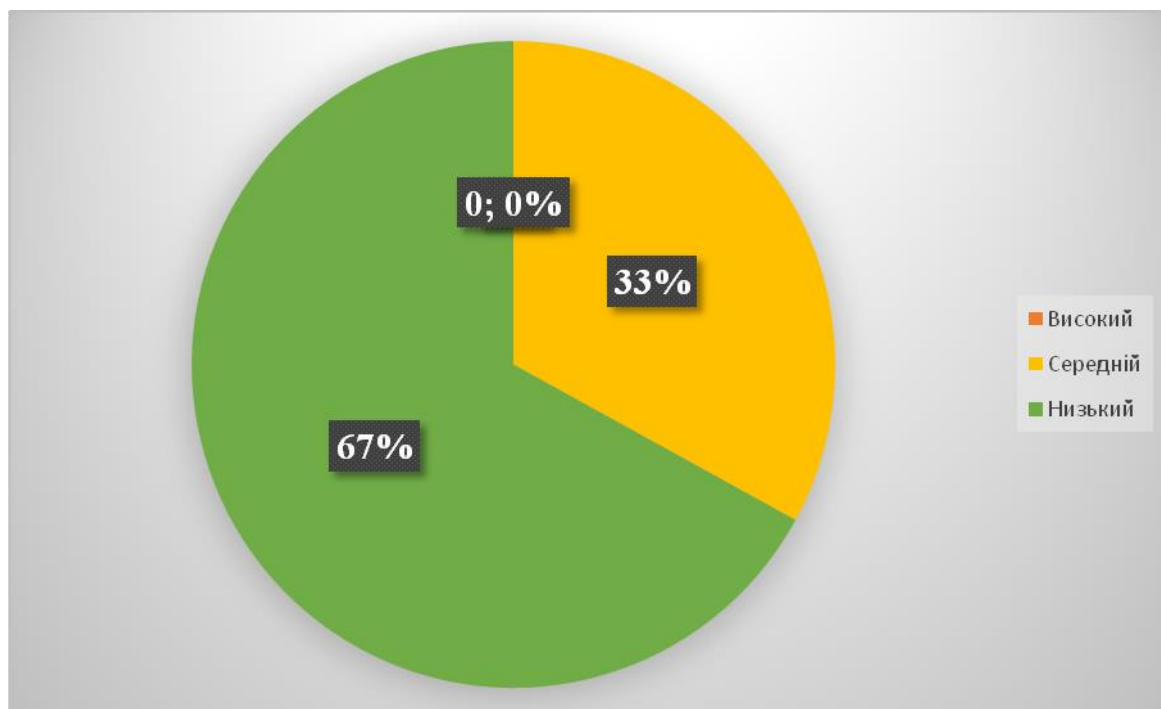


Рис. 2.5. Отримані результати контрольної групи за тестом «Швидше влуч»

Таблиця 2.8.

Отримані результати експериментальної групи після проведення тесту «Швидше влуч».

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучань	Час	Рівень
1	Аріна А.	0	45,5 с	Низький
2	Рінат Б.	2	56,3 с	Середній
3	Артур Б.	2	44,9 с	Середній
4	Андрій Г.	2	55,7 с	Середній
5	Софія Д.	3	57,7 с	Середній
6	Соня Ж.	0	58,7 с	Низький
7	Ніколь З.	1	47,8 с	Низький
8	Єва О.	0	58,6 с	Низький

9	Женя П.	0	47,7 с	Низький
10.	Крістіна П.	2	55,3 с	Середній

Продовження таблиці 2.8.

11.	Алеся Н.	2	49,9 с	Середній
12.	Зоряна Н.	2	51,2 с	Середній
13.	Коля П.	0	56,7 с	Низький
14.	Альона Ф.	1	59,7 с	Низький
15.	Влад Ю.	0	43,2 с	Низький

За результатами даного тесту, маємо такі результати високий рівень – 0 %, середній – 47%, низький – 53 %. Так як і в контрольній так і в експериментальній групах, діти достатньо довго спочатку намагались прицілюватись для того щоб удар був влучним, але ж після слів вихователя Про те, що час добігає кінця, діти старались якомога швидше виконати необхідну кількість спроб, при цьому не прицілюючись, не налаштовуючи дихання. Тому в обох групах, як у експериментальній, так і у контрольній дітей з високим рівнем по цій вправі не виявлено.

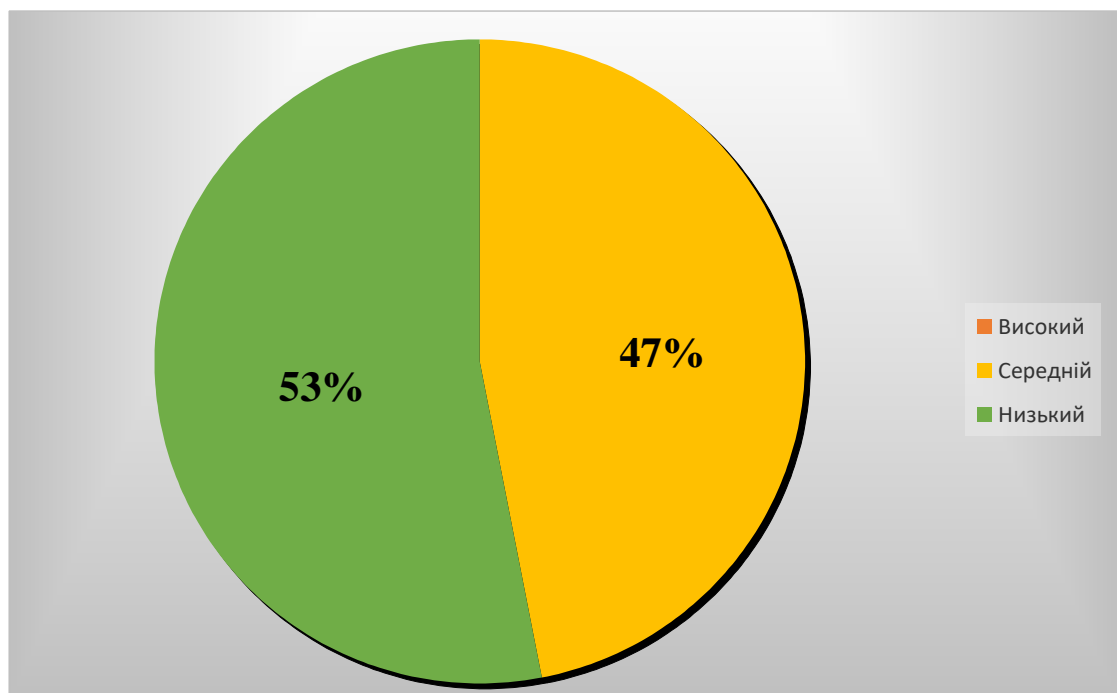


Рис. 2.6. Отримані результати експериментальної групи за тестом «Швидше влуч»

Результати виконання вище описаного тесту показали, що дана вправа була найскладнішою для дітей як експериментальної так і контрольної груп. Значить розробляючи систему роботи з розвитку влучності для формувального етапу експерименту ми будемо враховувати те що, показник швидкості виконання кидка або удару в ціль заслуговує на особливу увагу і потребує додаткових зусиль. Також важливою передумовою добре виконаної вправи та отримання високого рівня за показниками є вміння правильно налаштувати дихання. У подальшій роботі будемо звертати на це значної уваги.

Отже, після проведення вивчення влучності у дітей старшого дошкільного віку експериментальної та контрольної груп, отримані результати ми занесли до зведеної діаграми результатів.

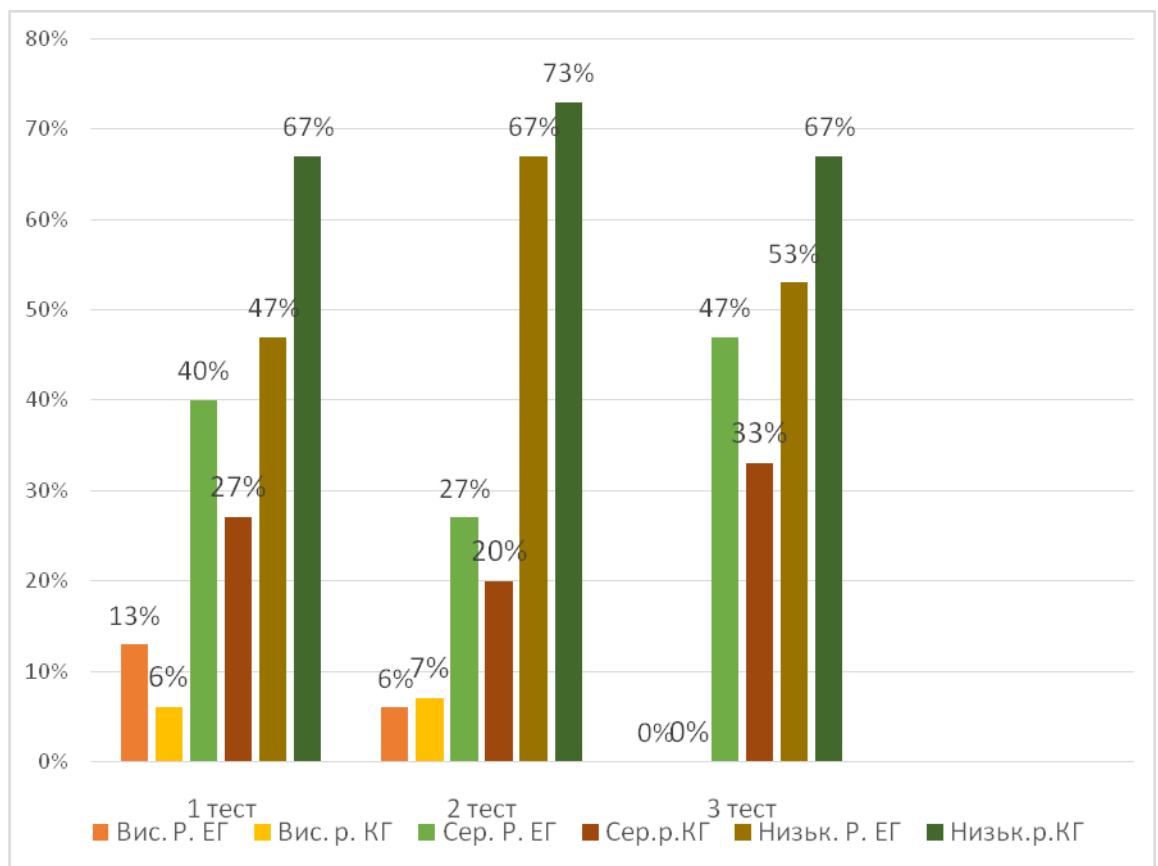


Рис. 2.7. Результати вивчення влучності дітей старшого дошкільного віку ЕГ та КГ за проведеними тестами

На цій діаграмі результатів за проведеними трьома тестами ми бачимо, що результати є досить низькими. Дітям було складно виконувати запропоновані ним завдання та вправи, адже знань та вмінь про те, як правильно робити замах, кидок, прицілювання, налаштувати дихання у них не було.

Можемо визначити такі рівні влучності у дітей старшого дошкільного віку після проведених тестів на основі виділених нами вище критеріїв, за якими і проводилось вивчення такої здібності як влучність.

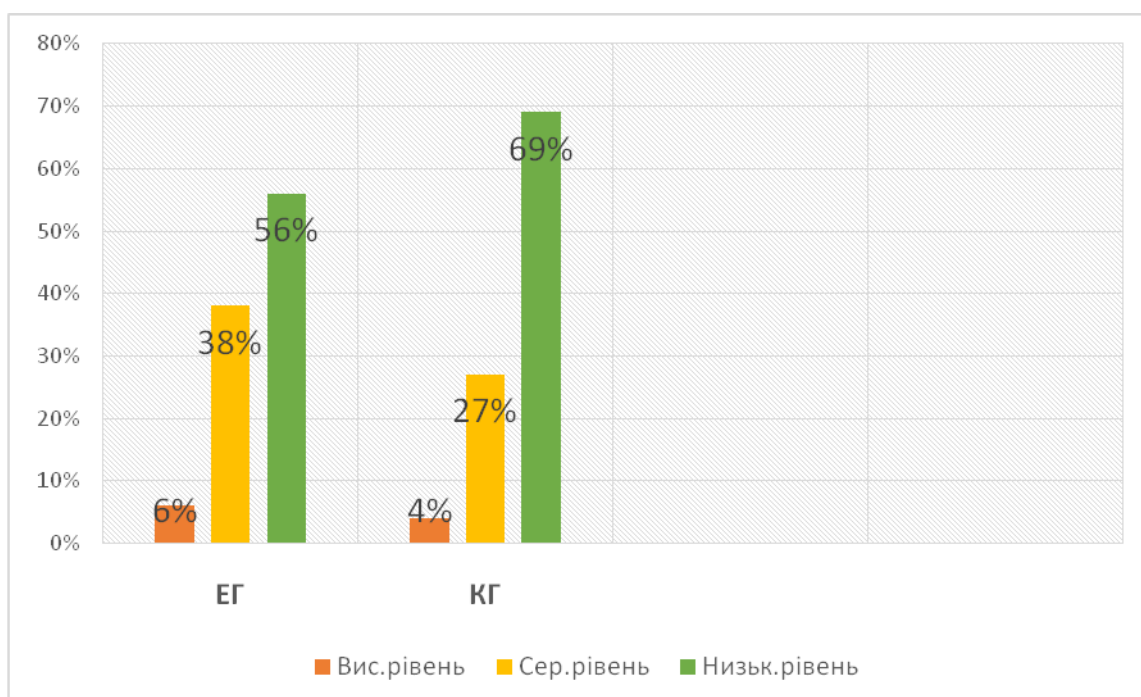


Рис. 2.8. Рівні влучності дітей старшого дошкільного віку ЕГ та КГ за результатами проведеного дослідження на констатувальному етапі

Отже, проведений нами констатувальний експеримент дозволяє стверджувати, що рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку потребує покращення.

2.2. Система роботи з розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку

Мета: підвищення рівня влучності дітей старшого дошкільного віку засобами ігор з м'ячем.

Завдання:

1. Підібрати уже відомі ігри з м'ячем для розвитку влучності дітей старшого дошкільного віку.
2. Розробити власні рухливі ігри з м'ячами, шишками та сніжками для розвитку влучності старших дошкільників.
3. Впровадити розроблену систему ігор у різні режимні моменти життя дітей.

Для успішної роботи нами було виокремлено такі етапи роботи:

1. Репродуктивний – він полягав у тому, щоб у ході спостереження за дітьми визначити чи дотримуються вони техніки кидків та ударів по м'ячу, чи володіють нею. На скільки сформованими у них є вміння грати з м'ячем та володіння ним.
2. Діяльнісний – полягав у вправлянні дітей в правильності виконання кидків та ударів по м'ячу, а також ознайомлення з технікою ігор спортивного характеру.
3. Підсумковий етап передбачав перевірку того, наскільки діти засвоїли техніку маніпулювання м'ячем у тих чи інших іграх, стали влучнішими у кидках та ударах по м'ячу. На цьому етапі було проведено розвагу-естафету «Снайпери»

Підбір ігор визначався разом з вихователями групи та вихователем – методистом, так як інструктора з фізичної культури в закладі немає. У проведенні формувального експерименту прийняли участь тільки діти експериментальної групи.

При виборі ігор визначалася мета гри, враховувались вікові та індивідуальні особливості дітей та їх фізична підготовленість. Також підбираючи ігри ми особливої уваги звертали не те, щоб тематика ігор

співпадала з проблемою вивчення, а саме ігри на розвиток влучності. Враховувались також наявність інвентарю, пора року та місце проведення гри.

Свою систему роботи ми вибудовували відповідно до таких принципів: весела атмосфера під час ігор, бажання дітей, доступність ігор та врахування попереднього ігрового досвіду дітей.

Основними вимогами до підбору та розробки ігор для розвитку влучності у старших дошкільників були:

1. Викликати бажання дітей приймати участь у рухливих іграх.
2. Дотримання структури організації гри, її мети та виконання завдань.
3. Рухлива гра повинна сприйматись усією групою однолітків.
4. Вміння вихователя встановити контакт з дошкільниками.
5. Вихователь має вірити в те, що гра допоможе дітям досягти поставленої мети. Тільки тоді робота буде ефективною.

Пропонуємо перспективний план системи роботи з розвитку влучності дітей старшого дошкільного віку під час проведення ігор з м'ячем.

Дата	Вид діяльності	Мета	Попередня робота	Подальше закріплення
01.02. 2021	Заняття з фізкультури	Вчити дітей основної стійки баскетболіста, формувати вміння правильно приймати вихідне положення при	Показ дітям правильної стійки баскетболіста, правильного положення ніг та рук.	Під час рухливих ігор та ігор спортивного характеру під час прогулянки.

		закиданні м'яча в кошик.		
03.02. 2021.	Заняття з фізкультури	Вправляти дітей в умінні ловити та кидати м'яч обома руками від грудей та з-за голови, вчити ловити м'яч та передавати його іншій дитині.	Показ прийомів ловіння та передачі м'яча.	Під час денної прогулянки та вдома.0
05.02. 2021.	Рухлива гра «Злови і передай» під час денної прогулянки	Формувати у дітей вміння ловити та кидати м'яч обома руками, розвивати окомір, спритність, увагу та влучність.	Ознайомлення дітей з правилами гри, демонстрація способів ловіння та кидання м'яча.	Під час занять та прогулянок.
09.02. 2021.	Елемент естафети «Баскетболіст»	Продовжувати вчити дітей приймати основну стійку баскетболіста, кидати м'яч у кільце, вправляти в	Ознайомлення дітей з особливостями стійки баскетболіста, формування вмінь кидати м'яч у кошик, ловити	Під час прогулянки, вдома, на вихідних.

		умінні передавати м'яч.	його та передавати іншій дитині за допомогою кидка.	
12.02. 2021.	Рухлива гра «Цілься точніше»	Вчити дітей влучати малим м'ячем у ціль, розвивати окомір, влучність, координаційні здібності.	Ознайомлення дітей з правилами та формою проведення гри.	Під час вечірньої прогулянки.
16.02. 2021.	Рухлива гра «Влуч сніжкою»	Вправляти дітей в умінні влучати сніжкою у ціль, розвивати окомір, влучність, бажання грати у рухливі ігри на свіжому повітрі.	Ознайомлення дітей з правилами гри, показ основних елементів гри.	Під час денної прогулянки.
19.02. 2021.	Міні-змагання «Хто влучніший» за допомогою таких ігор: «Влуч сніжком», «Цілься	Простежити динаміку розвитку елементів влучності під час проведення ігор з м'ячем та з нетрадиційним	Проведення цих ігор.	Під час прогулянки.

	точніше»	обладнанням круглої форми.		
22.02. 2021	Заняття з фізкультури	Вчити дітей засвоювати рухи з оволодінням м'ячем, зупинкою його та ударом по ньому ногою, розвивати координацію рухів, окомір, спритність, увагу.	Ознайомлення з елементами футболу такими як оволодіння м'ячем, способами зупинки та передачі м'яча ногою.	На заняттях з фізкультури, прогулянках та вдома.
22.02. 2021.	Рухлива гра «Бомбардир»	Вчити дітей забивати м'яч у ворота з місця ногою, вправляти в умінні виконувати удар зручною ногою, розвивати влучність, окомір.	Демонстрація правильного удару по м'ячу, ознайомлення з правилами гри.	Під час прогулянки, вдома.
25.02. 2022.	Заняття з фізкультури . Використання рухливих ігор	Закріплювати у дітей вміння володіти м'ячем, влучати ним у	Проведення рухливих ігор.	Під час прогулянки.

	«Бомбардир», «Зупини м'яч»	ворота, вправляти в умінні орієнтуватись у просторі, розвивати влучність, окомір, увагу.		
01.03. 2021	Рухлива гра «Поціль у ямку»	Вправляти в умінні кидати маленьким м'ячем у горизонтальну ціль, підвищувати рівень розвитку влучності, розвивати окомір, спритність, увагу.	Ознайомлення дітей з правилами гри та способами виконання кидків.	Під час прогулянки.
04.03. 2021.	Рухлива гра «Дартс»	Формувати у дітей вміння влучати в ціль, виконувати кидки точно, влучно та швидко, розвивати	Ознайомлення з правилами гри, показ та пояснення техніки виконання кидка.	Під час прогулянок та інших режимних моментів.

		вміння правильно кидати м'яч та прицілюватися.		
10.03. 2021.	Пішохідний перехід до спортивного майданчика мікрорайону. Рухлива гра «Їстівне– неїстівне».	Вчити дітей долати невелику відстань у природному темпі, розвивати основні рухи, вчити грати у рухливі ігри на незвичному для себе місці, розвивати влучність, вміння кидати м'яч один одному та ловити його, інтелектуальні здібності..	Ознайомлення з правилами гри.	Під час прогулянок, піших переходів.
15.03. 2021.	Ранкова гімнастика	Розучити з дітьми комплекс загально розвивальних вправ з м'ячами «Пустунці стрибунці»,	Показ вправ комплексу ЗРВ	Під час фізкультури на повітрі, ранкової гімнастики.

		розвивати вміння володіти м'ячем, підкидати та ловити його, окомір та спритність.		
18.03. 2021.	Рухлива гра «Пінгвіни з м'ячем»	Удосконалювати вміння переносити м'яч затиснувши між колінами, виконувати удари по м'ячу правою та лівою ногами на дальність, розвивати окомір, влучність.	Ознайомлення з правилами гри, демонстрація того, я потрібно грати у гру.	Під час прогулянки, занять з фізичної культури.
22.03. 2021.	Рухлива гра «Школа м'яча »	Розвивати у дітей навички володіння м'ячем: підкидати вгору, відбивати його об землю з різними завданнями,	Ознайомлення з правилами гри, демонстрація того, я потрібно грати у гру.	Під час прогулянки, занять з фізичної культури.

		ловити м'яч двома руками, не притискаючи до грудей; розвивати спритність, влучність.		
24.03. 2021.	Заняття з фізкультури	Перевірити ефективність впровадження та розучування рухливих ігор «Школа м'яча», «Пінгвіни з м'ячем».	Розучування рухливих ігор «Школа м'яча», «Пінгвіни з м'ячем».	Під час занять з фізкультури, денної прогулянки.
29.03. 2021.	Рухлива гра «Снайпер»	Розвивати влучність, фізичну активність, координацію рухів, увагу, окомір.	Ознайомлення з правилами гри.	Під час прогулянки, заняття з фізкультури.
01.04. 2021.	Рухлива гра «Полювання на лисиць»	Вправляти дітей в прокочуванні повітряних кульок, розвивати силу, влучність, спритність та	Ознайомлення з правилами гри.	Під час прогулянки, заняття з фізкультури.

		увагу.		
05.04. 2021.	Рухлива гра «Рухома ціль»	Удосконалювати вміння дітей передавати м'яч один одному ногою, намагаючись влучити у ноги ведучого., розвивати влучність, окомір.	Ознайомлення з правилами гри, демонстрація того, як потрібно влучати у ноги ведучого.	На заняттях з фізкультури, під час прогулянки.
08.04. 2021.	Заняття з фізичної культури	Перевірити доцільність проведених раніше ігор «Полювання на лисиць» та «Рухома ціль», удосконалювати вміння дітей влучно ударити ногою по м'ячу та дотримання техніки удару.	Проведення рухливих ігор зазначених у меті.	Під час прогулянки, занять з фізичної культури.
12.04. 2021.	Рухлива гра «Білі ведмеді»	Вправляти дітей в ходьбі врозтіч на зовнішній	Ознайомити з правилами гри, продемонструвати	Під час прогулянки, на заняттях з

		стороні стопи, в метанні м'ячиків в рухому ціль; розвивати окомір, влучність.	те, що їм потрібно робити.	фізкультури.
15.04 2021	Пішохідний перехід до спортивного майданчика мікрорайону, гра «Кільцекид»	Вправляти дітей в умінні ходити на невелику відстань долаючи шлях у природному темпі, виховувати бажання грати у ігри на свіжому повітрі, розвивати влучність, окомір.	Проведення пішохідних переходів, ознайомлення з правилами гри.	Під час пішохідних переходів, занять з фізкультури, прогулянок, фізкультури на повітрі.
19.04. 2021.	Розвага-естафета «Снайпери»	Прослідкувати динаміку розвитку влучності дітей старшого дошкільного віку під час проведення ігор з м'ячем.	Проведення рухливих ігор, занять з фізкультури, піших переходів, прогулянок.	

Так, з метою вдосконалення окоміру нами було підібрано гру для дітей старшого дошкільного віку «Влуч у кільце». Ця гра є елементом підготовки дітей 6 річного віку до спортивної гри – баскетбол. Ця гра полягає у тому, що діти діляться на команди і стають у дві шеренги паралельно одна одній. По одному учаснику з команди діти підходять до кільця та по чергово кидають м'яч 3 рази, хто з 3-х разів влучив той і заробляє 1 бал в команду. Гра продовжується поки кожен з учасників команд не виконає свої спроби щоб влучити. Перемогу отримує та команда, яка набрала більше балів. Цю гру найчастіше проводили на прогулянці, так як баскетбольне кільце є на майданчику групи.

Також під час зимових прогулянок використовували гру «Влуч сніжком». Гра полягала в тому, що кожен учасник ліпив собі за допомогою сніжколіпа набір «патронів» – сніжок 3 шт., тим часом вихователь ставив на лавку м'яку іграшку. Завданням дітей було збити сніжками іграшку якнайбільшу кількість разів. Перемогу отримувала дитина яка збивала іграшку найчастіше.

Гра «Поціль у ямку» – отримала найбільше позитиву у дітей. Адже всім сподобалась і діти із задоволенням грали в неї. Мета гри: підвищення рівня потрапляння малим м'ячем у горизонтальну ціль. Діти отримували можливість зробити 3 спроби щоб влучити м'ячем у ямку. Хто з трьох спроб жодного разу не потрапляє, той вибуває з гри. Такі ігри особливо подобаються дітям, адже ігри на вибування підвищують інтерес і бажання виграти.

Під час прогулянки почали 2 рази на тиждень впроваджувати елементи гри у баскетбол. Діти поступово вчилися передавати м'яч одне одному, вести м'яч та кидати його в кошик. Дітям спочатку було важко, проте в подальшому такі цікаві елементи ігор спортивного характеру сподобались дітям.

На заняттях з фізкультури дітям пропонували грати у гру «Дартс». Але не дротиками, а маленькими м'ячиками схожими на тенісні м'ячі, які за

допомогою липучки прилипають до мішені. Завданням дітей було влучити в мішень будь якою рукою. Коли діти вивчили гру, ми ускладнили гру, почали ділитись на команди. Відповідно яка команда більше разів влучила у мішень та і виграла.

З дітьми експериментальної групи проводили гру «Кільцекид». Мета гри: удосконалювати навички метання в ціль, розвивати спритність окомір. Гра полягає в тому, що на вставлену в землю палицю діти намагаються накинути кільце (діаметром 15-20 см.). Гра проходить у формі змагання парами. Кожна дитина має по 4 спроби. По ходу оволодіння грою відстань між дитиною і палицею збільшувалась.

Цікавою була гра «Ракета». Метою гри було влучити у спеціальні отвори ракети для того щоб вона «полетіла». Хто швидше влучить, той і виграє. Ця гра сприяла розвитку окоміру, влучності та швидкості метання в ціль.

Також у роботі з дітьми експериментальної групи ми використовували ігри з елементами футболу. Особливо цікавими вони були для хлопчиків. Гра «Забий гол» полягала в тому, що діти повинні були забити м'яч у ворота, будь якою ногою з місця. Ускладнення полягало в тому, що потрібно було провести м'яч і тоді вже забити.

Гра «Бомбардир» - полягала в тому, щоб вчити дітей забивати м'яч у ворота з місця ногою, вправляти в умінні виконувати удар зручною ногою, розвивати влучність, окомір.

Цікавими були ігри-естафети у яких діти змагалися. Однією з таких ігор була «Естафета з кидком».

Мета: удосконалювати ведення м'яча, розвивати спритність та окомір. Хід гри полягав у тому, щоб діти після того, як поділились на команди вели м'яч до кеглі, потім зупинялись і кидали м'яч у кільце, поки не лучить. Виграє та команда, в якій діти швидше всі учасники проведуть м'яч і влучать у кільце.

Аналогічною була і естафетна гра «Естафета з ударом». Мета гри полягала у тому, щоб діти вели м'яч ногою і влучали у футбольні ворітця.

Також у кінці формувального етапу нами було проведено гру «Двома руками». Мета: вправляти дітей в умінні влучати м'ячиками в ціль.

Хід гри: дитина тримає в обох руках по м'ячику червоного та зеленого кольорів, на відстані 3 м від неї стоїть два ящички таких же кольорів як і м'ячі. Дитині пропонується кинути м'яч відповідного кольору у відповідний ящичок, кидки потрібно зробити не одночасно, але швидко один за одним. Гра є досить складною, тому доцільно її проводити в кінці формувального етапу експерименту або є після попередньої спеціальної підготовки.

З метою здійснення індивідуального підходу у розвитку влучності дітей старшого дошкільного віку, які мають різний рівень рухових навичок, окоміру та влучності на заняттях з фізичної культури ми зробили підбір рухливих ігор та вправ різної складності для подальшого їх використання у процесі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Ми зробили підбір рухливих ігор різної складності, для того, щоб у подальшій роботі з дітьми можна було їх ускладнювати. При цьому ми запропонували ускладнення до ігор, яке за потреби робив вихователь коли бачив, що діти уже легко справляються із завданнями гри. Ці ігри ми проводили з дітьми старшого дошкільного віку експериментальної групи.

Важливою умовою і складовою частиною у роботі закладу дошкільної освіти є робота з батьками та сім'ями вихованців. Однією з найактуальніших тем нашого часу є взаємодія та зближення дошкільного закладу і сім'ї у роботі щодо підвищення рухової активності дошкільників шляхом спільних ігор.

Застосовуючи рухливі ігри з м'ячем у процесі розвитку окоміру та влучності дітей старшого дошкільного віку, ми враховували, що рухливі ігри впливають не тільки на розвиток влучності та окоміру, а ще і активізують кору головного мозку, впливають на вищу нервову діяльність дитини, її почуття та емоційний стан.

Рухливі ігри ми добирали доступні, різноманітні за змістом, тематикою та організацією. Ігри з елементами спорту дуже сподобались дітям. Ці ігри є універсальним засобом у фізичному вихованні дітей. Більшість ігор несли змагальний характер, що у старшому дошкільному віці викликає ще більший інтерес.

Як показали результати практичної роботи, застосування ігор з елементами спорту та рухливих ігор з м'ячем різної складності у процесі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку значно підвищує ефективність процесу здійснення індивідуального підходу до дітей, які мають різний рівень розвитку рухових умінь.

Отже, для удосконалення влучності та окоміру у дітей старшого дошкільного віку експериментальної групи ми використовували комплексний підхід до дітей: використовували словесні вказівки, художнє слово, власний приклад та різні способи ускладнення ігор.

2.3. Перевірка ефективності системи з розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку шляхом використання ігор з м'ячем

Мета: виявити рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку після формувального експерименту.

Завдання:

1. Провести вивчення рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку.
2. Визначити ефективність використання рухливих ігор та ігор з елементами спорту як засобів покращення рівня розвитку влучності старших дошкільників.

Аналіз вивчення розвитку влучності дітей старшого дошкільного віку.

У ході проведення контрольного етапу дослідження ми використовували такі ж методики з визначення розвитку влучності, як і на початку дослідження.

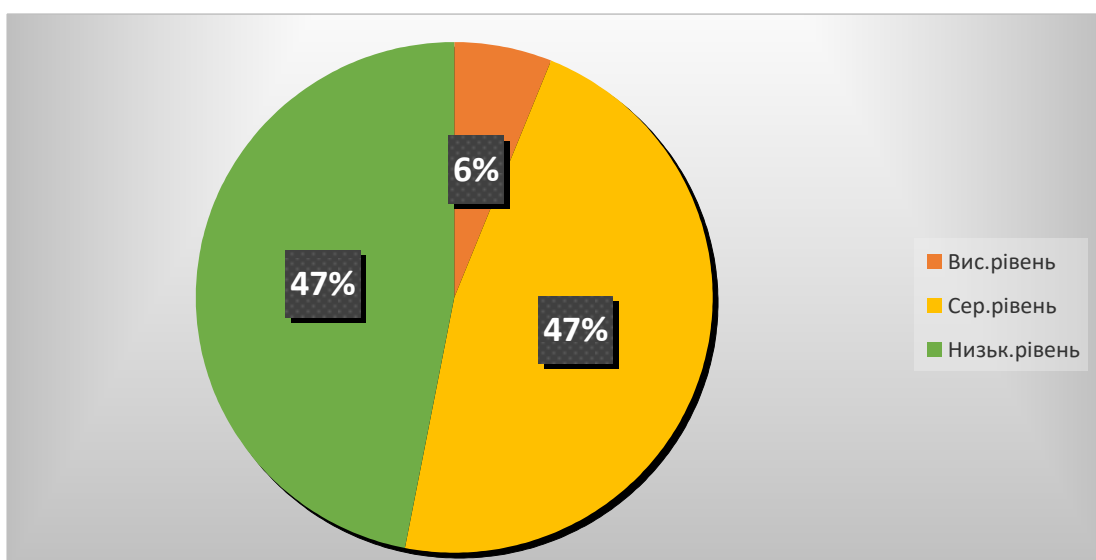


Рис. 2.9. Результати обстеження рівня точності влучення предмета в ціль дітьми старшого дошкільного віку, контрольна група

Таблиця 2.9.

Результати обстеження рівня точності влучення предмета в ціль дітьми старшого дошкільного віку, контрольна група

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Результат	Рівень
1	Ангеліна А.	7	Низький
2	Кіра Б.	7	Низький
3	Артемій В.	7	Низький
4	Артур Г.	7	Низький
5	Олексій Ж.	9	Середній
6	Назар З.	9	Середній
7	Назар К.	10	Середній
8	Варвара О.	9	Середній
9	Варвара М.	10	Середній
10.	Кіріл Н.	12	Високий
11.	Мілана Н.	10	Середній
12.	Злата Н.	10	Середній
13.	Богдан П.	7	Низький
14.	Максим Р.	8	Низький
15.	Валя Р.	7	Низький

Дітей з високим рівнем влучності – 6%, з середнім рівнем 47%, а з низьким рівнем – 47%

Таблиця 2.10.

Результати обстеження рівня точності влучення предмета в ціль дітьми старшого дошкільного віку, експериментальна група

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Результат	Рівень
1	Аріна А.	7	Низький
2	Рінат Б.	9	Середній
3	Артур Б.	13	Високий
4	Андрій Г.	12	Високий
5	Софія Д.	10	Середній
6	Соня Ж.	7	Низький
7	Ніколь З.	7	Низький
8	Єва О.	6	Низький
9	Женя П.	10	Середній
10.	Крістіна П.	11	Середній
11.	Алеся Н.	8	Середній
12.	Зоряна Н.	8	Середній
13.	Коля П.	8	Низький
14.	Альона Ф.	9	Середній
15.	Влад Ю.	11	Середній

Високий рівень мають 13%, середній рівень – 53%, низький рівень – 14%.

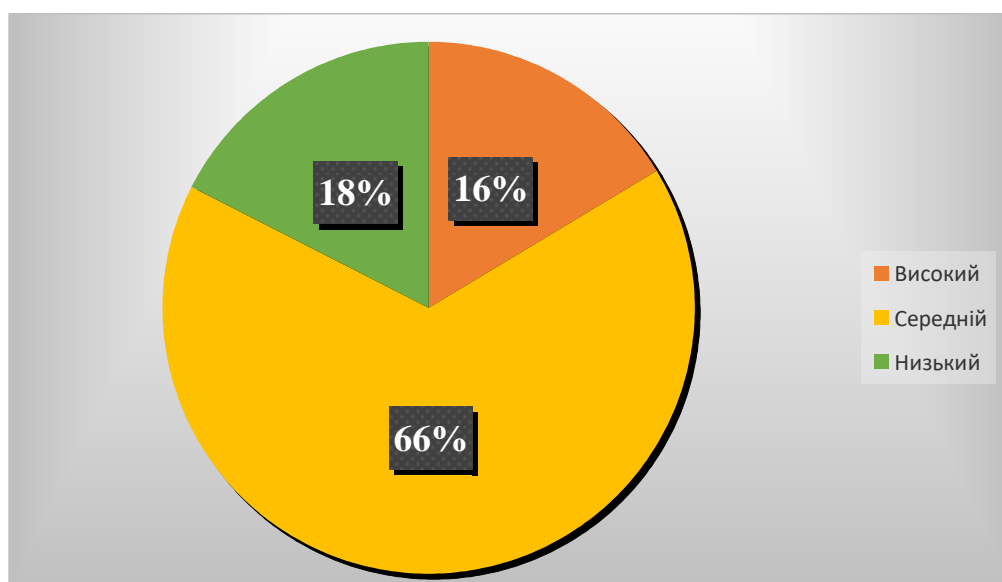


Рис. 2.10. Результати обстеження рівня точності влучення предмета в ціль дітьми старшого дошкільного віку, експериментальна група

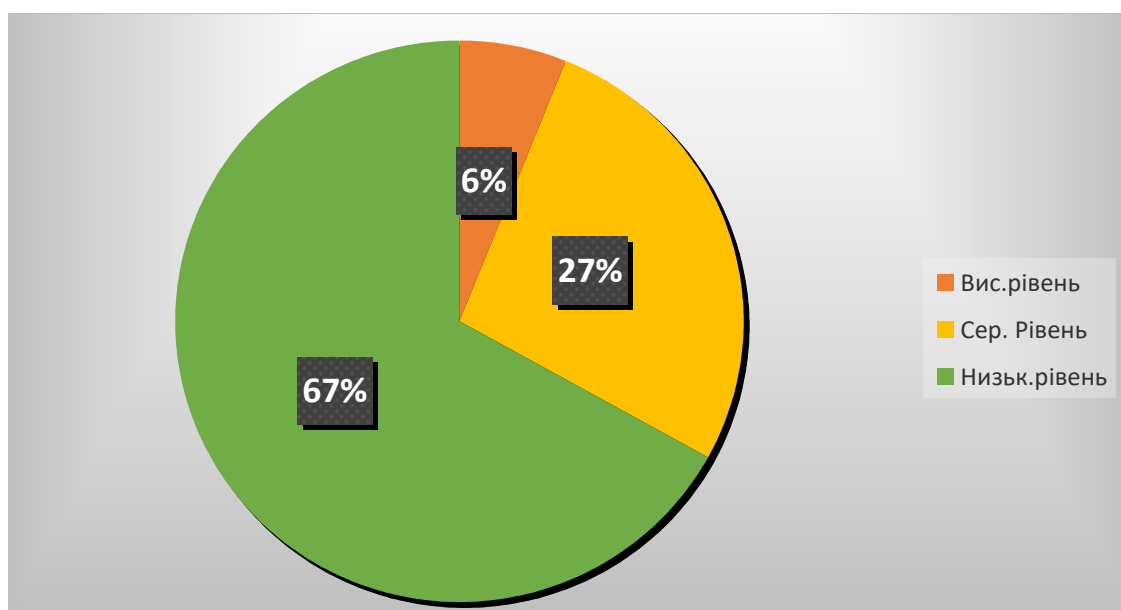


Рис. 2.11. Результати визначення влучності кидків малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, контрольна група

Таблиця 2.11.

Результати дослідження кидка малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, контрольна група

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучних кидків із 6 спроб		Сума влучань у вертикальну та горизонтальну ціль	Рівень
		У горизонтальну ціль	У вертикальну ціль		
1.	Ангеліна А.	1	2	3	Низьк.
2.	Кіра Б.	2	3	5	Сер.
3.	Артемій В.	3	3	6	Сер.
4.	Артур Г.	1	1	2	Низьк.
5.	Олексій Ж.	1	1	2	Низьк.
6.	Назар З.	2	1	3	Низьк.
7.	Назар К.	1	2	3	Низьк.
8.	Варвара О.	1	1	2	Низьк.
9.	Варвара М.	2	3	5	Сер.
10.	Кіріл Н.	5	4	9	Вис.
11.	Мілана Н.	2	1	3	Низьк.
12.	Злата Н.	1	1	2	Низьк.
13.	Богдан П.	1	1	2	Низьк.
14.	Максим Р.	1	1	2	Низьк.
15.	Валя Р.	2	2	4	Сер.

Дітей з високим рівнем – 6%, з середнім рівнем 27%, з низьким рівнем – 67%.

Таблиця 2.12.

Результати дослідження кидка малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, експериментальна група

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучних кидків із 6 спроб		Сума влучань у вертикальну горизонтальну	Рівень
		У горизонтальну	У вертикальну		
1	Аріна А.	4	4	8	Вис.
2	Рінат Б.	2	3	5	Сер.
3	Артур Б.	3	5	8	Сер.
4	Андрій Г.	5	4	9	Вис.
5	Софія Д.	2	3	5	Сер.
6	Соня Ж.	2	2	4	Сер.
7	Ніколь З.	1	2	3	Низьк.
8	Єва О.	3	2	5	Сер.
9	Женя П.	1	1	2	Низьк.
10.	Крістіна П.	2	2	4	Низьк.
11.	Алеся Н.	4	4	8	Вис.
12.	Зоряна Н.	1	1	2	Низьк.
13.	Коля П.	4	5	9	Вис.
14.	Альона Ф.	3	1	4	Сер.
15.	Влад Ю.	1	1	2	Низьк.

Дітей з високим рівнем влучання малим м'ячем в ціль – 27% середнім рівнем – дитини (40%), низьким – 33%.

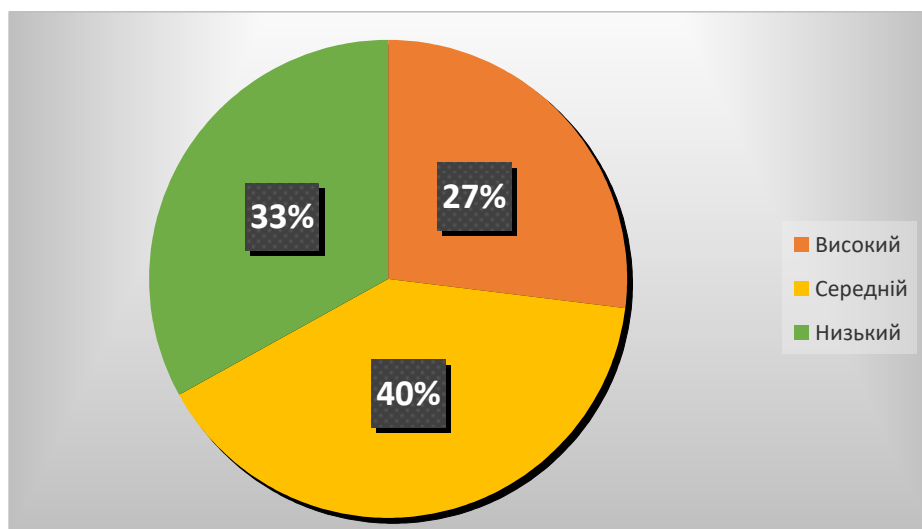


Рис.2.12.

Результати визначення влучності кидків малим м'ячем у горизонтальну та вертикальну ціль, експериментальна група.

Таблиця 2.13.

Результати контрольної групи за тестом «Швидше ціль»

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучань	Час	Рівень
1	Ангеліна А.	2	50 с	Середній
2	Кіра Б.	1	56с	Низький
3	Артемій В.	3	55 с	Середній
4	Артур Г.	3	57 с	Середній
5	Олексій Ж.	1	48 с	Низький
6	Назар З.	2	57 с	Середній
7	Назар К.	1	40 с	Низький
8	Варвара О.	1	50 с	Низький
9	Варвара М.	2	55,1 с	Середній
10.	Кіріл Н.	3	52 с	Середній
11.	Мілана Н.	3	55 с	Середній
12.	Злата Н.	1	58 с	Низький
13.	Богдан П.	1	50 с	Низький
14.	Максим Р.	1	55 с	Низький
15.	Валя Р.	1	53 с	Низький

За результатами даного тесту, можемо сказати, що загалом рівень покращився і дітей які б жодного разу не потрапили у ворітця не було. Маємо такі результати: високий рівень – 0 %, середній – 47%, низький – 53 %.

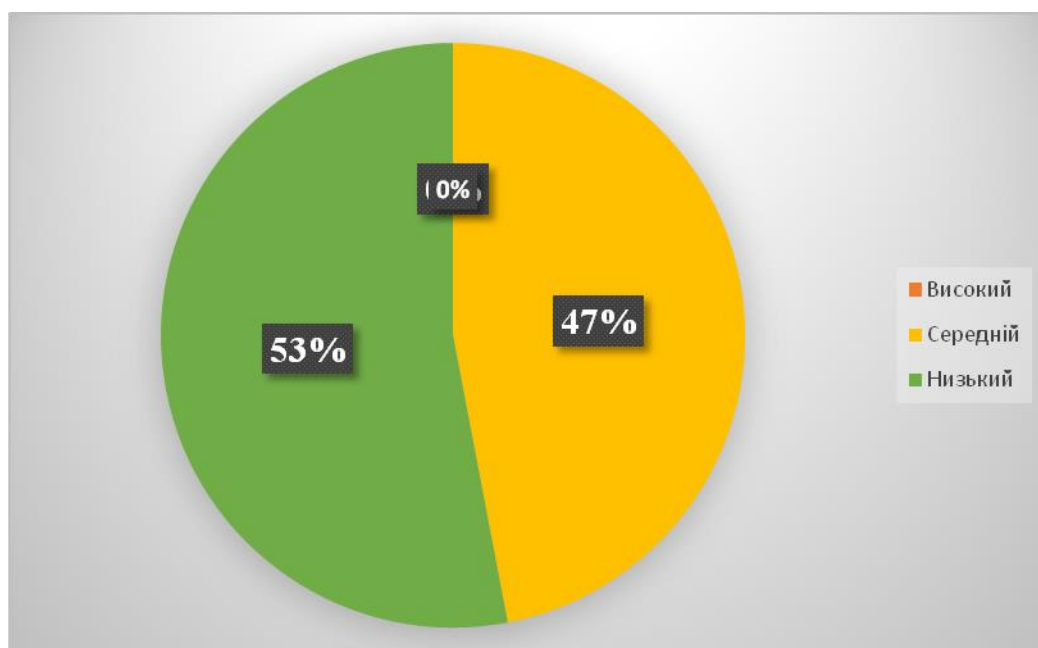


Рис. 2.13. Отримані результати контрольної групи за тестом «Швидше ціль»

Таблиця 2.14.

Отримані результати експериментальної групи після проведення тесту «Швидше ціль»

№ з/п	Ім'я, прізвище дитини	Кількість влучань	Час	Рівень
1	Аріна А.	1	50 с	Низький
2	Рінат Б.	4	56с	Високий
3	Артур Б.	3	47с	Середній
4	Андрій Г.	2	54с	Середній
5	Софія Д.	4	57 с	Високий
6	Соня Ж.	1	58 с	Низький
7	Ніколь З.	1	47,8 с	Низький
8	Єва О.	1	55 с	Низький
9	Женя П.	1	50 с	Низький
10.	Крістіна П.	3	58 с	Середній

11.	Алеся Н.	4	50 с	Високий
12.	Зоряна Н.	2	51,2 с	Середній
13.	Коля П.	3	56 с	Середній
14.	Альона Ф.	1	60 с	Низький
15.	Влад Ю.	1	55 с	Низький

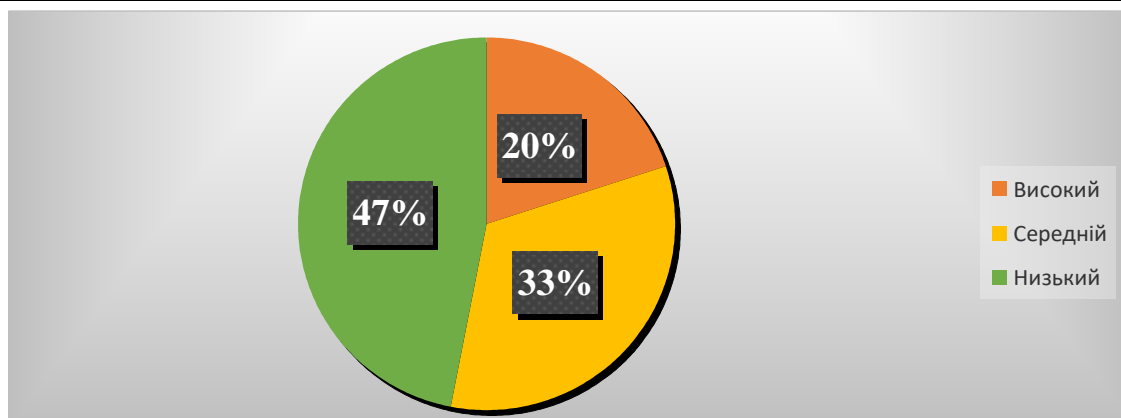


Рис. 2.14. Отримані результати експериментальної групи за тестом «Швидше ціль»

За результатами даного тесту, маємо такі результати високий рівень – 20 %, середній – 33%, низький – 47 %.

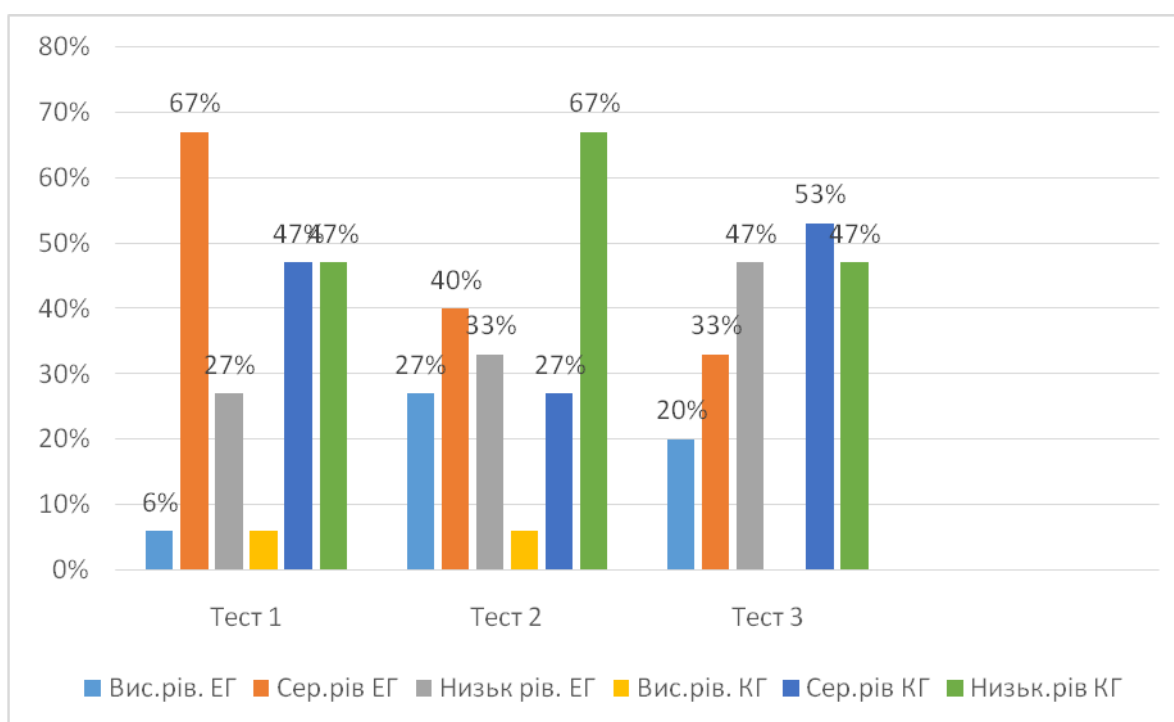


Рис. 2.15. Результати отриманих даних після проведення формувального експерименту по ЕГ та

Отже, за підсумками проведеного повторного дослідження, можемо визначити такі рівні розвитку влучності по експериментальній та контрольній групах на формувальному етапі.

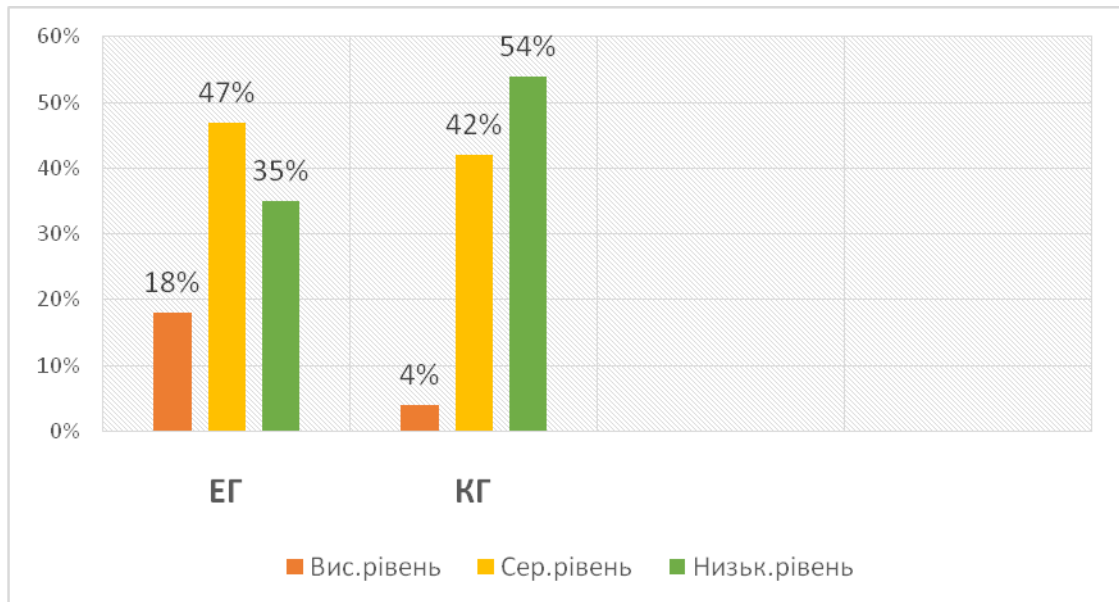


Рис. 2.16. Рівні розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку ЕГ та КГ на формувальному етапі дослідження

Якщо порівнювати результати констатувального та контрольного етапів, можемо підсумувати, що рівень розвитку влучності у дітей експериментальної групи значно покращився. Так, можемо сказати, відсоток дітей з високим рівнем розвитку влучності покращився по кожному із проведених тестів. Якщо говорити про дітей контрольної групи то особливого покращення результатів визначено не було, адже з ними рухливих ігор цілеспрямовано на розвиток влучності проведено не було.

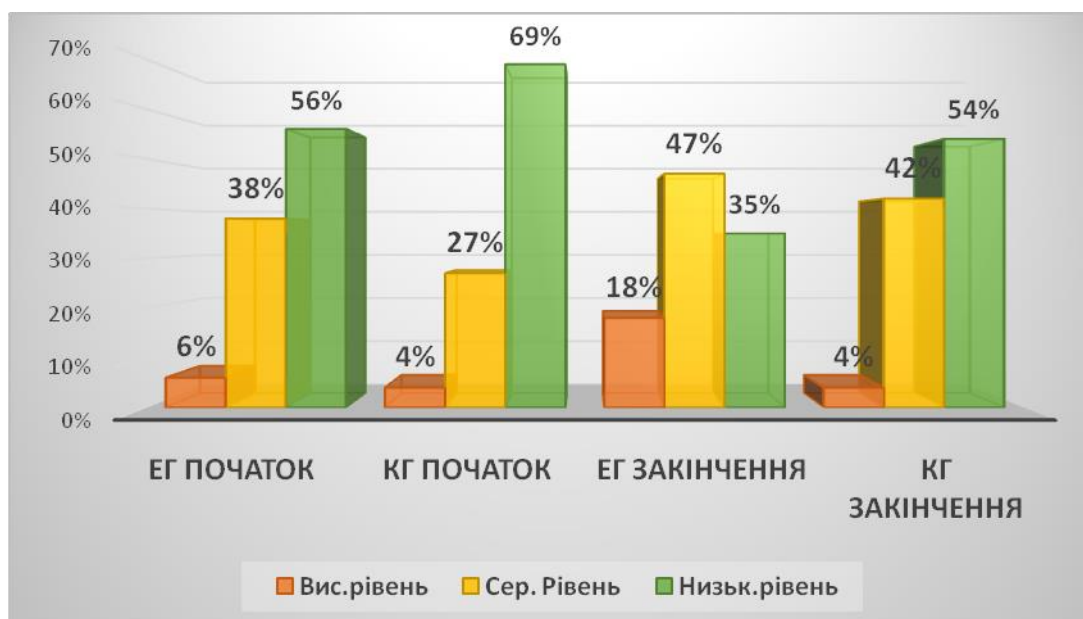


Рис. 2.17. Порівняльний аналіз результатів КГ та ЕГ на початку та в кінці експерименту.

Отже, підібрані та авторські рухливі ігри виявились ефективними у розвитку влучності дітей старшого дошкільного віку. Можемо сказати, що робота з дітьми експериментальної групи була сформована досить добре, адже помітними є покращення влучання дітьми м'ячем.

Висновки до розділу 2

Дослідження рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку проводилось на базі Кролевецького закладу дошкільної освіти (ясла – садка) № 7. До участі у дослідженні було залучено 30 дітей (15 дітей – експериментальна група, 15 дітей – контрольна група).

З метою більш глибокого аналізу розвитку влучності у дітей, було проведено спостереження за роботою вихователя з дітьми, зокрема її використанням ігор спортивного характеру на розвиток влучності.

Перед проведенням спостереження ми проаналізували стан здоров'я дітей та їх фізичний розвиток. Особлива увага під час спостереження зверталась на роботу вихователя, на здійснення ним індивідуального підходу до дітей у процесі формування влучності.

Проведений нами констатувальний експеримент довів, що рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку потребує покращення. Для підвищення рівня влучності у дітей нами було розроблено систему рухливих ігор з м'ячем а також впроваджено у практику роботи з дітьми ігри з елементами спорту.

Основними вимогами до підбору та розробки авторських ігор для розвитку влучності у старших дошкільників були:

1. Викликати бажання дітей приймати участь у рухливих іграх.
2. Дотримання структури організації гри, її мети та виконання завдань.
3. Рухлива гра повинна сприйматись усією групою однолітків.
4. Вміння вихователя встановити контакт з дошкільниками.

5. Вихователь має вірити в те, що гра допоможе дітям досягти поставленої мети. Тільки тоді робота буде ефективною.

Якщо порівнювати результати до проведеної роботи на констатувальному етапі та після проведеної роботи на контрольному етапі, то можна сказати, що рівень розвитку влучності у дітей експериментальної групи значно покращився, так високого рівня було лише 6%, а стало 18 %, середнього рівня було – 38%, а стало 47%, низького рівня було 56%, а стало - 35%. Як бачимо високого рівня стало більше на 12%, а низького стало менше на 11%. Результати контрольної групи не показують значного покращення, адже з цими дітьми спеціально спланованої роботи не було, тому і результат набагато не покращився, лише середнього рівня збільшилось тільки тому, що попередні результати були граничними між низьким і середнім. А так як вихователі все одно планують роботу, хоч і у невеликій кількості на розвиток влучності, проте деяким дітям і цих вправ вистачає.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Після теоретичного та експериментального дослідження проблеми розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку під час використання ігор з м'ячем ми можемо зробити наступні висновки:

1. У старшому дошкільному віці важливу роль відіграють колективні ігри з використанням м'яча. Граючи у такі ігри, у дошкільників активно розвиваються моральні якості такі як: колективізм, дисциплінованість, організованість; а також фізичні якості: спритність, точність, влучність. На сьогодні питання розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку шляхом використання ігор з м'ячем є досить актуальним, адже все більше закладів дошкільної освіти впроваджують в роботу ігри спортивного характеру такі як: баскетбол, футбол, настільний теніс та ін.

2. Проблемою вивчення рухової активності дітей займалися ряд науковців: Е. Вільчковський, Н. Денисенко, О. Курок, Т. Дмитренко, П. Лесгафт, В. Ігнат'єв, М. Семашко, Б. Ашмарін, В. Заціорський, Л. Матвеев та інші. Проблемою розвитку влучності та окоміру займались: Е. Адашкявічене, Е. Вільчковський, О. Курок, Т. Осокіна та ін. Зокрема важливої уваги науковці надавали розвитку влучності шляхом спортивних ігор.

3. Як показав аналіз літературних джерел, проблема розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку достатньо розкрита та досліджена. За результатами експериментального дослідження даної проблеми можемо сказати, що вихователі не завжди враховували індивідуальні особливості дітей під час організації рухливих ігор.

4. На основі теоретичного та практичного дослідження проблеми нашої наукової роботи, ми розробили та запропонували батькам та вихователям практичні поради та рекомендації для подальшої роботи з підвищення рівня влучності у дітей старшого дошкільного віку.

5. У ході констатувального етапу дослідження було виявлено що рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку у більшій мірі є

низьким. Запропоновані методи підвищення рівня розвитку влучності засобами рухливих ігор з м'ячем та ігор спортивного характеру.

6. На початку дослідження було висунуто гіпотезу про те, що рівень розвитку влучності у старших дошкільників під час ігор з м'ячем буде вищим за умов:

- систематичного проведення ігор з м'ячем під час занять з фізкультури;
- врахування рівня розвитку таких характеристик як координація рухів та орієнтація у просторі.
- використання елементів футболу та баскетболу під час прогулянки.

Ця гіпотеза у ході практичного дослідження підтвердилась. Проведена робота з дітьми підтвердила ефективність використання рухливих ігор з м'ячем та ігор з елементами спорту.

Якщо порівнювати результати констатувального та контрольного етапів, можемо підсумувати, що рівень розвитку влучності у дітей експериментальної групи значно покращився. Так, можемо сказати, відсоток дітей з високим рівнем розвитку влучності збільшився на 12%, з середнім рівнем на 9%, а дітей з низьким рівнем розвитку влучності стало менше на 21%. При цьому важливо уточнити те, що на початку дослідження дітей з низьким рівнем було досить багато, але велика частина з них була на межі переходу у середній рівень, особливо якщо говорити про контрольну групу. В ній також показники змінилися тільки між середнім та низьким рівнями, а от високий рівень залишився незмінним 4%. Так як з дітьми контрольної групи цілеспрямованої роботи на покращення рівня влучності не проводилось, ці діти приймали участь лише у заняттях з фізичної культури відповідно до освітньої програми, тому рівень їх влучності і змінився але у незначній мірі.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Для вихователів

1. Перед тим як починати планування роботи щодо розвитку влучності та окоміру дітей дошкільного віку, вихователеві необхідно встановити рівень розвитку влучності окремо кожної дитини. Можливо не всі діти надають перевагу іграм спортивного характеру, або ж за станом здоров'я не можуть повноцінно справлятися з ними. Для одержання таких відомостей слід проконсультуватися з медичною сестрою закладу та батьками дітей.

2. Під час планування та проведення занять рекомендовано використовувати ігри різної складності враховуючи індивідуальний рівень розвитку кожної дитини.

3. Використовуючи ігри та вправи різної складності, дітей слід об'єднувати у групи за рівнем розвитку влучності та окоміру. Але слід пам'ятати, що такі об'єднання слід робити залежно від мети гри. Якщо ігри командні, то і ділити дітей потрібно приблизно рівними силами, не так щоб одна команда мала сильних гравців, а інша слабких.

4. При об'єднанні дітей у групи чи команди, слід враховувати і індивідуальні психічні особливості. Адже одна дитина, потрапивши у групу з вищим рівнем підготовки ніж у неї буде прагнути досягти кращих результатів, а інша навпаки почуватиме себе некомфортно. При цьому матиме ще гірші результати в тих чи інших вправах.

5. Індивідуальні заняття з дітьми під час прогулянок, у вільний від занять час приносять позитивні зрушення у розвитку влучності та окоміру. Адже це такі характеристики, які можна тренувати.

6. Спортивні ігри доцільно використовувати під час прогулянок. Адже під час цього режимного моменту можна організувати повноцінну гру, з дотриманням правил та необхідним інвентарем.

7. Великого значення для розвитку фізичної підготовки дітей, не тільки влучності, має робота з батьками. Тому вихователям потрібно проводити

відповідну роботу з батьками, інформувати їх про рівень розвитку влучності дітей, надавати необхідну теоретичну та практичну допомогу.

8. Для того щоб рівень розвитку влучності у дітей підвищився, використовуйте різноманітні рухливі ігри з м'ячем, а також ігри спортивного характеру з поділом на команди. Так діти активніші і намагаються показати кращий результат.

9. Для підвищення рівня влучності доцільно використовувати авторські ігри.

10. Розвивайте у дітей якості, які необхідні для ігор з м'ячем.

11. Розвивайте у дітей бажання грати у рухливі ігри не тільки з м'ячем, а й іншими сезонними матеріалами такими як: шишки, сніжки і т.д.

Для батьків

1. Надавайте важливого значення розвитку різноманітних фізичних характеристик дитини, не лише влучності. Не будьте байдужими до малорухливості ваших дітей. На зауваження, що дитина не проявляє інтересу до рухливих ігор, або ж є пасивною у іграх, батьки, як правило відповідають, що все з віком налагодиться. Це є неприпустимою помилкою, адже це може бути негативним сигналом порушення у розвитку дитини.

2. Необхідно всіма можливими способами заохочувати рухову діяльність дитини. Пропонувати дитині пограти у м'яча, покидати його в кошик або ж просто прогулятись на вулиці.

3. Стимулюйте спільні ігри вашої дитини з іншими дітьми. Для розвитку влучності цікаво і корисно грати у командні ігри. Адже гра з м'ячем самому є не досить ефективною та веселою.

4. Цікавим було б придумувати раз на тиждень «День спорту», або хоча б «Година спорту». Ви з дитиною разом обирали б гру з м'ячем для сьогоднішнього дня. Це було б цікаво і корисно для дитини.

5. Для розвитку влучності добре було б облаштувати вдома невеличкий спортивний куточок у дворі або ж поблизу дому. Зробити футбольні ворота

або повісити баскетбольне кільце, чи намалювати мішень на стовпі було б основою для подальшої роботи з розвитку влучності.

6. Пригадайте якісь цікаві ігри для розвитку влучності із свого дитинства; розкажіть дитині цю гру та разом придумуйте ускладнення для них.

7. Об'єднайтесь ще з декількома сім'ями які живуть поблизу вас та разом працюйте для успішного фізичного розвитку ваших дітей.

8. Консультуйтеся з вихователями закладу дошкільної освіти з приводу особливостей розвитку влучності дитини, з'ясуйте, чи все відповідає нормі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адашкявичене, Э. Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: книга для воспитателя детского сада. Москва: Просвещение. 1992. 159 с.
2. Адашкявичене Э. Й. Баскетбол для дошкольников. Москва : Просвещение. 1983. 85с
3. Андриєтті О. О. Голубович О. П., Долинна Т.В., Дяченко Т.С., Ільченко Г.Є. Лисеко Г.М., Панасюк Т.В., Петрова Г.В., Піроженко Т.О, РоманкоН.О., Н.А. Случинська, Н.І. Трикоз. Програма розвитку дітей старшого дошкільного віку «Впевнений старт. Тернопіль : Мандрівець, 2013, 104 с.
4. Андриющенко Т. Здоров'язбережувальна компетентність змалку. *Палітра педагога*. 2014. № 6. С.35-37.
5. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития: Москва: Наука, 1981. 282 с.
6. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція). URL : https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf (дата звернення 27.03.2021.)
7. Богініч О. Л. Фізичне виховання дітей дошкільного віку засобами гри. Київ. СП «ЧИП». 2001. 140 с.
8. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии: Москва: Физкультура и спорт. 1991. 283 с.
9. Бобровська О. Як козаки вчилися у футбол грати. Сценарій фізкультурної розваги для старшої групи. *Вихователь-методист* .2019. № 10. С. 68-69.

10. Богініч О.Л. Бабачук Ю.М. Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей старшого дошкільного віку: методичний посібник .Тернопіль: Мандрівець, 2014. 24 с.
11. Богініч О. Л., Левицька Н. В., Лохвицька Л. В., Сварковська Л. А. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку: навчально-методичний посібник. Київ : Генеза. 2013. 127 с.
12. Вільчковський Е.С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : підручник. Суми: 2019. 467 с.
13. Вільчковський Е. С. Рухливі ігри в дитячому садку. Київ: Радянська школа, 1989. 176 с.
14. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Фізичне виховання дітей у дошкільному закладі. Київ, 2001, 214 с.
15. Вільчковський Е.С. Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: навчально – методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець.2008.128 с.
16. Вильчковский Э.С. Физическое воспитание дошкольников в семье. Киев: Радянська школа. 1987. 128 с.
17. Волошина, Л. Н. Влияние подвижных игр с элементами спорта на развитие двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста: автореф. дисс. канд. пед. наук: Екатеринбург, 2001. 23 с. Режим доступа: URL <http://medical-diss.com/medicina/vliyanie-uprazhneniy-povyshennoy-koordinatsionnoy-slozhnosti-na-fizicheskoe-razvitie-detey-doshkolnogo-vozrasta-4-7-let> (дата звернення 30.01.2021р.)
18. Ганчо О. Реалізуємо гендерний підхід до фізичного розвитку дошкільників (за методикою М. Єфіменка). *Дошкільне виховання*. 2020. № 6. С. 20-25
19. Гиндюк Н. Збагачуємо словник дітей у процесі фізичного виховання, з досвіду роботи. *Палітра педагога*. 2018. № 2. С.38.

20. Герасименко Л. В. Способи організації дітей на фізкультурному занятті: здоров'язбережувальний підхід. *Дошкільне виховання*. 2013. № 10. С.9-12
21. Голощопова Т.В. Зростаємо здоровими. *Дошкільний навчальний заклад*. 2011. № 6. С. 21-23
22. Денисенко Н. Ф., Аксьонова О. М. Через рух до здоров'я. Тернопіль. 2009. 88 с.
23. Дмитренко Т. И. Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста. Киев: Радянська школа. 1983. 112с.
24. Дорошенко В. В. Баскетбол на весь рік. *Палітра педагога*. 2010. № 1. С.17-22.
25. Дорошеко В.В. Спорт – здоров'я, спорт – це сила, що дають всім дітям крила. Спортивний фестиваль. *Дошкільний навчальний заклад*. 2016. №7. С. 5-10.
26. Єфименко М. Моніторинг стану фізичного розвитку дошкільнят. З чого починати? *Дошкільне виховання*. 2017. №4. С. 24-26.
27. Єфименко М. Рух – це життя. Даруймо його дітям щодня. Оптимальний руховий режим у дошкільника. *Палітра педагога*. 2017. № 7. С.13-15.
28. Жук О.Д. Фізкультурні заняття на свіжому повітрі з дітьми старшого дошкільного віку: методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець. 2014. 104 с.
29. Курок О.І. Заняття з елементами футболу в дитячому садку: методичні рекомендації. Київ. 1991. 48 с.
30. Кобіна І.А. Королівство міцного горішка. Спортивний фестиваль. *Дошкільний навчальний заклад*. 2012. №11. С. 17-21.
31. Ковтун Є.Ф., Цимерман І.Л. Зростаємо здоровими: методичні рекомендації щодо фізкультурно-оздоровчої роботи у ДНЗ. Суми. 2008. 53 с.
32. Левінець Н. Оптимальний руховий режим у закладі дошкільної освіти. *Палітра педагога*. 2020 № 1. С.3-6.

33. Лущик І.В. Фізичне виховання дошкільників. Фізкультурна і оздоровча робота. Харків. 2007. 224 с.
34. Лущик І.В. Рухливі ігри у дитячому садку. Харків. 2008. 110 с.
35. Машовець М. Прогулянка – час яскравих вражень, активності та пізнання. *Вихователь-методист*. 2018. № 6. С.52
36. Мирошниченко І. В. Шляхи формування компетентності дошкільників із фізичного розвитку. Семінар-практикум для вихователів та інструкторів з фізкультури. *Дошкільне виховання*. 2017. № 9. С. 25-30.
37. Олійник Н. В. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу роботу ДНЗ. *Дошкільний навчальний заклад*. 2011. №2. С. 13-15.
38. Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду: пособие для воспитателей детского сада. Москва. Просвещение. 1978. 287 с.
39. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет: пособие для воспитателей детского сада. Москва. 1983. 95 с.
40. Постіна І. Рух + рух = формула здоров'я для малюків. *Дитячий садок*. 2012. №11. С. 14-16.
41. Струннікова Д. І. Проведення рухливих ігор. *Дитячий садок*. 2012. № 39. С. 13-16.
42. Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Пасічник В. М Дидактичні ігри з м'ячами: навчальний посібник. Львів. 2014. 206 с.
43. Рунова М. О. Рухова активність дитини в дитячому садку: посібник для працівників дошкільних закладів, викладачів і студентів педвузів і коледжів: переклад з російської мови. Харків. 2007. 192 с.
44. Рухливі ігри для малюків. *Методична скарбничка вихователя*. 2014. № 6. С. 5-7.
45. Соловйова Л. Розвивальний потенціал рухливої гри у становленні довільної поведінки дошкільника. *Вихователь-методист*. 2017. № 2. С.34-36.

46. Фізичний розвиток дітей в умовах дошкільного навчального закладу. Методичні рекомендації МОНУ. *Палітра педагога*. 2010. №9. С. 5-7.
47. Цвек С. Ф. Спортивні ігри та розваги дошкільнят. Київ. Радянська школа. 1990. 78 с.
48. Чабовская А. П., Голубев В. В., Егорова Т. И. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста: учебн. для студ. пед. институтов. Москва. Просвещение. 1987. 272 с.
49. Шебеко В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Минск. Высшая школа. 2010. 288 с.
50. Шовкопляс О.М. Медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні дітей: навч. посібн. Глухів. Нац. ун-т і. О. Довженка. Глухів: РВВ Глухівського НПУ. 2015. 132 с.
51. Юрко Г. П., Спирина В. П. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста. Москва. Медицина. 1978. 248 с.
52. Юрченко Н. Ф. Ігрова діяльність старших дошкільників. Харків. 2012. 304 с.
53. Яковлева Л. В. Физическое воспитание и здоровье детей 3-7 лет. Москва. Гуманит. изд. центр ВЛАДОС. 2004. 315 с.
54. Яновська С. Спортивні розваги – для розвитку і забави. *Дошкільне виховання*. 2011. № 9. С. 27-28.

Додаток А

Рухливі ігри з м'ячем для старших дошкільників**Забий у ворота.**

Декілька гравців (4-6) стають на лінію, накреслену на 5 м від воріт, – це нападаючі. Двоє дітей (3) – захисники, вони розташовуються між лінією і воротами.

Нападаючі по черзі забивають у ворота три м'яча. Захисники намагаються піймати м'ячі і повертають назад нападаючим. Потім діти міняються ролями. Виграє та дитина, яка забиває м'ячі у ворота.

**У кого більше м'ячів.**

Діти утворять дві різні команди. Кожна з них бере два м'ячі і розташовується на своїй половині площадки. Площадка розділена сіткою, підвішеної на рівні 40 – 50 см. від землі. Після сигналу вихователя діти намагаються ударом ноги так направити м'яч, щоб він, прокотивши під сіткою, зупинився на протилежній стороні площадки. Виграє та команда, у якої після другого сигналу вихователя знаходиться менше м'ячів, а програє та команда, у якої одночасно виявиться чотири м'ячі.



Футболіст.

Діти стають у лінію або коло. У центрі кола (або перед гравцями) кладеться м'яч. За сигналом вихователя дитина закриває очі, робить поворот, йде до м'яча і намагається вдарити по ньому ногою.



Забий гол.

У грі одночасно беруть участь дві команди. Над середньою лінією поля (20\10 м) на висоті 70 – 80 см. натягають шнур. По обидва боки поля в 2 м від середньої лінії кресляться обмежувальні смуги. Кожна з команд розташовується на своїй половині. У гру вводиться два м'ячі. Гравці намагаються ударом ноги так направити м'яч, щоб він вийшов за межі площадки суперників, тобто забити гол. Однак гол зараховується лише в тому випадку, якщо м'яч перетне лицьову лінію поля.

Забороняється робити удари по м'ячу, який знаходиться між обмежувальною і середньою лініями поля. Перемагає команда, що зуміла за домовлений час забити більше голів.



Зміна сторін.

У грі одночасно беруть участь дві команди, у складі 7-10 гравців. На майданчику 15 – 20 м одна від одної позначаються дві паралельні лінії. Кожна команда розташовується за своєю лінією. Усі діти мають по м'ячу. За сигналом гравці обох команд починають вести м'ячі (ногами) до лінії суперників. Як тільки м'яч перетне лінію, гравець бере його в руки і піднімає нагору. Перемагає команда, гравці якої зуміють швидше перебратися на сторону суперників.



З двома м'ячами.

У грі беруть участь пари. Вони розташовуються на протилежних сторонах коридору шириною 4 м на відстані 5 - 6 м один від одного. Коридор можна позначити прапорцями. Обоє гравця мають по м'ячу. За сигналом вони одночасно направляють м'яч один одному, а потім ударом по м'ячу, що котиться, знову повертають його назад.

Якщо м'ячі зіштовхнулися чи один з них вийшов за межі коридору, пари завершують змагання. Перемагає пари, що зуміла довше інших без помилок виконати вправу.



Сильний удар.

На площадці позначається лінія удару, а далі – коридор шириною 10 м. Гравці по черзі роблять по 3 удари лівою і правою ногою, прагнучи послати м'яч якнайдалі. Спроба зараховується, якщо м'яч приземлиться в межах коридору. Перемагає дитина, що послала м'яч далі інших (береться результат однієї спроби).



Попади у мішень.

Діти по черзі з відстані 7 - 10 м прагнуть потрапити в коло діаметром 1 м, позначений на дерев'яному щиті чи стінці. Кожний виконує по 3 удари правою і лівою ногою по нерухомому м'ячу. Перемагає дитина, що зуміла зробити більше точних улучень. Гру можна провести і як командну. У цьому випадку переможницею вважається команда, гравці якої в сумі забили більше голів.

Наздожени м'яча.

Сприяє повноцінному фізичному розвитку дитини;

- розвиває влучність, фізичну активність, швидкість руху.

Двоє дітей стають по обидва боки біля педагога. Педагог в обох руках тримає гумові м'ячі. За сигналом він прокочує м'ячі по підлозі, а діти

намагаються якнайшвидше наздогнати кожен свого м'яча. Перемагає той, хто швидше наздогнав м'яч і повернув його педагогу.



Біг з м'ячами.

Сприяє повноцінному фізичному розвитку дитини;

- розвиває фізичну активність, швидкість руху.

Діти тримають по гумовому м'ячу в кожній руці. За сигналом педагога діти біжать до кінця зали й повертаються назад. Перемагає той, хто перший прибіжить із двома м'ячами.



Назбирай найбільше.

Розвиває влучність, фізичну активність, швидкість руху, вміння вкидати м'яч із-за голови.

Тримаючи в руках кошик з маленькими м'ячами, педагог розкидає їх по залі. За командою педагога діти мають назбирати в свої кошики якомога більше м'ячів.

Кинь з-за голови.

Розвиває влучність, фізичну активність, швидкість руху, вміння вкидати м'яч з-за голови.

Діти стають на одній лінії, у кожного в руках гумовий м'яч. За командою педагога діти, тримаючи м'яч двома руками, заносять його за голову й кидають уперед. Перемагає той, хто правильно і якнайдалі кине м'яча, наздожене його і повернеться з м'ячем на своє місце.

Підкинь та злови.

- сприяє повноцінному фізичному розвитку дитини;
- розвиває влучність, фізичну активність, швидкість руху.

Педагог підкидає і ловить гумового м'яча. Потім діти беруть до рук гумові м'ячі та повторюють рухи педагога. Перемагає той, хто правильно підкине і зловить м'яч найбільше разів. Важливо, щоб м'яч не падав на підлогу.

Прокоти м'яч.

Сприяє повноцінному фізичному розвитку дитини;

- розвиває влучність, фізичну активність, швидкість руху.

Діти тримають у руках по гумовому м'ячу. За командою педагога кожен кладе м'яч на підлогу й починає котити його до кінця зали. Перемагає той, хто найшвидше докотить м'яч до кінця зали і повернеться з ним на місце.



Перевезення вантажу.

Розвиває фізичну активність, швидкість руху, координацію рухів.

Діти лягають на живіт, затискаючи гумовий м'яч між колінами. За допомогою рук за командою педагога починають рухатися в інший кінець зали. Перемагає той, хто найшвидше дістанеться іншого кінця зали, не втративши м'яч.

Стрибки з м'ячем.

Розвиває фізичну активність, швидкість руху, координацію рухів.

Діти стоять на одній лінії, тримаючи гумовий м'яч між колінами. За командою педагога діти починають стрибати в протилежний кінець зали, підтримуючи м'яч руками. Перемагає той, хто першим дістанеться протилежного кінця зали, не втративши м'яч.

Відбий та злови.

Розвиває фізичну активність, швидкість руху, координацію рухів.

Кожен з дітей тримає в руках по гумовому м'ячу. Після показу педагога діти відбивають м'яч від підлоги й ловлять його руками. Перемагає той, хто правильно відбивав м'яч і ловив його найбільше разів.

Снайпер.

Розвиває влучність, фізичну активність, швидкість руху, координацію рухів.

Діти стають з гумовим м'ячем у руках на відстані одного, півтора чи двох метрів від мішені. За командою педагога діти по черзі намагаються влучити м'ячем у мішень. Як ускладнення можна використовувати м'ячі різного діаметру та кидати їх по черзі то правою, то лівою рукою. Перемагає той, хто влучав найчастіше.



Злови м'яч.

Розвиває координацію рухів.

Діти стоять на одній лінії обличчям до стіни, тримаючи в руках по гумовому м'ячу. Після пояснення і показу педагога діти по черзі кидають м'яч з-за голови об стіну й ловлять його. Перемагає той, хто зловить м'яч найбільше разів.

Підкинь та переклади.

Розвиває координацію рухів.

Педагог показує дітям, як перекладати та перекидати м'яч з руки в руку. Після чого кожен з дітей, тримаючи в руках гумовий м'яч, повторює рухи педагога. Перемагає той, хто найбільше разів переклав і перекинув м'яч з руки в руку, не впустивши його.

М'яч по колу.

Передавати м'яч одне одному, влучати в ціль;

- розвиває координацію рухів, фізичну активність.

Діти утворюють дві команди, кожна з яких утворює коло. Діти в колі стоять на відстані витягнутої руки одне від одного. Одна дитина тримає м'яч у руках.

За командою педагога діти швидко починають передавати м'яч із рук в руки по колу. Перемагає та команда, чий м'яч швидше обійшов коло.



Кеглі.

Передавати м'яч одне одному, влучати в ціль;

- розвиває влучність, координацію рухів, фізичну активність.

На відстані 4 м від лінії, за якою стоять діти, педагог розкладає 5-6 кеглів. У кожного з дітей у руках м'яч. Після команди педагога діти по черзі

починають котити м'яч, намагаючись збити найбільше кеглів. Відтак педагог знову виставляє кеглі і гра триває. Перемагає той, хто збив найбільшу кількість кеглів, не переступаючи через лінію.

Перекинь через сітку.

Вчить утримувати рівновагу;

- розвиває фізичну активність.

Діти стоять із м'ячами в руках обличчям до натягнутої перед ними сітки (висота сітки 1,5-2 м). Педагог пояснює, що діти мають перекинути м'яч через сітку, кидаючи його з-за голови. За командою педагога діти перекидають м'яч через сітку, біжать за ним і повертаються на місце. Наступний кидок знов виконують за сигналом педагога.

Перемагає той, хто перекинув через сітку найбільше м'ячів.

Кенгуряга.

Утримувати рівновагу;

- розвиває фізичну активність.

Діти сідають на фітболи, притримуючи їх руками з боків або за «ріжки». За командою педагога діти стрибають уперед, осідлавши фітбол. Перемагає той, хто першим дострибає до фінішу. Для цієї вправи можна використати баскетбольні м'ячі.

Вибивний.

Розвиває влучність, спритність, фізичну активність.

Перед початком гри педагог вибирає серед дітей двох ведучих. Вони стають одне навпроти одного на відстані 10-12 м. Перед кожним з них креслять лінію, за яку вони не мають права заходити. Решта дітей стають у центрі між ведучими. За командою педагога діти починають рухатися, а ведучі кидають у них м'яча. У кого влучили, той вибуває з гри. Гра завершується, коли у центрі залишаться двоє дітей. Вони стають ведучими і гра починається знову.

Їстівне-неїстівне.

Суть гри дуже проста: ведучий, кидає м'яч гравцеві і називає предмет. Якщо предмет їстівний, гравець повинен упіймати м'яч, якщо ні – відбити його. За допомогою такої гри дитина не лише навчиться швидко реагувати, але ще й зможе зробити свій словниковий запас активнішим і розвинути увагу.

Гра-заняття «Футбол»

Мета: вчити дітей орієнтуватися у просторі під час гри у футбол. Формувати вміння швидко реагувати на сигнал судді, розвивати спритність, увагу, мислення.

Хід: вихователь – виступає в ролі судді, діти розподіляються на дві команди. Грають у футбол за знайомими для них правилами. Гра триває до 10 очок. Яка команда першою набрала очки, та і виграла.



Гаряча картопля

Серед активних ігор з м'ячем для дітей шкільного віку ця забава, мабуть, найцікавіша. Її учасники стають в коло й перекидають один одному м'яч, відбиваючи його. Якщо хтось з гравців не відбив м'яч, він сідає навпочіпки в центр круга й намагається упіймати м'яч, не встаючи повністю. Коли йому це вдається, він міняється з тим учасником, який останнім відбив м'яч. Ця гра чудово підходить і для розваг на повітрі, і для забав у приміщенні.

Авторські ігри спрямовані на розвиток та покращення рівня влучності

Гра «Влуч сніжкою»

Гра полягала в тому, що кожен учасник ліпив собі за допомогою сніжколіпа набір «патронів» – сніжок 3 шт., тим часом вихователь ставив на лавку м'яку іграшку. Завданням дітей було збити сніжками іграшку якнайбільшу кількість разів. Перемогу отримувала дитина яка збивала іграшку найчастіше.

Гра «Поціль у ямку»

Мета гри: підвищення рівня потрапляння малим м'ячем у горизонтальну ціль. Діти отримували можливість зробити 3 спроби щоб влучити м'ячем у ямку. Хто з трьох спроб жодного разу не потрапляє, той вибуває з гри. Такі ігри особливо подобаються дітям, адже ігри на вибування підвищують інтерес і бажання виграти.

Гра «Дартс»(не дротиками, а маленькими м'ячиками схожими на тенісні м'ячі, які за допомогою липучки прилипають до мішені).

Завданням дітей було влучити в мішень будь якою рукою. Коли діти вивчили гру, ми ускладнили гру, почали ділитись на команди. Відповідно яка команда більше разів влучила у мішень та і виграла.

Гра «Двома руками».

Мета: вправляти дітей в умінні влучати м'ячиками в ціль.

Хід гри: дитина тримає в обох руках по м'ячику червоного та зеленого кольорів, на відстані 3 м від неї стоїть два ящички таких же кольорів як і м'ячі. Дитині пропонується кинути м'яч відповідного кольору у відповідний ящичок, кидки потрібно зробити не одночасно, але швидко один за одним.

Гра є досить складною, тому доцільно її проводити в кінці формувального етапу експерименту або є після попередньої спеціальної підготовки.

Гра «Ракета».

Мета: влучити у спеціальні отвори ракети для того щоб вона «полетіла». Хто швидше влучить, той і виграє. Ця гра сприяла розвитку окоміру, влучності та швидкості метання в ціль.

Хід: діти ділились на дві команди, кожен учасник отримував по гумовому м'ячу. Перед дітьми розташовувати ракету з отворами (це могла бути проста гімнастична драбина). Кожен учасник повинен влучити у отвори ракети, для того, щоб її запустити, та команда учасники якої всі влучили у отвори – виграє.

Додаток В

Рухливі ігри на вдосконалення навичок передачі, ведення та влучання м'яча у ворота (ногами)**Рухома ціль**

Мета: удосконалювати вміння дітей передавати м'яч один одному ногою, намагаючись влучити у ведучого.

Хід гри: Всі діти поділяються на декілька груп, кожна група стає в коло, ведучий у центрі. Діти передають один одному м'яч ногою, намагаючись влучити у ведучого. Хто влучив, стає ведучим, а колишній ведучий встає в коло. М'ячем можна бити тільки в ноги ведучого.

Гра у футбол удвох

Мета: удосконалювати вміння передавати один одному м'яч та відбивати його правою і лівою ногами.

Хід гри: Діти стають парами, кожен гравець креслить навколо себе коло діаметром 2-3 м. Гравці передають м'яч один одному відбиваючи його то правою, то лівою ногами намагаючись попасти м'ячем у коло суперника. Перемагає дитина, яка забила більше м'ячів у коло суперника.

Рухливі ігри на вдосконалення навичок ударів по м'ячу**Забий у ворота**

Мета: удосконалювати удари по м'ячу правою та лівою ногами з влученням у ціль, вміння зупиняти м'яч.

Хід гри: кілька гравців (2-4) стають на лінію, зазначену в 3 м від воріт. Це нападники. Двоє-троє дітей - захисники, вони розташовуються між лінією і воротами. Нападники по черзі забивають у ворота три м'ячі. Захисники намагаються зловити м'ячі і повертають назад нападникам. Потім діти міняються ролями. Переможе та дитина, яка більше забиває м'ячів у ворота.

У кого більше м'ячів

Мета: удосконалювати удари по м'ячу правою та лівою ногами на дальність.

Хід гри: Діти утворюють дві різні команди. Кожна з них бере два м'ячі і розташовується на своїй половині майданчика. Майданчик розділений сіткою, підвішеною на рівні 40-50 см від землі. Після сигналу вихователя діти намагаються ударом ноги так спрямувати м'яч, щоб він, прокотившись під сіткою, зупинився на протилежному боці майданчика. Переможе та команда, у якої після другого сигналу вихователя знаходиться менше м'ячів, або програє та команда, у якої одночасно виявиться чотири м'ячі.

Футболіст

Мета: удосконалювати навички ударів по м'ячу

Хід гри: Діти стають у лінію або коло. У центрі кола (або перед гравцем) кладеться м'яч. За сигналом вихователя дитина закриває очі, робить поворот, йде до м'яча і намагається вдарити по ньому ногою.

Забий гол

Мета: удосконалювати удари по м'ячу правою та лівою ногами на дальність.

Хід гри: У грі одночасно беруть участь дві команди. Над середньою лінією поля (20x10 м) на висоті 70 - 80 см натягують шнур. По обох боках поля в 2-х метрах від середньої лінії кресляться обмежувальні смуги. Кожна з команд розташовується на своїй половині. У гру вводяться два м'ячі. Гравці намагаються ударом ноги так спрямувати м'яч, щоб він вийшов за межі майданчика суперників, тобто забити гол.

Сильний удар

Мета: удосконалювати удари по м'ячу правою та лівою ногами на дальність.

Хід гри: На майданчику позначається лінія удару, а далі - коридор шириною 10м. Гравці по черзі роблять по 3 удари лівою і правою ногами, прагнучи послати м'яч якомога далі. Спроба зараховується, якщо м'яч приземлиться в

межах коридору. Перемагає дитина, яка послала м'яч далі за інших (береться результат кращої спроби).

Влучи в мішень

Мета: удосконалювати удари правою та лівою ногами по нерухомому м'ячу в ціль.

Хід гри: Діти по черзі з відстані 7 - 10м прагнуть потрапити в коло діаметром 1 м, позначене на дерев'яному щиті або стінці. Кожен виконує по 3 удари правою та лівою ногами по нерухомому м'ячу. Перемагає дитина, яка зуміла зробити більше точних влучень. Гру можна провести і як командну. У цьому випадку переможницею вважається команда, гравці якої в сумі забили більше «голів».

Пінгвіни з м'ячем

Мета: удосконалювати вміння переносити м'яч затиснувши між колінами, виконувати удари по м'ячу правою та лівою ногами на дальність.

Хід гри: У грі беруть участь дві команди, які шикуються в колони за лінією старту. За 5-8 м від дітей прапорці. За сигналом перші номери кожної команди із затиснутим між колінами м'ячем рушають до прапорця (немов пінгвіни). Дійшовши до прапорця, вони ударом ноги направляють м'яч через майданчик другим номерам, а самі стають у кінець колони. Гра закінчується, коли всі «пінгвіни» виконають перебіжки і м'яч знову опиниться у першого номера колони. Якщо дитина втратить м'яч під час руху, потрібно взяти його і продовжувати гру.

Додаток Г

Рухливі ігри з м'ячем для вдосконалення навичок спортивної гри

баскетбол

Школа м'яча

Мета: розвивати у дітей навички володіння м'ячем: підкидати вгору, відбивати об землю з різними завданнями, ловити м'яч двома руками, не притискаючи до грудей; розвивати спритність, влучність.

Хід: для гри дається невеликий м'яч. Граю діти по одному, по двоє і невеликими групами по черзі. В ході гри дитина, яка допустила помилку, передає м'яч іншій. При продовженні гри він починає з того руху, на якому помилився. Види рухів: підкинути м'яч вгору і зловити його двома руками; підкинути м'яч, плеснути в долоні перед собою і зловити м'яч; стати обличчям до стіни на відстані 2-3 кроків від неї, вдарити об неї м'ячем і зловити його двома руками; кинути м'яч об стіну, дати йому впасти на землю і відскочити від неї, а потім зловити м'яч; вдарити об неї м'ячем об землю до 5 раз правою і лівою рукою.



«Естафета з веденням м'яча і кидком в корзину»

Місце проведення: баскетбольний майданчик.

Інвентар: баскетбольні м'ячі, булави.

Підготовка до гри. Гра проводиться на баскетбольному майданчику. Гравці діляться на дві рівні команди і шикуються одна навпроти одної біля бічних ліній в правому кутку. Стартовою межею є лицьова лінія. Гравці, що стоять попереду, встають біля стартової межі і одержують по м'ячу. Інші стоять збоку від них за бічною лінією.

Опис гри. По команді вихователя «Увага, руш!» гравці першої команди біжать вперед, ударяючи м'ячем об підлогу, добігають до щитів, що стоять на протилежній стороні, ударяють м'ячем об щит (в подальшому можна кидати м'яч у кільце, це ускладнить гру), повертаються назад, ведучи м'яч також ударами об підлогу до середини майданчика, звідки передають м'яч наступному гравцю. Наступні гравці в командах переходять на стартову межу (біля лицьової лінії) і, піймавши м'яч, виконують те ж завдання. Гра продовжується до тих пір, поки всі гравці не виконають встановленого завдання.

Виграє команда, що швидше закінчила гру та допустила менше помилок або не має їх зовсім.

«Полювання на лисиць»

Мета: вправляти дітей в прокочуванні повітряних кульок, розвивати силу, влучність.

Хід: діти діляться на дві команди: «Мисливці» і «Лисиці». В руках мисливців кульки на мотузочці. Лисиці бігають врозтіч по майданчику. За сигналом «Мисливці!» діти з кульками прокочують їх і забирають назад, смикаючи за мотузочку. Якщо кулька зачепила когось, то діти міняються ролями. Діти, що зображують лисиць, в цей час стоять нерухомо. В кінці підраховують, хто



скільки разів був лисицею.

Білі ведмеді

Мета: вправляти дітей в ходьбі врозтіч на зовнішній стороні стопи, в метанні м'ячків в рухому ціль; розвивати окомір.

Хід: Діти діляться на дві команди: ведмеді і мисливці. Діти-ведмеді ходять по майданчику по-ведмежому під слова:

Ходить в Арктиці ведмідь,

В снігу білому не спить

Вітер віє, віє, віє,

Дрібним снігом сіє, сіє.

За сигналом «Мисливці» ведмеді втікають, а мисливці кидають м'ячки в ноги ведмедам. Після підрахунку діти міняються ролями.

Перебіжки

Мета: вправляти дітей в метанні сніжок в рухому ціль, розвивати влучність; закріплювати навички бігу, розвивати швидкість, вміння ухилятися.

Хід: на одному боці майданчика відділяється лінією «будинок», на відстані 5-6 м креслимо іншу лінію, за якою знаходиться інший «будинок». Уздовж однієї зі сторін перпендикулярно «будиночкам» проводиться ще одна риска. Гравці діляться на дві групи – дві команди (не більше 6-8 чоловік в кожній). Діти однієї команди встають уздовж лінії будь-якого дому. Інша команда розміщується уздовж бічної лінії; біля ніг кожної дитини лежить по дві сніжки. За сигналом вихователя перша команда переходить з одного «будинку» до іншого. Діти другої команди беруть по одній сніжці і кидають їх у втікачів. Ті, в кого влучили сніжкою, відходять в бік. На новий сигнал перебігання відбувається в зворотну сторону; діти, які стоять біля бокової лінії, кидають і біжать по другу сніжку. З чиеї команди більше залишилось гравців, ті й виграли. Вихователь зазначає, хто з дітей однієї та іншої

команди був більш спритним, сміливим і влучним. Рекомендації до гри:



сніжки мають бути пухкими.

Додаток Д

Сценарій розваги-естафети «Снайпери»

Мета: розвивати у дітей витримку, спритність, швидкість, влучність, вміння орієнтуватись у просторі, фізичні і вольові якості в змаганнях. Виховувати почуття товариства і допомоги. Удосконалювати рухові навички і уміння, викликати бажання змагатись задля досягнення поставленої мети.

Обладнання: гумові м'ячі на кожну дитину, м'ячі з липучками, мішень, кеглі, грамоти для дітей, декорації.

Ведучий: Доброго дня, діти. Ми з вами сьогодні зібрались щоб позмагатись. Сьогодні на нас чекає багато різних естафет і цікавих ігор. Але щоб розпочати наше змагання на звання найкращих снайперів садочка № 7, нам потрібно гарненько розім'ятися і зробити зарядку.

Діти стають в коло і виконують зарядку під музику

Ведучий: А зараз потрібно розділитись на дві команди і обрати капітана та назву для своєї команди.

Команди представляються.

Ведучий представляє журі.

Ведучий: ну, що почнемо?...

До зали вбігає «Шапокляк», сідає посередині зали і починає плакати і голосити: Ніхто мене не любить, ніхто зі мною не грається...

Ведучий: Доброго дня. А ви хто така і чого так гірко плачете?

Шапокляк: Мене звать «Шапокляк», а плачу, бо в мене нема друзів. Навіть ви зібрались тут гратися і змагатися, а мене не запросили!

Ведучий: Про вас ходять погані чутки. Кажуть, що ви робите шкоду і зовсім не вмієте дружити. Мабуть тому вас і не запрошують гратися. А наші діти дуже дружні і ніколи не роблять ніякої шкоди.

Шапокляк: Ні-ні, я теж вмію дружити і шкоду я більше не роблю. Візьміть, будь ласочка і мене позмагатися. Я така швидка, уміла, влучна і дуже сильна.

Ведучий: Діти, залишимо Шапокляк з нами погратися?

Діти: ТАК...!

Ведучий: Добре Шапокляк, залишайся. Будеш нам допомагати.

А зараз в нас перша естафета **Пінгвіни з м'ячем**

Хід гри: за сигналом перші номери кожної команди із затиснутим між колінами м'ячем рушають до прапорця (немов пінгвіни). Дійшовши до прапорця, вони ударом ноги направляють м'яч через майданчик другим номерам, а самі стають у кінець колони. Гра закінчується, коли всі «пінгвіни» виконають перебіжки і м'яч знову опиниться у першого номера колони. Якщо дитина втратить м'яч під час руху, потрібно взяти його і продовжувати гру.

Шапокляк: А можна, можна я покажу як треба?

Ведучий: Звичайно, а ти зможеш?

Шапокляк: Та, запросто!

Починає стрибати але губить м'яч.

Ведучий: нічого, Шапокляк, не засмучуйся зараз наші діти покажуть, як треба гратися у цю гру.

Ведучий: от і чудово! А зараз час наступної естафети. **Влуч в мішень**

Діти по черзі з відстані 3-5м намагаються влучити в коло діаметром 1 м, позначене на дерев'яному щиті або стінці. Кожен виконує по 1 спробі будь якою ногою по нерухомому м'ячу. Перемагає та команда, у якій більше учасників влучили в мішень.

Шапокляк: чекайте, чекайте, зараз я вам покажу як треба поцілити!!! Замахується ногою, і падає не влучивши навіть по м'ячу.

Ведучий: люба Шапокляк, не поспішай, краще подивись як це діти роблять.

Діти граються у гру

Ведучий: от бачиш, люба госте, не поспішай, тоді все гарно вийде!

Наступна гра.....Шапокляк перебиває...

Шапокляк: а можна я гру запропоную. Цікаво чи вийде у вас у мою гру погратися, (підсміюється).

Ведучий: добре, давай у твою гру.

Шапокляк хитро посміхається, адже думає що діти не зможуть погратися у її гру.

Шапокляк: тоді слухайте правила. Гра «**Влучна рукавичка**»

Дітям потрібно потрапити у рукавичку, але пустять туди не всіх, а лише тих хто накине кільце на палицю. З чиеї команди більше дітей буде в рукавичці та і виграла.

Діти граються у гру

Шапокляк: чесно зізнаюсь, навіть і не думала, що у вас вийде, та все ж більшість із вас впоралась із цією грою, молодці.

Ведучий: а ну ж ти, Шапокляк, покажи, чи ти вмієш так як діти кидати.

Шапокляк жодного разу не потрапила кільцем на паличку.

Ведучий: ну нічого, ти не переживай, ми добрі, навчимо тебе бути влучною як справжній снайпер!!!

Шапокляк: не вийшло мені вас налякати своєю грою, тож прошу, давайте тепер разом відпочинемо. Я буду промовляти, а ви уважно слухайте, виконуйте і запам`ятовуйте.

Психогімнастика «Сонечко»

Лягайте на килимок.

Закрийте очі, дихайте спокійно. Уявіть, що ви знаходитесь на лісовій галявині. Поряд багато квітів і зелених дерев. Травичка дуже приємно лоскоче вам ніжки. Навколо співають різні птахи, пурхають метелики. Промінчики сонечка торкаються вашого обличчя, ручок, ніжок. Вам тепло і дуже радісно на душі. Ви розслаблені і дуже-дуже спокійні. Запам`ятайте це приємне тепло і даріть його своїм рідним та близьким людям.

А зараз розплющуйте очі і потихеньку вставайте з килимка.

Ну як, вам сподобалося?

Діти: так!!!

Ведучий: добре відпочивати, та все ж не забуваємо, що у нас конкурс на кращих снайперів!!!Тому треба продовжувати.

Шапокляк: чекайте, чекайте! А хто ж такі снайпери? Вперше чую це слово!

Ведучий : діти підкажіть нашій гості хто ж такий снайпер!

Відповіді дітей

Шапокляк: ой, які діти молодці, багато всього знають...а я от...нічого не знаю...(починає плакати).

Ведучий: не плач Шапокляк, ти краще до нас частіше приходь і ми тобі багато чого покажемо і розкажемо. Та поки ми просимо тебе сісти на стільчик біля нашого журі і подивитись, як ми далі будемо змагатись.

Наступна гра «**Злови м'яч**»

Діти стоять на одній лінії обличчям до стіни, тримаючи в руках по гумовому м'ячу. Діти по черзі кидають м'яч з-за голови об стіну й ловлять його. Перемагає та команда, більше учасників якої зловлять м'ячі.

Ведучий: а тепер, заключна наша гра, яка і покаже, хто виграв. Це конкурс капітанів – гра «**Кеглі**»

На відстані 4 м від лінії, за якою стоять діти, педагог розставляє 5-6 кеглів. У кожного з капітанів у руках м'яч. Після команди педагога діти по черзі починають котити м'яч, намагаючись збити найбільше кеглів. Відтак педагог знову виставляє кеглі і гра триває. Перемагає той, хто збив найбільшу кількість кеглів, не переступаючи через лінію. У кожного з капітанів є по 3 спроби.

Ведучий: ну от і виконали ми всі завдання естафети. Тепер слово за журі.

Шапокляк: доки журі підраховує бали, пропоную вам трошки потанцювати – руханка «**Голова, плечі, коліна**»

Журі нагороджує переможців

Ведучий: дякуємо нашим дітям за активність, рухливість та влучність.

Шапокляк: молодці , так тримати. Приходитиму до вас ще, можна?

Діти: так!!!

Ведучий: до побачення!!!