**ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

На правах рукопису

**ПОДОЛЯКА АНАСТАСІЯ ЄВГЕНІЇВНА**

УДК 796.1 – 053.4.004

**ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ РУХЛИВИХ ІГОР**

1. **ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДОШКІЛЬНИКІВ 5 – 6 РОКІВ ЗАСОБАМИ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

24.00.02 - фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

**ДИСЕРТАЦІЯ**

на здобуття наукового ступеня

кандидата наук з фізичного виховання і спорту

**Науковий керівник:**

кандидат фіз.-мат. наук, професор,

Ашанін Володимир Семенович

**Харків – 2011**

2

**ЗМІСТ**

**ВСТУП** 5

**РОЗДІЛ 1.** СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО

ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 10

1.1. Сучасні вимоги нормативних документів для дитячих дошкільних

закладів 10

1.2. Особливості розвитку дітей старшого дошкільного віку та підхід до

визначення конституції їх тілобудови 13

1.3. Необхідність застосування рухливих ігор та визначення

особливостей їх використання за лініями розвитку дітей дошкільного

віку 22

1.3.1. Фізичний розвиток 22

1.3.2. Соціально-моральний розвиток 24

1.3.3. Емоційно-ціннісний розвиток 26

1.3.4. Пізнавальний розвиток 27

1.3.5. Мовленнєвий розвиток 28

1.3.6. Художньо-естетичний розвиток 30

1.3.7. Креативний розвиток 31

1.4. Основи класифікації рухливих ігор 32

1.5. Диференційований підхід у фізичному вихованні дошкільників …… 48

1.6. Теоретичне обґрунтування необхідності використання комп'

ютерних технологій в організації фізичного виховання ……………. 51

1.6.1. Проблеми комп'ютеризації галузі фізичної культури ……….. 52

1.6.2. Спрямованість існуючих комп'ютерних програм у фізичному

вихованні 53

1.6.3. Перспективи використання інформаційних технологій у

практиці фізичного виховання 57

Висновки до 1 розділу 60

**РОЗДІЛ 2**. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ …………….. 62

2.1. Методи дослідження 62

2.1.1. Теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел…….. 62

2.1.2. Педагогічні спостереження…..…………………………………… 63

2.1.3. Анкетування……………………...................................................... 63

2.1.4. Антропометричні вимірювання 65

2.1.5. Педагогічне тестування 67

2.1.6. Педагогічний експеримент 75

2.1.7. Методи математично-статистичної обробки даних ……………. 76

2.1.8. Метод інформаційного моделювання 77

2.2. Організація дослідження 78

**РОЗДІЛ 3**. ВИЗНАЧЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ

ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ …………………… 80

3.1. Визначення рівня мотивації дітей дошкільного віку до фізичного

виховання та самостійності у проведенні рухливих ігор …………………. 80

3

3.2. Визначення рівня фізичної підготовленості дошкільників шостого 91

року життя .........................................................................................................

3.2.1. Анатомо-фізіологічні показники і фізична підготовленість

хлопчиків та дівчат 5 років 91

3.2.2. Визначення контрольної групи 93

3.2.3. Розподіл дітей на підгрупи для впровадження

експериментальної методики диференціації рухливих ігор у

фізичному вихованні 96

3.2.4. Дослідження антропометричних показників дітей 5 - 6 років…. 101

3.2.5. Визначення рівня фізичної підготовленості дітей 5 - 6 років ….. 103

3.2.6. Рівень фізичного здоров’я дітей 5 - 6 років 106

Висновки до 3 розділу 107

**РОЗДІЛ 4**. АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ І ВПРОВАДЖЕННЯ

ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ РУХЛИВИХ ІГОР У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВИКОРИСТАННЯМ

ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ 109

4.1. Анкетування педагогічних працівників для підтвердження та

виділення основних вимог до створення комп’ютерної програми ………. 109

4.2. Загальна характеристика спеціальної комп’ютерної програми

«Рухливі ігри» 113

4.3. Використання рухливих ігор для удосконалення навичок основних

рухів 120

4.4. Структура процесу фізичного виховання дітей дошкільного віку з

урахуванням багатофакторного підбору рухливих ігор 122

4.5. Динаміка змін морфологічних показників дітей старшого

дошкільного віку під впливом диференційованого використання

рухливих ігор 128

4.6. Зміни рівня фізичного здоров’я дітей 5 - 6 років за бальною

системою індексів 131

4.7. Дослідження показників фізичного розвитку дітей шостого року

життя в кінці експерименту 132

4.8. Дослідження фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного

віку під впливом диференційованого використання рухливих ігор ..……. 134

4.9. Зміни рівня мотивації до фізичного виховання та самостійності у

проведенні рухливих ігор після проведення експерименту ………………. 143

Висновки до 4 розділу 146

**РОЗДІЛ 5**. АНАЛІЗ І УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ

ДОСЛІДЖЕННЯ 149

Висновки до 5 розділу 157

**ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ** 158

**ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ**………………………………………… 162

**CПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ** 164

**ДОДАТКИ** 191

4

**ВСТУП**

**Актуальність.** Дошкільний вік – найбільш відповідальний період у процесі формування фізичного розвитку та фізичної культури дитини. Саме у цьому віці закладаються основи культури рухів, успішно засвоюються нові, раніш невідомі, вправи і дії, фізкультурні знання, закладається фундамент здоров’я та розвиваються фізичні якості, необхідні для ефективної участі у різних формах рухової активності [48, 217].

Процесу росту і розвитку організму дітей властиві значні вікові індивідуальні коливання, тому діти одного хронологічного віку і статі не

являють собою однорідної групи. У зв’язку із цим науковці враховують в

процесі занять морфологічно-функціональні відмінності дітей [32, 203]. Більшість фахівців у галузі фізичного виховання вважають основними критеріями диференційованого підходу рівень фізичного здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей [165, 171, 177, 217].

Одним з кризових явищ традиційних і авторських систем освіти є

розрив між фізичним вихованням і всіма іншими видами навчально-виховної діяльності дітей дошкільного віку [28, 142], відсутність реальних механізмів,

які обумовлюють взаємозв’язок пізнавальної та рухливо-ігрової діяльності в

процесі навчання. Серед специфічних дитячих форм діяльності гра стоїть на

першому місці. Виділені програмою «Я у Світі» сім ліній розвитку

дошкільника пов’язані з ігровою діяльністю, що спонукає до її поширеного використання [93].

* науково-методичній й спеціальній літературі представлено різні комп 'ютерні системи й програми, що використовуються в управлінні навчально-тренувальним процесом фізичного виховання [7, 89]. Значна кількість комп' ютерних технологій розроблена для оптимізації та контролю навчального процесу студентів та школярів [46, 180, 210, 217]. Проте, програм для дітей дошкільного віку, які були б спрямовані на диференціацію рухливих ігор у фізичному вихованні, виявлено не було.

Отже, відсутність досліджень з розробки методики диференціації підбору рухливих ігор у фізичному вихованні дітей дошкільного віку з використанням комп'ютерних технологій та їх цінність для процесу навчання зумовлює актуальність обраної теми дисертаційної роботи.

**Зв'язок роботи з науковими планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006-2010 рр. Міністерства України у справах сім’ї, молоді та спорту за темою 1.2.4 «Науково-методичні основи використання інформаційних технологій при підготовці фахівців галузі фізичної культури та спорту» (номер державної реєстрації 0106U011994). Роль автора полягала у зборі й аналізі фактичного матеріалу про стан фізичного здоров'я та фізичної підготовленості дошкільників 5–6 років, розробці методики диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні, розробці комп’ютерної програми для підбору рухливих ігор.

5

**Мета дослідження**: вдосконалення фізичного виховання дітей дошкільного віку на основі диференціації рухливих ігор засобами інформаційних технологій.

**Завдання дослідження:**

* Проаналізувати сучасні методи диференціації у практиці фізичного виховання дітей дошкільного віку.
* Установити рівень фізичного здоров'я та рухової підготовленості дітей старшого дошкільного віку і визначити ознаки розподілу дітей на підгрупи для диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні.
* Визначити систему критеріїв класифікації рухливих ігор та розробити комп'ютерну програму підбору рухливих ігор для занять фізичним вихованням з дітьми дошкільного віку.
* Експериментально перевірити ефективність методики диференціації рухливих ігор засобами інформаційних технологій, виявивши зміни рівня мотивації до занять рухливими іграми, фізичного здоров'я та рухової підготовленості досліджуваного контингенту дітей.

**Об'єкт дослідження**: процес фізичного виховання дітей дошкільного

віку.

**Предмет дослідження**: рівень фізичного здоров'я, фізичної підготовленості і мотивації до занять рухливими іграми дошкільників 5–6 років під впливом диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні засобами інформаційних технологій.

**Методи дослідження**:

* Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.
* Педагогічне спостереження.
* Анкетування.
* Антропометричні вимірювання.
* Педагогічне тестування.
* Педагогічний експеримент.
* Методи математично-статистичної обробки даних.
* Метод інформаційного моделювання.

**Наукова новизна роботи** полягає в тому, що *вперше*:

– розроблено принципи диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні дошкільників 5–6 років;

– створено поле впорядкованого представлення виконання рухових завдань за складністю їх змісту і різноманітністю вирішення;

– визначено систему критеріїв для класифікації рухливих ігор;

– використані інформаційні технології для планування рухливих ігор у фізичному вихованні дошкільників 5–6 років;

– установлено індивідуально-групові реакції організму дошкільників 5–6 років після диференційованого використання рухливих ігор.

*Розширено* принципи розподілу дітей на підгрупи за різницею фізичної підготовленості.

*Доповнено* дані про показники фізичної підготовленості дітей шостого року життя, які найбільше проявилися на цьому етапі розвитку та визначають

6

схильність до рухової діяльності.

**Практичне значення дослідження** полягає у вдосконаленні системи

класифікації рухливих ігор; можливості використання спеціальної комп’ютерної програми підбору рухливих ігор для диференціації в практиці планування занять з фізичного виховання; розробці методичних рекомендацій щодо вдосконалення програм фізичної підготовки; забезпеченні зростання рівня фізичної підготовленості і стану здоров’я

дошкільників.

Результати дослідження впроваджено у практику навчально-виховного процесу дитячих дошкільних закладів при Управлінні освіти Орджонікідзевської районної в місті Харкові ради (акт впровадження від 18.

01.11), дошкільного навчального закладу (ясла-садок) № 400 Харківської

міської ради (акт впровадження від 17.06.10), Комунального навчального закладу Роганської селищної ради (ясла-садок) № 2 Харківської області Харківського району (акт впровадження від 17.06.10).

Розроблена комп’ютерна програма «Рухливі ігри», яка дозволяє підбирати ігри з урахуванням удосконаленої класифікації та останніх новітніх тенденцій фізичного виховання, зареєстрована як нововведення Державним департаментом інтелектуальної власності: авторське свідоцтво №

36483.

Матеріали дисертаційного дослідження можуть бути використані в навчально-виховному процесі дітей старшого дошкільного віку, під час підготовки студентів педагогічних факультетів і під час розробки навчальних та методичних посібників.

**Особистий внесок здобувача** полягає у визначенні актуальності мети і завдань дослідження, організації та проведенні дослідницької роботи, розробці комп’ютерної програми для формування програм фізичного виховання на основі диференціації рухливих ігор, аналізі та узагальненні

результатів дослідження у визначенні і характеристиці стану фізичного

розвитку, здоров'я та рухової підготовленості дітей старшого дошкільного віку, розробці практичних рекомендацій щодо застосування методики диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні. У роботах, виконаних у співавторстві, авторові належать дані експериментальних досліджень, їх аналіз та висновки.

**Апробація результатів дослідження.** Основні положення дисертації

доповідалися на міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференціях: Міжнародній науковій конференції студентів, аспірантів і

молодих учених до 190-річчя ХНАУ ім. В.В. Докучаєва (Харків, 2006),

«Актуальні проблеми сучасної науки» (Київ, 2010) інтернет-конференції «УКРАЇНА НАУКОВА» (Київ, 2010), VIII Міжнародній науково-практичній конференції «Олімпійський спорт, фізична культура, здоров'я нації в сучасних умовах» (Луганськ, 2011), на науково-методичних конференціях та семінарах Харківської державної академії фізичної культури та Харківського національного аграрного університету ім. В.В. Докучаєва (2011), методичних семінарах у дитячих навчальних закладах м. Харкова і Харківської області.

7

**Публікації.** За результатами дисертаційного дослідження опубліковано

8 наукових праць, з яких 2 навчальних посібники, 4 статті у фахових

виданнях, затверджених ВАКом України, 1 авторське свідоцтво на

комп’ютерну програму «Рухливі ігри», 4 тези, 6 робіт виконані одноосібно.

ЗАГАЛЬНІ висновки

* 1. Теоретичний аналіз наукової та науково-методичної літератури дає підстави стверджувати, що, незважаючи на наявність певної кількості робіт, які свідчать про ефективність диференційованого навчально-виховного процесу у фізичному вихованні, недосліджуваною залишається проблема щодо диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку.
  2. Узагальнення практичного досвіду фахівців дошкільного виховання дозволило визначити індивідуальні показники дітей шостого року життя, які найбільше проявилися на цьому етапі розвитку та визначають схильність до рухової діяльності. Під час планування рухливих ігор на заняттях фізичного виховання і прогулянках необхідно враховувати рівень фізичної підготовленості дітей.
  3. Для вдосконалення індивідуалізації підбору рухливих ігор та планування процесу фізичного виховання розроблено спеціальну комп’ютерну програму «Рухливі ігри». На основі даних тестування фізичного розвитку і за допомогою комп’ютерної програми інструктор з фізичного виховання, або вихователь, може отримувати рекомендації щодо диференціації рухливих ігор при плануванні занять. Перевагою розробленої програми є те
* що її використання не потребує глибоких знань комп’ютерної техніки та за рахунок зручності займає мінімум часу на введення та обробку даних щодо проведення занять з рухливими іграми.
  1. Встановлено, що у віковому періоді 5 - 6 років приріст морфологічних показників дітей контрольної та експериментальної груп відбувається нерівномірно. Статистично значимо змінились: довжина тіла (контрольна група t=5,59, p<0,001; експериментальна міська група t=9,6, p<0,001; експериментальна сільська група t=6,61, p<0,001); окружність грудної клітки (контрольна група t=5,8, p<0,001; експериментальна міська група t=8,47, p<0, 001; експериментальна сільська група t=5,21, p<0,001); маса тіла (контрольна група t=6,49, p <0,001; експериментальна міська група t=2,68, p<0,001). В кінці експерименту зміна всіх морфологічних показників мала статистичну значущість, однак порівняння даних контрольної та експериментальних груп не виявило різниці між ними (p>0,1).
     1. Впровадження диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні дітей

старшого дошкільного віку в експериментальних групах сприяло підвищенню статистичної значущості показників загальної фізичної підготовленості у порівнянні з контрольною:

ходьба на 10 м (експериментальна міська група t=4,07, p<0,001; експериментальна сільська група t=3,31, p<0,01), біг на 10 м (експериментальна міська група t=4,55, p<0,001;

експериментальна сільська група t=4,55, p<0,001), біг на 20 м (експериментальна міська група t=6,09, p<0,001; експериментальна сільська група t=9,34, p<0,001), кількість рухів кистю (експериментальна міська група t=2,86, p<0,01; експериментальна сільська група t=3,13, p<0, 01), стрибок у висоту з місця (експериментальна міська група t=2,72, p<0,01; експериментальна сільська група t=2,54, p<0,01), стрибок у довжину з місця ( експериментальна міська група t=3,65, p<0,001; експериментальна сільська група t=4,08, p<0 ,001), динамометрія (правою) (експериментальна міська група t=3,75, p<0,001;

експериментальна сільська група t=3,44, p<0,001), динамометрія (лівою) (експериментальна міська група t=3,33, p<0,01; експериментальна сільська група t=3,61, p<0,001), підтягування на поперечині у висі лежачи (експериментальна міська група t=2,9, p<0,01; експериментальна сільська група t=2,23, p<0,05), піднімання в сід за 1 хв. ( експериментальна міська група t=2,6, p<0,01; експериментальна сільська група t=2,59, p<0, 01), човниковий біг 4×9 м (експериментальна міська група t=3,32, p<0,01; експериментальна сільська група t=2,43, p<0,05), стійка на одній нозі з піднятими руками (експериментальна сільська група t=3,19, p<0,01), вис на поперечині (експериментальна міська група t=2,25, p<0, 05; експериментальна сільська група t=3,88, p<0,001), нахил тулуба вперед з положення сидячи (експериментальна міська група t=2,14, p<0,05). Статистичної значущості не виявлено лише у тестах: стрибок у довжину з розбігу (який потребує технічних навичок), затримка подиху на вдиху, стійка на одній нозі з піднятими руками (у експериментальній міській групі) та нахил тулуба вперед з положення сидячи (у сільській експериментальній

103

групі).

Досліджено, що з 23 показників 20 не мають розбіжностей (p>0,1), крім таких: стійка на одній нозі з піднятими руками (t=3,7, p<0,001), нахил тулуба вперед з положення сидячи (t=5,11, p<0,001) та динамометрія правої руки (t=2,83, p<0,01). Таким чином, умов розподілу дітей на підгрупи для диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні за статевим принципом не виявлено.

Після впровадження методики диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні відбулися такі зміни: в експериментальних групах підвищилася кількість дітей з високими показниками та зменшилася – з низькими показниками рівня здоров’я за результатами індексів Кетле, Руф’є, Робінсона, Шаповалової (міська група t=5,01, p<0,001; сільська група t=2,77, p<0,01), а в контрольній групі істотних змін не відбулося (p>0,05).

Показано, що зростає рівень мотивованості до занять фізичним вихованням та рівня самостійності у проведенні рухливих ігор у дітей експериментальних груп. На початку експерименту інтерес до фізичної культури виявляли лише 24 % дітей. Після проведення експерименту інтерес до фізичної культури значно збільшився в експериментальних групах дітей (експериментальна міська група – 84,62 %, експериментальна сільська група – 86,96%). Зацікавлення дітей контрольної групи лише у

45,45 %.

Втановлено, що вплив методики диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні достовірно проявляється у підвищенні рівня здоров’я та розвитку фізичної підготовленості дітей. Під час диференціації рухливих ігор у фізичному вихованні ми враховували неоднорідність дітей за фізичною підготовленістю. Проведене тестування до

* після експерименту підтвердило доцільність розподілу дітей на підгрупи за фізичною підготовленістю. Адекватне навантаження на дітей різного рівня фізичної підготовленості дає більший ефект у прирості їх фізичної підготовленості і здоров’я, ніж при існуючій практичній діяльності виховання всієї групи в цілому.

Перспектива подальших досліджень пов’язана з обґрунтуванням методики індивідуалізації процесу фізичного виховання дітей інших вікових груп з урахуванням експериментальних даних, що ми дістали.

104

Практичні рекомендації

При плануванні процесу фізичного виховання у дітей старшого дошкільного віку рекомендується застосування індивідуальних програм в основній частині заняття. Побудова таких програм має базуватися на визначенні рівня фізичного розвитку дітей, їх функціонального стану, рівня розвитку фізичних якостей. Доцільно проводити розподіл дітей на підгрупи за фізичною підготовленістю (висока, середня, низька) та застосовувати круговий метод тренування для розвитку фізичних якостей. Разом із ігровими вправами та іграми для підвищення загального рівня підготовленості необхідно приділяти більше уваги тим фізичним якостям, до яких дитина має схильність, певним чином обумовлену морфологічною структурою тіла. Такий підхід надає можливість більшого індивідуального приросту показників без перенавантаження.

Організовуючи рухову активність дошкільників, слід враховувати показники фізичної підготовленості. У зв'язку з цим визначається, коли в режимі дня дітям з підвищеною потребою в рухах надається можливість для додаткових занять (тренажерний зал, спортивний зал, рухлива самостійна діяльність). Частково ця проблема вирішується раціональним розміщенням зони рухової активності в групі. Виходячи з того, що для нормального розвитку потрібне освоєння великого простору, слід частіше проводити заняття на вулиці.

Протягом усього заняття діти виконують ігри та ігрові вправи разом, але ряд вправ дозволяє варіювати їх виконання стосовно дітей з різною фізичною підготовленістю. Наприклад, у ігрових вправах – вихідне положення; у естафетах зі смугою перешкод – умови подолання перешкод і самі перешкоди; у ігрових вправах з метання – відстань до мішені та її розмір; у сюжетних іграх – складність малюнку рухів; у іграх на розвиток сили м

'язів – дозування.

Для того щоб не знижувати моторну щільність, використовують картки – завдання що графічно відображають дії.

* процесі планування рухливих ігор необхідно здійснювати етапний контроль за фізичною підготовленістю дітей і в залежності від результатів контролю корегувати індивідуальне відношення дитини до однієї з підгруп (високої, середньої або низької фізичної підготовки).

При фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку необхідно приділяти увагу всебічному розвитку з метою зміцнення здоров’я та підготовки організму до наступного навчання у школі.

З метою оптимізації роботи інструктора з фізичного виховання та вихователя рекомендується використання комп’ютерної програми «Рухливі ігри», яка дозволяє підбирати рухливі ігри з урахуванням індивідуальної фізичної підготовленості дітей.