

РОЗДІЛ 3

РОЗВИТОК ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

*Олександр БЕЗНОСЮК,
Наталія ТОДАВЧИЧ
Кременець*

АКТУАЛЬНІСТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Фізичне виховання посідає центральне місце в освітньому процесі дошкільних закладів, маючи на меті підтримку здоров'я, забезпечення різнобічного фізичного розвитку, зміцнення організму, оптимізацію функцій та підвищення фізичної й когнітивної продуктивності малят. Воно також відіграє важливу роль у формуванні правильної постави, запобіганні деформаціям стопи, розвитку моторики (спритності, швидкості, сили, гнучкості, витривалості) та вихованні позитивних рис характеру, що пов'язані з волею та мораллю.

Теорія фізичного виховання дошкільників – це дисципліна, що вивчає загальні закономірності фізичного розвитку та становлення особистості в ранньому віці. Її зміст і предмет дослідження збігаються із загальною теорією фізичного виховання. Однак її фокус зміщений на вивчення різноманітних аспектів фізичного розвитку дитини від народження до шести років, і, відповідно, на визначення закономірностей управління процесом її розвитку через фізичне виховання та навчання рухам.

Аналізуючи особливості кожного вікового етапу, теорія фізичного виховання дошкільників, спираючись на наукові дані та практичний досвід, окреслює завдання фізичного виховання, ефективні засоби та методи, а також оптимальні організаційні форми цього процесу.

У перші шість років життя фізичний розвиток є фундаментом для цілісного становлення дитини. Саме в цей період формуються основи здоров'я, забезпечується нормальний

фізичний розвиток та виховуються ключові риси особистості. Тому, створення належних умов для комплексного розв'язання цих завдань завжди було в центрі уваги теорії фізичного виховання дошкільників.

Дитячий організм надзвичайно чутливо реагує навіть на незначні відхилення від норми у навколишньому середовищі, що зумовлено інтенсивністю його розвитку та не до кінця сформованою функціональною зрілістю окремих органів і систем. Зв'язки між тілесними та психічними процесами у дошкільнят сильніші, ніж у дорослих. Отже, теорія фізичного виховання обов'язково бере до уваги психологічні, анатомічні та фізіологічні особливості дітей раннього та дошкільного віку, забезпечуючи наукове обґрунтування засобів та методів фізичної культури дитини[1].

Актуальність фізичного виховання в сучасних дошкільних закладах освіти України є надзвичайно важливою, що підкреслюється такими ключовими факторами:

- ***Збереження та зміцнення дитячого здоров'я.***

- погіршення здоров'я: статистичні дані вказують на збільшення кількості дошкільнят з різними проблемами зі здоров'ям, включаючи порушення опорно-рухового апарату (сколіоз, плоскостопість), серцево-судинні захворювання, надмірну вагу та ослаблений імунітет. Регулярна фізична активність сприяє зміцненню м'язів, кісток, серця, легенів та підвищенню стійкості організму до хворіб.

- протидія гіподинамії: сучасні діти проводять все більше часу, використовуючи гаджети, що призводить до зниженої рухливості та гіподинамії. Фізичне виховання в дошкільних закладах є дієвим інструментом у боротьбі з цією проблемою, формуючи потребу в активності з ранніх років.

- ***Забезпечення гармонійного фізичного та психічного розвитку.***

- Взаємозв'язок розвитку: науково доведено, що рухова активність стимулює мозковий кровообіг, поліпшує когнітивні функції, концентрацію, пам'ять та здатність до навчання. Фізично активні діти демонструють кращу здатність зосереджуватися та ефективніше засвоюють нові знання.

- Розвиток моторики та фізичних якостей: фізичне виховання сприяє вдосконаленню базових рухових навичок

(ходьба, біг, стрибки, метання, лазіння) та розвитку фізичних якостей (сила, спритність, витривалість, гнучкість, швидкість), які є основою для подальшого фізичного вдосконалення.

◦ Емоційний та соціальний розвиток: активні ігри та заняття допомагають емоційній розрядці, зменшенню напруги, розвитку навичок спілкування, вмінню працювати в колективі, дотримуватися правил, адекватно реагувати на перемоги та поразки.

• **Формування культури здоров'я з дошкільного віку.**

◦ Формування корисних звичок: дошкільний період є оптимальним для формування стійких корисних звичок. Залучення дітей до регулярної фізичної активності створює міцний фундамент для здорового способу життя в майбутньому.

◦ Виховання відповідального ставлення до здоров'я: через ігрові форми фізичної активності діти починають розуміти важливість руху для гарного самопочуття та отримують позитивні емоції від фізичних вправ.

• **Підготовка до успішного навчання в школі.**

◦ Розвиток координації та дрібної моторики: фізичні вправи, особливо ті, що включають елементи утримання рівноваги, координації рухів та маніпуляції дрібними предметами (наприклад, ігри з м'ячем, естафети), ефективно готують руку до письма та інших важливих шкільних навичок.

◦ Формування організованості та дисциплінованості: участь у фізичних заняттях та іграх привчає дітей дотримуватися встановлених правил, бути організованими та дисциплінованими.

• **Забезпечення інклюзії та сприяння соціалізації.**

◦ Залучення кожної дитини: фізичне виховання у дошкільних закладах має бути інклюзивним, враховуючи індивідуальні особливості та потреби кожної дитини.

• Підтримка соціальної адаптації: спільні рухливі ігри сприяють взаємодії дітей з різними рівнями розвитку, навчають їх співпрацювати та успішно адаптуватися в соціумі [2].

Свідоме ставлення дошкільників до запропонованих для виконання рухових дій, їхня активність, зацікавленість у процесі навчання, бажання оволодіти рухами якомога краще і швидше допомагають успішному розв'язанню завдань фізичного виховання. П.Ф. Лесгафт стверджував, що «між розумовим та

фізичним розвитком існує тісний зв'язок... розумовий зріст та розвиток вимагають відповідного розвитку фізичного» [1, с. 50].

Посильна для дошкільників праця не тільки формує у них відповідні трудові навички, але й розвиває такі фізичні якості, як сила, витривалість, спритність. Усе це сприяє поліпшенню фізичного розвитку дітей. Таким чином, якщо фізичне виховання є необхідною основою праці, то праця, зі свого боку, також впливає на фізичний розвиток дитини.

Вправне диригування руховою активністю у дитячому садку – це не просто заняття, а майстерне створення фундаменту міцного здоров'я, гармонійної симфонії розвитку та всебічної готовності до майбутніх життєвих концертів.

Забезпечивши дошкільнятам продуманий руховий простір, ми не лише піклуємося про їхнє сьогоденне самопочуття, але й закладаємо надійний компас для їхнього майбутнього: здоров'я, цілісного зростання та впевненого кроку в доросле життя.

Фізичне виховання як мудрий садівник у дитячому світі плекає здоров'я, зрощує гармонію та готує юні пагінці до розквіту в майбутньому [2].

У сучасних умовах, коли збільшується кількість дошкільнят з проблемами зі здоров'ям і поширюється малорухливий спосіб життя, якісне та систематичне фізичне виховання в дошкільних закладах освіти набуває особливої значущості для формування здорового, всебічно розвиненого й соціально адаптованого майбутнього покоління українців.

Ефективна організація фізичного виховання в дошкільних закладах освіти є запорукою здоров'я, гармонійного розвитку та всебічної підготовленості дітей до подальшого навчання та життя.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вільчковський Е., Курок О. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
2. Маймуrow Б., Безносюк О., Ельчієва Д., Тодавчич Н. Фізичне виховання у дошкільній освіті : підручник. Київ : Printto, 2025. 695 с.