

Розвиток влучності у старших дошкільників у процесі проведення спортивних та рухливих ігор

Тітаренко С.А., Бабачук Ю.М.

Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка

Анотація. В статті здійснено аналіз досліджень з проблеми розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку в процесі проведення спортивних та рухливих ігор. Зазначається, що ігри з елементами спорту є одним із ефективних засобів фізичного удосконалення, формування в дітей дошкільного віку рухових умінь та навичок, а також рухових здатностей, зокрема влучності. Подано характеристику рухової здатності влучності, як здібності потрапляти 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. Зазначається, що влучність тісно пов'язана з окоміром. Також важливими передумовами розвитку влучності є орієнтування у просторі та координація рухів, вміння узгоджувати свої рухи з поставленими перед дитиною завданнями. Встановлено, що влучність має наступні компоненти: прийняття пози; прицілювання; налаштування дихання та інших вегетативних систем; виконання фінального зусилля. Розроблено критерії дослідження рівня розвитку влучності у старших дошкільників (кількість, точність та швидкість). Визначено загальний рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку. Розроблено систему роботи з розвитку влучності у старших дошкільників засобом спортивних та рухливих ігор. В процесі реалізації означеної системи роботи враховувалися наступні принципи: емоційності, доступності, врахування попереднього ігрового досвіду дітей, індивідуалізації, диференціації. Перевірено ефективність запропонованої системи роботи з розвитку влучності у старших дошкільників в процесі проведення спортивних та рухливих ігор. Встановлено, що спортивні та рухливі ігри є дієвим засобом розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку.

Ключові слова: влучність; спортивні ігри; рухливі ігри; старші дошкільники; рівень розвитку влучність; система роботи

Вступ. 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, а також фізичні якості та здібності, зокрема 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 (Адашкявічене, 2001; Вільчковський, 1998; Волошина, 2005; Конох, 2014; Осокіна, & et al., 1999; та ін.). Ці ігри сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової підготовки, комплексному розвитку фізичних якостей дошкільників. Застосування елементів спортивних ігор у дошкільному віці закладає у дитини основу для систематичних занять одним із видів спорту у наступні роки.

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 (Вільчковський & Курок, 2019).

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, вміннями і навичками у процесі виконання вправ на координацію.

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 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 (Адашкявічене, 2001). О. Курок та Е. Вільчковський визначають зміст і методику проведення занять з елементами футболу в закладах дошкільної освіти (Вільчковський & Курок, 2019)

Проблемою вивчення використання ігор спортивного характеру займалися ряд науковців: Е. Адашкявічене (2001), Е. Вільчковський (1998), та інші. 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 (2001), Е. Вільчковського, О. Курка (2019), Т. Осокіної, Тимофеевої, О.А., Рунової М.І. (1999), передовий досвід фізкультурно-оздоровчої роботи закладів дошкільної освіти рекомендують використовувати у практиці роботи елементи ігор спортивного характеру.

Доцільно ширше застосовувати ігри, 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 цієї 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.

Безумовно ефективним засобом розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку є спортивні ігри. Дослідження проблеми навчання дітей старшого дошкільного віку елементів спортивних ігор у фізичному вихованні дошкільників і визначення їх методичних основ належать Е. Адашкявічене (2001), О. Богініч, Ю. Бабачук (2-14), Е. Вільчковському (1998), Л. Волошиній (2005), Н. Кожуховій, Л. Рижковій, М. Самодуровій (2002), О. Конох (2014), Т. Осокіній, О. Тимофеевій, М. Руновій (1999), Е. Степаненковій (2006), Г. Чепуркіній (1997), В. Шебеко (2010) та іншим.

О. Конох запропонувала авторську програму комплексного використання засобів спортивних ігор (міні-футзалу, міні-баскетболу, міні-гандболу) для дітей 5-6 років, яка сприяє покращенню фізичного стану та підвищенню ефективності процесу фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку (Конох, 2014).

Дослідницею Л. Волошиною обґрунтовано можливості розвитку рухових здібностей старших дошкільників у процесі фізичного виховання засобами цілеспрямованого використання ігор з елементами спорту (Волошина, 2005).

У дослідженнях Г. Чепуркіної доведена ефективність використання елементів міні-гандболу з дітьми старшого дошкільного віку (Чепуркіна, 1997).

О. Богініч, Ю. Бабачук були визначені рівні складності ігрових завдань: адаптивно-розвивальний, підготовчо-технічний та активно-ігровий на основі використання елементів спортивних ігор, спрямованих на послідовне засвоєння технічних ігрових прийомів дітьми старшого дошкільного віку (Богініч & Бабачук, 2014).

У наукових розвідках Н. Кожухової, Л. Рижкової, М. Самодурової, В. Шебеко та інших зауважується, що діти можуть опанувати елементами спортивних ігор починаючи вже з дошкільного віку (Кожухова & Рижкова & Самодурова, 2002; Шебеко, 2010).

Істотною особливістю спортивних ігор – комплексний характер впливу на організм дитини (формування та вдосконалення рухових навичок, розвиток фізичних якостей та функцій організму), а також на виховання морально-вольових якостей (Бабачук, 2016).

Влучність – це здатність потрапляти 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 (Степаненкова, 2006).

Влучність має наступні основні компоненти: прийняття пози; прицілювання; налаштування дихання та інших вегетативних систем; виконання фінального зусилля. Прийняття пози забезпечує стійке положення тіла, створює сприятливі можливості для умовно-рефлекторних змін багатьох вегетативних функцій. Правильний розподіл точок опори в прийнятій позі дозволяє дитині 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. Успішність прицілювання визначається умовами виконання завдання та підготовленістю дитини. Влучання у задану ціль забезпечується оптимальним поєднанням сили кидка, траєкторією польоту предмета, узгодженістю і точністю рухових дій.

Виконання фінального зусилля – останній компонент влучності, який в різних видах фізичних вправ проявляється по різному. Завершення кидка вимагає

найбільш високої координації і оптимальних зусиль в даний конкретний момент.

Орієнтування у просторі – це вміння дитини правильно розуміти значення прийменників під, над, за та ін., розрізняти напрямок руху, сторони ліво-право тощо. Координація – це процеси узгодження активності м'язів тіла, спрямовані на успішне виконання рухової задачі, 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 (Вільчковський & Курок, 2019).

Ігрові вправи та ігри з елементами спорту включають у себе використання певного інвентарю, зокрема м'яча. У більшості ігор з м'ячем метою гри є вдарити, кинути, відбити м'яч певним чином. Цей вид 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. Діти обирають м'яч для гри кожного дня, просять м'ячі різного розміру для самостійних ігор. Ігри з м'ячем зміцнюють центральну нервову систему. 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.

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) (Степаненкова, 2006).

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

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 проведення діти виконують нахили, повороти, випади, 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, покращенню 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 (Вільчковський & Курок, 2019).

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. Для підведення дітей до спортивних ігор важливі навички вільного володіння м'ячем. Дії з м'ячем сприяють формуванню необхідних умінь – зловити, впіймати і утримати, кинути м'яч, визначаючи напрям кидка, його силу, уміння правильно орієнтуватись у просторі (Степаненкова, 2006).

Для того, щоб гра в баскетбол була успішною та результативною, потрібно відпрацьовувати кидок м'яча 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 дій з м'ячем, то варто відзначити, що є дошкільники, 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, швидше 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 (Вільчковський & Курок, 2019).

Проте, частина дітей значно важче набуває 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 рухових якостей, також важливо зацікавлювати їх грати в командні ігри. Доцільно також використовувати індивідуальні змагання, при цьому трохи спрощувати завдання дитині яка слабше володіє необхідними навичками.

Також у роботі з дошкільниками спрямованої на розвиток влучності доцільно використовувати елементи спортивної гри 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. Також вони утворюють сприятливі умови для подальшого їх удосконалення.

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 досить нескладними у організації та без особливого інвентарю.

Отже, працюючи з дітьми старшого дошкільного віку для їх успішного фізичного виховання та розвитку влучності доцільно використовувати 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.

Незважаючи на значну кількість наукових робіт, присвячених проблемі навчання ігор з елементами спорту дітей старшого дошкільного віку до цього часу відсутні дослідження з розвитку влучності у старших дошкільників засобом спортивних ігор з м'ячем.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці системи роботи з розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку в процесі проведення спортивних та рухливих ігор.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри дошкільної педагогіки і психології Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка

Матеріал і методи дослідження. В ході дослідження було використано такі методи: аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури, аналіз документальних матеріалів, педагогічне спостереження, тестування, узагальнення та систематизація даних.

Аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури використано для з'ясування сутності поняття «влучність» та особливостей її розвитку у старших дошкільників засобом спортивних ігор. Тестування застосовувалося для дослідження рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку. Метод узагальнення та систематизації даних

використовувався з метою дослідження впливу спортивних ігор на рівень розвитку влучності у старших дошкільників.

З метою визначення рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти «Ромашка» міста Глухова, нами був організований і проведений педагогічний експеримент. Мета проведення дослідження – виявити ефективність впливу проведення спортивних ігор на розвиток влучності у дітей старшого дошкільного віку. Експериментальне дослідження проходило в три етапи: констатувальний, формувальний та

контрольний. В експерименті взяло участь дві старші групи – експериментальна (25 осіб) і контрольна (26 осіб).

Перед проведенням спостереження ми проаналізували стан здоров'я дітей та їх фізичний розвиток. За даними, які ми отримали від медичної сестри закладу освіти, діти даної вікової групи, не мають серйозних порушень у стані здоров'я чи у фізичному розвитку.

На основі психолого-педагогічної літератури нами були розроблені критерії, показники рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку, які відобразили в табл. 1.

Таблиця 1

Критерії та показники влучності дітей старшого дошкільного віку

№ з/п	Критерій	Показник
1.	Кількість влучання	Наявність потрапляння м'яча в ціль.
2.	Точність влучання	Чим точніше дитина влучає в ціль тим більше балів вона отримує.
3.	Швидкість влучання	Дитина повинна вкластися у відповідні часові рамки які відведені на необхідну кількість кидків.

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

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 малювали концентричні риси на відстані 10 см. одна від одної. Ширина кожної з них і радіус центрального кола 10 см.

Кожна дитина виконувала кидок зручною для неї рукою три рази підряд. За влучення в центральне коло нараховувалося 5 балів, у наступну риску – 4 бали, у наступну від кола риску – 3 бали, тощо. За кидок, коли м'яч не влучив у щит – 0 балів. Кінцева оцінка визначалася за сумою балів. Нормативні показники метання м'яча в ціль у дошкільників відображено в табл. 2.

Таблиця 2

Нормативні показники метання м'яча в ціль у дошкільників в балах

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<

Кидок у горизонтальну ціль. За командою вихователя дитина ставала на лінію кидка залежно від віку в центрі та на певній відстані від круглої мішені. Відстань для дітей 5 років – 3 м, для дітей 6 років – 4 м. Діти виконували її послідовно один за одним – 6 спроб. Із 6 спроб фіксувалися влучання в горизонтальну ціль.

Кидок у вертикальну ціль. Дитина ставала 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 – 150 см, 6-ти річних 200 см. Діти кидали послідовно один за одним 6 разів. Фіксувався результат влучання у вертикальну ціль.

Кінцевий результат записувався за сумою 2-х тестів: кількості влучань у вертикальну та горизонтальну цілі. Рівні влучання ми умовно виділили такі: низький: 1-4 рази, середній – 5-8 разів, високий – 9-12 разів.

Крім цього було досліджено рівень розвитку влучності у старших дошкільників за критерієм – швидкість. Для того щоб виконати 5 ударів дитина мала 1 хвилину. З дітьми було проведено ігрову вправу-тест «Швидше ціль». За результатами даного тесту, можемо стверджувати, що загалом діти намагались влучати у перших спробах, при цьому не завжди вираховували відведений на кидки час, а потім коли уже час закінчувався діти виконували удари якнайшвидше для того щоб вкластися в час.

З метою підвищення рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку було розроблено систему роботи з систематичним використанням спортивних ігор. При виборі ігор визначалася мета гри, враховувались вікові та індивідуальні особливості дітей та їх фізична підготовленість. Також підбираючи ігри ми особливу увагу 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. Систему роботи ми будували на таких принципах: емоційності, доступності, врахування попереднього ігрового досвіду дітей, індивідуалізації, диференціації.

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

1. Викликати бажання дітей брати участь у спортивних іграх та іграх з м'ячем.
2. Дотримання структури організації гри, її мети та виконання завдань.
3. Спортивна гра повинна сприйматись усією групою однолітків.
4. Вміння вихователя встановлювати контакт з дошкільниками.
5. Вихователь має вірити в те, що спортивна гра допоможе дітям досягти поставленої мети.

Так, з метою вдосконалення влучності нами було підбрано рухливу 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 рухливу 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.

Рухлива гра «Поціль у ямку» – викликала найбільше позитивних емоцій у дітей. Адже всім сподобалась і діти із задоволенням грали в неї. Мета гри: розвиток влучності 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.

На заняттях з фізкультури дітям пропонували грати у рухливу 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 і таку рухливу гру як «Кільцекид». Мета гри: удосконалити навички метання в ціль, розвивати влучність, 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 мала по 4 спроби. В ході оволодіння грою відстань між дитиною і палицею збільшувалась.

Також у роботі з дітьми експериментальної групи ми використовували ігри з елементами футболу. Особливо цікавими вони були для хлопчиків. Рухлива 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.

Цікавими були ігри-естафети у яких діти змагалися. Однією з таких ігор була «Естафета з кидком». Мета: удосконалити ведення м'яча, розвивати спритність та влучність. 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 влучать. Виграла та команда, в якій діти швидше 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. Ігри з елементами спорту дуже сподобались дітям. Ці ігри є універсальним засобом у фізичному вихованні дітей. Більшість ігор мали змагальний характер, що у старшому дошкільному віці викликає ще більший інтерес.

Результати дослідження та їх обговорення. Педагогічне спостереження показало, що 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 тощо.

Якщо аналізувати врахування індивідуальних особливостей дітей під час розвитку влучності, то можна зауважити, 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.

Після проведення роботи з визначення рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку експериментальної та контрольної груп, отримані результати відображено у табл. 3 та відображено на рис 1.

Таблиця 3.

Розподіл старших дошкільників ЕГ та КГ за рівнем розвитку влучності на констатувальному етапі дослідження

Групи	Рівні розвитку		
	Високий	Середній	Низький
Експериментальна група	8 %	30 %	62 %
Контрольна група	6 %	27 %	67 %

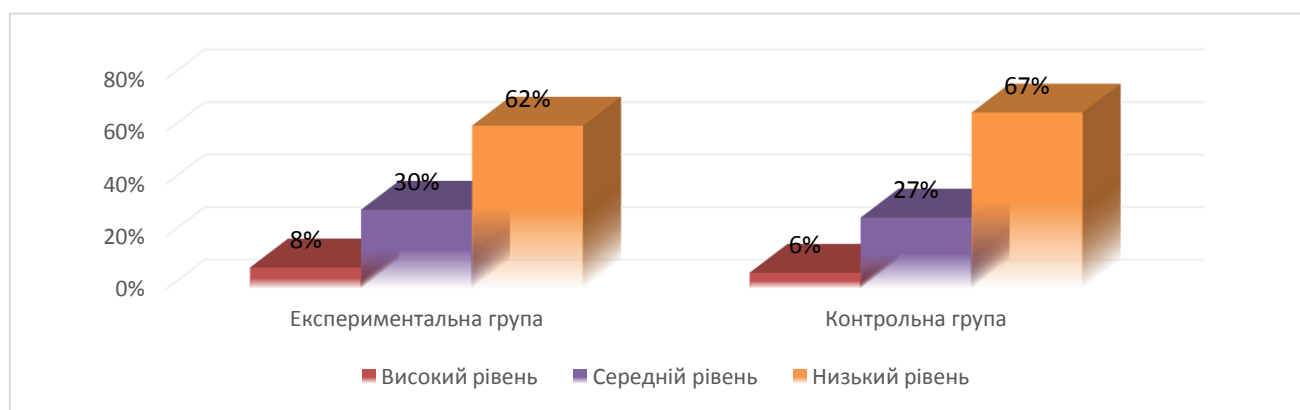


Рис. 1. Розподіл старших дошкільників ЕГ та КГ за рівнем розвитку влучності на констатувальному етапі дослідження (%)

Отже, можна зробити висновок, що за отриманими результатами більшість дітей старшого дошкільного віку мають низький рівень влучності, а саме в КГ – 67 %, в ЕГ – 62 %. Середній рівень мають 27% дітей КГ та 30 % ЕГ. Високий – лише 6% дітей КГ і 8 % дітей ЕГ. Проведений нами констатувальний експеримент дозволяє стверджувати, що рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку потребує покращення.

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 рівень розвитку влучності.

Дослідження рівня розвитку влучності у старших дошкільників після застосування системи роботи з використанням спортивних ігор відбувалося за аналогічною схемою. Ми використали ті ж методики, що і під час констатувального етапу. Проаналізувавши результати проведених методик на визначення рівня розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку експериментальної та контрольної груп визначили загальний рівень розвитку влучності у старших дошкільників після проведення формувального експерименту, які відобразили у табл. 4 та рис. 2.

Таблиця 4.

Розподіл старших дошкільників ЕГ та КГ за загальним рівнем розвитку влучності на контрольному етапі дослідження

Групи	Рівні розвитку		
	Високий	Середній	Низький
Експериментальна група	18 %	50 %	32 %
Контрольна група	10 %	43 %	47 %

Якщо порівнювати результати констатувального та контрольного етапів, можемо підсумувати, що рівень розвитку влучності у дітей експериментальної групи значно покращився. Також зауважимо, що відсоток дітей з високим рівнем розвитку

влучності покращився з кожного з проведених тестів. Якщо аналізувати результати дослідження рівня розвитку влучності дітей контрольної групи то особливого покращення результатів визначено не було.

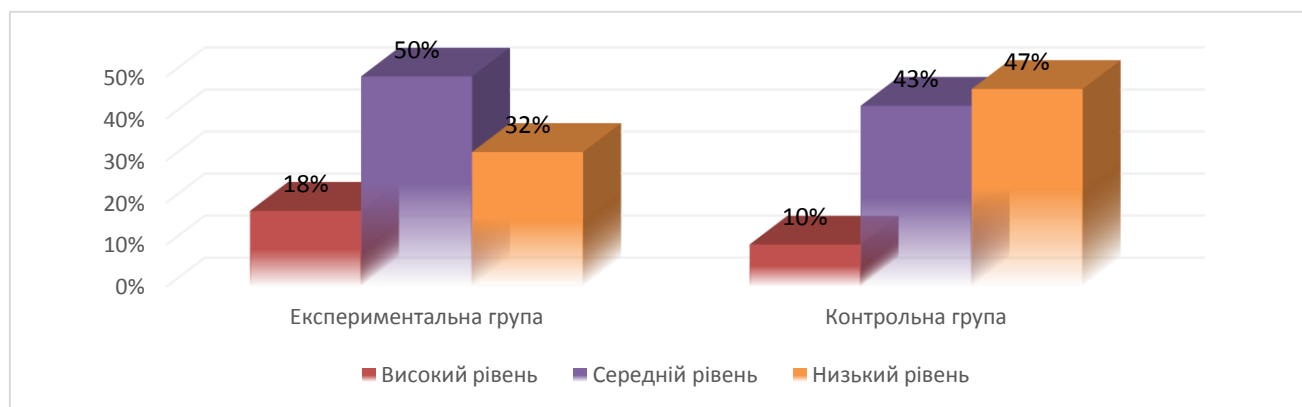


Рис. 2. Розподіл старших дошкільників ЕГ та КГ за загальним рівнем розвитку влучності на контрольному етапі дослідження (відсотки)

Висновок. Отже, здійснивши аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури встановлено, що проблема розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку засобом спортивних ігор є актуальною та важливою. Обґрунтовано вплив спортивних ігор на розвиток влучності у дітей старшого дошкільного віку. Визначено рівень розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку. Для покращення рівня розвитку влучності у дітей була розроблена система роботи з активним використанням спортивних ігор. Аналіз проведеного експериментального дослідження дає підстави стверджувати, що розвитку влучності у дітей старшого віку сприяє організація і проведення спортивних ігор. При виборі ігор визначалася мета гри, враховувались вікові та індивідуальні особливості дітей та їх фізична підготовленість. Також добираючи

ігри особливу увагу 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. Систему роботи ми будували на таких принципах: емоційності, доступності, врахування попереднього ігрового досвіду дітей, індивідуалізації, диференціації.

Перспективи подальших досліджень вбачаються в використанні нестандартного фізкультурного обладнання для розвитку влучності у дітей старшого дошкільного віку з використанням спортивних ігор.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що конфлікту інтересів немає.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Адашкявичене, Э.Й. (2001). *Спортивные игры и упражнения в детском саду*. Москва: Просвещение.
- Бабачук, Ю.М. (2016). Стан процесу організації навчання старших дошкільників ігор з елементами спорту. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Педагогічні науки*. Кам'янець-Подільський, 9, 38-46.
- Богініч, О.Л., & Бабачук, Ю.М. (2014). *Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей старшого дошкільного віку: методичний посібник*. Тернопіль: Мандрівець.
- Вільчковський, Е.С. (1998). *Критерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку*. Київ: ІЗМН.
- Вільчковський, Е.С., & Курок, О.І. (2019). *Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: підручник*. Суми: ПФ «Видавництво «Університетська книга».
- Волошина, Л. (2005). Современная методология обучения играм с элементами спорта. *Дошкольное воспитание*, 11, 17-20.

- Кожухова, Н.Н., Рыжкова, Л.А., & Самодурова, М.М. (2002). *Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях*: учеб. пособ. / под ред. С.А. Козловой. Москва: Издательский центр «Академия».
- Конох, О.Є. (2014). *Комплексне використання засобів спортивних ігор у підвищенні фізичного стану дітей 5-6 років*: автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Дніпропетровськ.
- Осокина, Т.И., Тимофеева, Е.А., & Рунова, М.И. (1999). *Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений*. Москва: Мозаика-Синтез.
- Степаненкова, Э.Я. (2006). *Теория и методика физического воспитания и развития ребенка*: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. Москва: Издательский центр «Академия».
- Чепуркина, А.А. (1997). *Использование элементов мини-гандбола в физическом воспитании старших дошкольников*: дис. канд. пед. наук. Краснодар.
- Шебеко, В.Н. (2010). *Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста*. Минск: Высшая школа.

Стаття надійшла до редакції: 28.12.2021

Опубліковано: 05.02.2022

Аннотация. *Титаренко С. А., Бабачук Ю. М. Развитие меткости у старших дошкольников в процессе проведения спортивных и подвижных игр. В статье проведен анализ исследований проблемы развития меткости у детей старшего дошкольного возраста в процессе проведения спортивных и подвижных игр. Отмечается, что игры с элементами спорта являются одним из эффективных средств физического усовершенствования, формирования у детей дошкольного возраста умений и навыков, а также двигательных способностей, в частности меткости. Дана характеристика двигательной способности меткости, как способности попадать в цель при любой манипуляции предметом. У дошкольников меткости можно определить с помощью бросания мяча в цель, забивания его у ворота или метания мешочков. Развивать меткость можно с помощью подвижных игр, игр с мячом и игр спортивного характера. Отмечается, что меткость тесно связана с глазомером. Также важными предпосылками развития меткости является ориентировка в пространстве и координация движений, умение согласовывать свои движения с поставленными перед ребенком задачами. Установлено, что меткость имеет следующие компоненты: принятие позы; прицеливание; настройка дыхания и других вегетативных систем; выполнение финального усилия. Разработаны критерии исследования уровня развития меткости у старших дошкольников (количество, точность и скорость). Определен общий уровень развития меткости у детей старшего дошкольного возраста. Разработана система работы по развитию меткости у старших дошкольников средством спортивных и подвижных игр. В процессе реализации данной системы работы учитывались следующие принципы: эмоциональности, доступности, учета игрового опыта детей, индивидуализации, дифференциации. Проверена эффективность предлагаемой системы работы по развитию меткости у старших дошкольников в процессе проведения спортивных и подвижных игр. Установлено, что спортивные и подвижные игры являются действенным средством развития меткости у детей старшего дошкольного возраста.*

Ключевые слова: *меткость; спортивные игры; подвижные игры; старшие дошкольники; уровень развития меткости; система работы.*

Abstract. *Titarenko S.A., Babachuk Yu. M. Development of aptness in senior preschoolers in the process of sports and movable games. The article analyzes studies on the problem of developing aptness in older preschool children in the process of sports and movable games. It is noted that games with elements of sports are one of the effective means of physical improvement, the formation of motor skills in preschool children, as well as motor abilities, amenity, in*

particular. The interpretation of motor aptness as the ability to hit the target in any manipulation of the subject is presented. In preschoolers, the aptness can be determined by throwing the ball at the target, scoring it at the gate or rolling, throwing the ball to the target. You can develop aptness with the help of mobile games, ball games and sports games. It is noted that the aptness is closely related to the eye. Also important prerequisites for the development of aptness are orientation in space and coordination of movements, the ability to coordinate their movements with the tasks set for the child. It was established that the aptness has the following components: acceptance of posture; aiming; breathing and other vegetative systems; the final effort. The criteria for the study of the level of accuracy development in senior preschoolers (quantity, accuracy and speed) have been developed. The general level of aptness development in older preschool children is determined. The system of work on the development of aptness among senior preschoolers by means of sports and movable games has been developed. In the implementation process of this work system, the following principles were taken into account: emotionality, accessibility, taking into account the previous gaming experience of children, individualization, differentiation. The effectiveness of the proposed system of work on the development of aptness among senior preschoolers in the process of sports and movable games has been tested. It was established that sports and movable games are an effective means of developing aptness in children of older preschool age.

Keywords: aptness; sports games; outdoor games; senior preschoolers; level of aptness development; system of work.

Reference

- Adashkjavichene, Je.J. (2001). *Sportivnye igry i uprazhnenija v detskom sadu* [Sports games and exercises in kindergarten]. Moskva: Prosveshhenie. [in Russian].
- Babachuk, Ju. M. (2016). Stan procesu orghanizaciji navchannja starshykh doshkilnykiv ighor z elementamy sportu [The process of organizing the training of senior preschoolers ighor with elements of sports]. *Visnyk Kamjanecj-Podiljskogo nacionaljnogo universytet imeni Ivana Oghijenka*. Pedagoghichni nauky. Kamjanecj-Podiljskij [Bulletin of Kamyans-Podilsk National University named after Ivan Ogienko], no 9, 38-46. [in Ukrainian].
- Boghinich, O.L., & Babachuk, Ju.M. (2014). Rukhlyvi ighry ta ighrovi vpravy z elementamy sportyvnykh ighor dlja ditej starshogho doshkiljnogo viku [Criteria for assessing the health, physical development and physical fitness of preschool children]: metodychnyj posibnyk. Ternopilj: Mandrivecj. [in Ukrainian].
- Vilchkovskij, E.S. (1998). *Kryteriji ocinjuvannja stanu zdorov'ja, fizychnogho rozvytku ta rukhovoji pidghotovlenosti ditej doshkiljnogo viku* [Criteria for assessing the health, physical development and physical fitness of preschool children]. Kyjiv: IZMN. [in Ukrainian].
- Vilchkovskij, E.S., & Kurok, O.I. (2019). *Teorija i metodyka fizychnogho vykhovannja ditej doshkiljnogo viku* [Theory and methods of physical education of preschool children]: pidruchnyk. Sumy: PF «Vydavnytvo «Universytetsjka knygha. [in Ukrainian].
- Voloshyna, L. (2005). Sovremennaja metodologija obuchenija igram s jelementami sporta [Modern methodology of teaching games with elements of sports]. *Doshkoljno evospytanye* [Modern methodology of teaching games with elements of sports], no 11, 17-20. [in Russian].
- Kozhuhova, N.N., Ryzhkova, L.A., & Samodurova, M.M. (2002). *Vospitatel' po fizicheskoj kul'ture v doshkol'nyh uchrezhdenijah* [Physical education teacher in preschool institutions]: ucheb. posob. / pod red. S.A. Kozlovoj. Moskva: Izdatel'skij centr «Akademija». [in Russian].
- Konokh, O. Je. (2014). *Kompleksne vykorystannja zasobiv sportyvnykh ighor u pidvyshhenni fizychnogho stanu ditej 5-6 rokiv* [Comprehensive use of sports games to improve the physical condition of children 5-6 years]: avtoref. dys. kand. nauk z fiz. vykhovannja i sportu: 24.00.02. Dnipropetrovsk. [in Ukrainian].
- Osokina, T.I., Timofeeva, E.A., & Runova, M.I. (1999). *Fizkul'turnoe i sportivno-igrovoe oborudovanie dlja doshkol'nyh obrazovatel'nyh uchrezhdenij* [Physical culture and sports and game equipment for preschool educational institutions]. Moskva: Mozaika-Sintez.

- Stepanenkova, Je.Ja. (2006). *Teorija i metodika fizicheskogo vospitaniya i razvitija rebenka* [Theory and methods of physical education and child development]: ucheb.posobie dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij. 2-e izd., ispr. Moskva: Izdatel'skij centr «Akademija». [in Russian].
- Chepurkina, A.A. (1997). *Ispol'zovanie jelementov mini-gandbola v fizicheskom vospitanii starshih doshkol'nikov* [The use of elements of mini-handball in the physical education of senior preschoolers]: dis. kand. ped. nauk. Krasnodar. [in Russian].
- Shebeko, V.N. (2010). *Teorija i metodika fizicheskogo vospitaniya detej doshkol'nogo vozrasta* [Theory and methods of physical education of preschool children]. Minsk: Vysshaja shkola. [in Russian].

Відомості про авторів / Information about the authors академія

Титаренко Світлана Анатоліївна: кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної педагогіки і психології, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка: вул. Києво-Московська, 24, м. Глухів, Сумська обл., 41400, Україна

Титаренко Светлана Анатольевна: кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольной педагогики и психологии, Глуховский национальный педагогический университет имени Александра Довженко: ул. Киево-Московская, 24, г. Глухов, Сумская обл., 41400, Украина

Titarenko Svitlana Anatoliivna: Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Preschool Pedagogy and Psychology Department. Oleksandr Dovzhenko Hlukhiv National Pedagogical University: st. Kyiv-Moscow, 24, m. Hlukhiv, Sumy region, 41400, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0001-5544-3376>

E-mail: titarenko17.01@gmail.com

Бабачук Юлія Михайлівна: асистент кафедри теорії і методики фізичного виховання, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка: вул. Києво-Московська, 24, м. Глухів, Сумська обл., 41400, Україна

Бабачук Юлия Михайловна: ассистент кафедры теории и методики физического воспитания, Глуховский национальный педагогический университет имени Александра Довженко: ул. Киево-Московская, 24, г. Глухов, Сумская обл., 41400, Украина

Babachuk Yuliya Mykhailivna: Assistant of the Theory and Methods of Physical Education Department. Oleksandr Dovzhenko Hlukhiv National Pedagogical University: st. Kyiv-Moscow, 24, m. Hlukhiv, Sumy region, 41400, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0002-8851-924X>

E-mail: yuliya.homenko.3005@ukr.net