

ФОРМУВАННЯ СВІДОМОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ДОШКІЛЬНИКІВ (У ПРОЦЕСІ РОДИННОГО ВИХОВАННЯ)

Рівень розвитку суспільства неодмінно позначається на розвитку людини і визначає пріоритетні напрями у вихованні молодого покоління. Проблема здоров'я дітей має життєво важливе значення для суспільства, держави та кожної людини зокрема. Не буде перебільшенням, що в прямій залежності від її успішного вирішення є благополуччя майбутнього нації, країни. А зміни, що відбуваються в суспільстві зумовлюють необхідність виховання високо свідомого покоління.

Першими вихователями малої дитини після її народження є батьки, а, невдовзі й педагоги дошкільних закладів. Дуже важливо, щоб і батьки, і педагоги були спільними, рівноправними учасниками педагогічного процесу. Це сприятиме уникненню суперечностей у вимогах дошкільного навчального закладу і сім'ї, вихованню в дітей свідомого ставлення до занять фізичними вправами.

Практика засвідчує, що батьки не вповні розуміють значення свідомого ставлення дітей до виконання фізичних вправ, не вміють організовувати цікаво заняття фізичними вправами в сім'ї з найменшими затратами часу; не обізнані з рухливими іграми, з побудовою комплексів фізичних вправ.

Аналіз останніх досліджень та публікацій показує, що проблемі формування свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами значна увага приділяється в сучасних науково-педагогічних дослідженнях Є.Н.Вавілової, Е.С.Вільчковського, А.Н.Вороб'їової, О.І. Курок, А.В.Кенеман Г.М.Сермеєва, Є. Степаненкової, Е.І.Янкевич та ін. Так, вчені як Є.Н. Вавілова, Є.С. Вільчковський, Т.І. Дмитренко, Є. Степаненкова переконані, що спільні й систематичні заняття фізичними вправами в родині сприяють не тільки формуванню правильних стосунків, але й свідомому ставленню дітей до занять фізкультурою.

Тож нами було взято за мету проаналізувати сутність і можливості виховання свідомого ставлення дошкільників до занять фізичними вправами, розкрити особливості методичної роботи, спрямованої на підготовку батьків до формування в дошкільників свідомого ставлення до занять фізичними вправами. Ця робота полягає передусім у формуванні уявлень про значення свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами; ознайомлення батьків з формами занять фізичними вправами в домашніх умовах; озброєння їх уміннями та навичками з організації занять фізичними вправами у родинному колі.

У процесі фізичного виховання здійснюється комплексний вплив на формування всебічно розвиненої особистості. В.К.Бількевич підкреслює, що в дитячому віці закладаються підвалини майбутнього здоров'я дорослої людини, і, що важливими є "засади не тільки біологічні, а й психологічні. Тільки привчивши дитину постійно піклуватись про своє здоров'я, прищеплюючи їй корисну звичку систематично і свідомо виконувати фізичні вправи, виробляти в неї відчуття дискомфорту, котре викликає відсутність певної фізичної якості, можна вважати, що в майбутньому вона залишиться вірно вихованою у дитинстві звичці і потребі свідомо займатися фізичною культурою" [1: 38]. Ще П.Ф.Лесгафт вказував на те, що завдання фізичного виховання полягає в тому, щоб навчити дітей свідомо ставитися до своїх рухів [2]. Звідси і принцип свідомості та активності у виконанні фізичних вправ (П.Ф.Лесгафт). Свідомість, як "вищий рівень психологічного відображення і саморегуляції, характерний тільки людині, як суспільно-історичній істоті", формується в старшому дошкільному віці [6: 200]. Проблема формування свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами викликає неабиякий інтерес у практиків дошкільної освіти та батьків.

Але із таким надскладним завданням дошкільним навчальним закладам самотужки не впоратись.

Зрозуміло, що найпершими вихователями дитини повинні бути батьки, її родина. С. Русова була переконана, що керувати вихованням дитини має право людина, яка добре знає і вміє це робити. Вона зазначала, що "найкращим таким керманічем мусить бути рідна мати дитини – природна вихователька своїх дітей" [7].

Аналіз проблеми формування свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами в сім'ї належить до загальної проблеми родинного виховання дошкільників. Першими свідченнями родинного виховання дітей в Україні є усна народна творчість, а саме: прислів'я, приказки, колискові пісні, забавлянки, казки тощо. Я.А.Коменський у "Материнській школі" визначив завдання родинного виховання. Суттєвий інтерес викликають у педагогів та батьків книги К.Д. Ушинського ("Про сімейне виховання"), А.С. Макаренка ("Книга для батьків"), В.О. Сухомлинського ("Батьківська педагогіка"), в яких підкреслено непересічне значення родинного виховання для дошкільників, формування їхнього світобачення, загальнолюдської культури. Фізична культура – складова загальної культури людини. А.С. Макаренко був переконаний, що інтерес до систематичних занять фізичною культурою в дитини повинні виховувати батьки. Від того, як вони ставляться до застосування фізичних вправ у побуті, дотримання режиму, уведення загартувальних процедур залежить виховання здорової дитини [3]. Як зауважує З.П. Плохій "моральні норми, що регулюють поведінку людей, дошкільнята засвоюють під впливом зразків і правил поведінки авторитетних дорослих – батьків, вихователів" [5: 4]. Отже, найкращим стимулом виконання фізичних вправ дошкільниками мусить стати батьківський приклад, спільне виконання фізичних вправ з батьками.

В.О.Сухомлинський підкреслював у своїх працях необхідність постійно спиратись у процесі виховання на духовний світ (почуття) дитини. У дітей потрібно виховувати позитивні мотиви й активний інтерес до виконання фізичних вправ. Позитивні емоції, інтерес та задоволення від занять фізичними вправами – це та емоційна основа, завдяки якій вони поступово переходять у звичку, яка стає стійкою потребою і продовжує зміцнюватися в шкільні роки. Умовою виникнення спільної для членів сім'ї емоційної основи, на думку С.Тищенко, може бути включення їх у різновиди повсякденної праці. Меті створення емоційної основи для спільної діяльності дітей і батьків, як зауважує автор, "прислужуються й всілякі захоплення, у тому числі сімейні прогулянки.." [8:40].

Водночас свідоме ставлення до виконання фізичних вправ взаємопов'язане з такими поняттям як певний рівень розвиненості вольових якостей особистості. Оскільки батьки, як правило є найавторитетнішими дорослими для дитини,

приклад поведінки яких вона засвоює, то зрозумілим стає взаємозв'язок їх свідомого і дієвого ставлення до занять фізичними вправами з усвідомленим і дієвим ставленням до фізичних вправ їхніх дітей.

І. Мюллер, підкреслюючи, що найкращими фізичними вправами для дітей дошкільного віку є ігри на свіжому повітрі, зауважував, що "...не варто напружувати мозок і нервову систему дітей, примушуючи їх витратити час на пояснення гімнастичних вправ. Але, якщо дати їм подивитись, як виконують вправи батьки, бажання наслідування примусить їх намагатися робити що-небудь схоже" [4:7]. Тільки тоді, на думку І.Мюллера, дітей слід заохочувати в означеному напрямку і надавати їм супутні вказівки. Отже, свідоме ставлення до виконання фізичних вправ повинно бути сформоване передусім у самих батьків.

Водночас ті сучасні батьки, які захоплюються новими напрямками та методиками виховання, досить часто нехтують формуванням саме свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами.

Формування начатків свідомого ставлення до виконання фізичних вправ, на нашу думку, повинно розпочинатися ще в ранньому дитинстві. Загальновідомо, що якщо з раннього дитинства заохочувати дітей до засвоєння різноманітних рухів, то вони стають надзвичайно стійкими і разом з тим міцнішають упродовж зростання дитини. Відбувається своєрідне програмування дитини на необхідність виконання фізичних вправ, яке з віком стає все більш усвідомленим. Тому батьки повинні слідкувати, щоб фізичні навички, набуті дітьми, "були якомога кращими і здоровішими"[4:9]. Тому стає зрозумілою необхідність виконання фізичних вправ з грудними дітьми. З допомогою пасивних фізичних вправ дітям прищеплюється вміння правильно дихати, стояти, ходити, а також вміння виконувати усвідомлено будь-яку м'язову дію. За цим слідує і набуття правильних звичок у відношенні неусвідомлених (фізіологічних) функцій організму, як-то: серцебиття, травлення, виділення.

Без перебільшення можна стверджувати, що чим раніше дитина звикне цілеспрямовано фізично працювати протягом 15 хвилин на благо власного здоров'я кожного дня, тим краще це віддзеркалиться на фізичному і моральному стані всієї нації. Чим раніше в житті окремого індивідуума починається розвиток, тим краще і яскравіше відбивається цей розвиток у наступному поколінні: повторення все ближче підводить до досконалості. І найкращих результатів можна досягти в ранні дошкільні роки.

Порушена проблема не нова і, на перший погляд, вивчена в усіх напрямках, однак і сьогодні викликає інтерес як у науковців, так і практиків дошкільної освіти. Родині у найбільш ефективному виконанні її функції щодо виховання дитини досить часто необхідна допомога суспільства. Як було зазначено раніше, *усвідомлене і дієве* ставлення батьків до виконання фізичних вправ позначається на якості цього процесу в їхніх дітей. На жаль, подекуди це ставлення не сформоване належно у самих батьків. Завданням дошкільного навчального закладу є ведення просвітницької роботи серед батьків у різних напрямках виховання. Ця робота повинна завершуватись активним включенням батьків у певний виховний процес і мати на меті очікуваний результат у вихованні дітей. Індивідуальне спілкування працівників ДНЗ з кожною родиною – один із найдієвіших шляхів такого необхідного в наші дні взаємозв'язку ДНЗ і сім'ї.

З метою виявлення стану сформованості в дошкільників свідомого ставлення до занять фізичними вправами у процесі родинного виховання нами були проведені індивідуальні бесіди з батьками, анкетування, які засвідчили, що лише 10 % батьків систематично і цілеспрямовано займаються фізичними вправами, залучаючи до їх виконання і своїх дітей. При цьому вони цікавляться спеціальною літературою з питань фізичного виховання дітей. 60 % батьків засвідчили, що вони розуміють значення систематичних занять фізичними вправами, але їм бракує знань, часу і передусім сили волі щодо систематичної організації фізкультурних занять з дітьми в родині. 25 % респондентів довірять дошкільним навчальним закладам і цього, на їхню думку, достатньо. Ще 5 % опитаних сімей продемонструвала байдужість до означеної проблеми. Отже, анкетування засвідчило недостатню фізичну культуру більшості опитаних сімей, недоліки в забезпеченні тісної взаємодії дошкільних закладів і сім'ї з питань формування свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами. Відтак, підвищення фізичної культури в сім'ї, а водночас і збагачення можливостей виховання значною мірою залежить від фахівців з дошкільної освіти та спільної діяльності батьків і дошкільного навчального закладу.

Результати дослідження обумовили напрями роботи, яка, на нашу думку, у подальшому забезпечить підготовленість батьків до формування у дошкільників свідомого ставлення до занять фізичними вправами. Нами було визначено завдання просвітницької роботи з батьками. Основним завданням виступило налагодження тісного співробітництва із сім'єю з питань формування у дітей свідомого ставлення до занять фізичними вправами.

В експериментальному дошкільному закладі було заплановано роботу з батьками на рік, яку будували диференційовано, за результатами опитування (див. таблицю 1). Методична робота визначалась не кількістю заходів, а визначеними методом анкетування потребами всіх груп батьків, що були залучені до експерименту, наданням адресної допомоги через різноманітність форм з обов'язковим використанням досягнень сучасної науки і практики. Як показано в таблиці 1 робота проводилась у 4 етапи із характерною наступністю завдань.

На першому етапі ставили завдання викликати інтерес у батьків до порушеної проблеми, переконати в значенні свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами. На цьому етапі надавали перевагу індивідуальній роботі з батьками: проводили бесіди, демонстрували порівняльні результати медичного обстеження дітей і лікарсько-педагогічного контролю, показники рухової підготовленості, активності. До бесід з батьками залучали лікаря, медичну сестру, вихователів. Важливого значення надавали відвідуванню сімей вихованців удома. В індивідуальній бесіді батькам давали рекомендації щодо організації оптимального рухового режиму в домашніх умовах.

Передусім робота проводилась з групами батьків які виявили байдужість до означеної проблеми. Під час зустрічей з батьками, які носили індивідуальний характер, їх ознайомлювали з особливостями фізичного розвитку та здоров'я їхніх дітей, значенням фізичних вправ для формування рухових якостей, підготовки до шкільного життя. Особливу увагу звертали на значення свідомого ставлення дітей до занять фізичними вправами. Після того як було відмічено деякі результати роботи, а саме: своєчасний прихід дітей до дошкільного закладу, а отже і виконання ними вправ ранкової гімнастики, участь дітей у вечірніх рухливих іграх (батьки намагалися не переривати ігри своїм приходом за дітьми, вже усвідомлюючи їх значення) і т. ін., цю групу батьків об'єднали з другою. Тобто до них були підключені батьки, які цілком перекладають відповідальність за фізичне виховання власних дітей на дошкільний заклад (25%). Наприкінці роботи першого етапу була підключена і абсолютна більшість батьків (60%), тобто тих, які розуміють значення систематичних занять фізичними вправами, але їм бракує знань, часу і передусім сили волі щодо систематичної організації фізкультурних

занять з дітьми в родині. Така сконцентрованість батьків усіх трьох груп на першому ж етапі роботи (90 %) пояснюються тим, що, незалежно від причин, – формування свідомого ставлення до занять фізичними вправами в дошкільників з опитаних родин практично не мало місця.

Таблиця 1

Дидактична інструментальна модель підготовки батьків до формування в дошкільників свідомого ставлення до занять фізичними вправами

Етапи роботи	Мета	Форми	Методи
I етап (аналітико-інформативний)	Зацікавити батьків проблемою свідомого ставлення до занять фізичними вправами	Індивідуальна робота, відвідування сімей вихованців. Батьківські куточки.	Демонстрація порівняльних результатів медичного обстеження дітей, бесіди лікаря, медсестри, вихователів з батьками.
II етап (когнітивно-оперативний)	Формувати в батьків: знання про методи, форми занять фізичними вправами; уміння добирати вправи, рухливі ігри за віковими та індивідуальними особливостями дітей	Семинар-практикум, Усний журнал. Дні відкритих дверей.	Перегляд відеозаписів, занять, ранкової гімнастики, рухливих ігор, розваг. Обговорення переглянутих відеозаписів. Знайомство зі спеціальною літературою, складання комплексів ранкової гімнастики, плану прогулянок і т. ін.
III етап (репродуктивно-моделювальний)	Формувати в батьків уміння організувати з дітьми заняття фізичними вправами, рухливі ігри.	Семинар-практикум, перегляд відкритих занять ранкової гімнастики і т.ін.	Участь батьків у рухливих іграх, фізкультурних заняттях. Проведення батьками фрагментів занять.
IV етап Продуктивно-творчий	Активізувати знання та вміння батьків організувати заняття фізичними вправами з дітьми	Фізкультурні свята, туристичні походи та ін. спільні форми активного відпочинку. Виставки. сімейна газета.	Участь у складанні сценаріїв фізкультурних свят, розваг і т. ін., підготовка костюмів, обладнання, посібників, емблем і т. ін. Безпосередня участь у фізкультурних святах, походах. Виступи з досвідом, обговорення.

Вже на другому етапі роботи приєдналися батьки, які самі систематично і цілеспрямовано займаються фізичними вправами, залучаючи до їх виконання своїх дітей (10 %). Цим батькам пропонували ділитись власним досвідом на кожному наступному етапі роботи. Абсолютно всім батькам було запропоновано познайомитися з нетрадиційними методиками фізичного виховання В.Антонова, Г.Вавера, М.Єфименка, Л.Іванова, І.Міллера, С.Фоменкова та ін. Задля цього батьки відвідали відкриті заняття та режимні моменти, ознайомились зі стендовою наочністю, дібраними вихователями комплексами фізичних вправ, новим фізкультурним обладнанням. Відкриті заняття, режимні моменти демонструвалися досвідченими вихователями та інструкторами з фізичного виховання. На заняттях використовувалось нетрадиційне обладнання, виготовлене самими педагогами. Все переглянуте обговорювалося батьками та вихователями у межах семінару-практикуму та загальних обговорень на 3-му і 4-му етапах роботи.

Оскільки формат однієї статті не дозволяє розкрити всі форми і методи роботи з батьками, більш детально зупинимось на такій формі роботи як семінар-практикум. Так, наприклад, у найбільшій групі батьків (60%) формували знання про брак яких вони повідомляли у ході анкетування, індивідуальних бесід. Усіх членів родин включали у списки учасників семінару, який проводив свої засідання тричі. На першому засіданні формували знання про форми організації занять фізичними вправами. Методист з фізичного виховання продемонструвала батькам відеозаписи фізкультурних занять, ранкової гімнастики, рухливих ігор, розваг, проведених педагогами.

Особливого значення надавали також перегляду відеозаписів занять фізичними вправами в сім'ях, у домашніх умовах, підготовлених батьками I групи. В обговоренні переглянутих записів брали участь як педагоги-фахівці, так і батьки. На другому засіданні семінару-практикуму було запропоновано взяти безпосередню участь у заняттях, рухливих іграх самим батькам. Це дало можливість формувати в них знання і практичні вміння щодо організації занять фізичними вправами з дітьми в домашніх умовах. Окрім того, батькам було запропоновано самостійно скласти комплекси вправ та дібрати музичний супровід для їх виконання. Зауважимо, що попередню консультацію щодо використання музики у фізичному вихованні дошкільників батьки отримали від музичного керівника в межах семінару. Виконані завдання обговорювалися усіма учасниками семінару-практикуму.

Таким чином, нами було акцентовано увагу не лише на тому, що турбота про здоров'я своїх дітей є конституційним обов'язком батьків, а й озброєнням їх необхідною системою теоретичних знань та практичних умінь з формування в дітей свідомого ставлення до занять фізичними вправами, що є дуже важливим саме в той час, коли закладаються основи здоров'я людини, фундамент гармонійно розвиненої особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Билькевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого/ В.К. Билькевич. – М.: ФиС. 1988. – 208 с.
2. Лесгафт П.Ф. Психология нравственного и физического воспитания. Избранные психологические труды П.Ф. Лесгафт. – М. – Воронеж, 1998. – С. 200.
3. Макаренко А.С. О воспитании в семье/ А.С. Макаренко. – М., 1955. – 319 с.
4. Мюллер И. Моя система для детей. Воспроизведение издания 1928 года/ И. Мюллер. – М.: СП Интерграф Сервис,

1991 – 96 с.

5. *Плохий З.П.* Бережи здоров'я змалечку / З.П. Плохий // Дошкільне виховання. – 1998. – №10. – С. 4-5.
6. Психологический словарь / Сост. Л.А. Карпенко; Под общ. ред. А.В.Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1985. – С. 327.
7. *Русова С.Ф.* Теорія і практика дошкільного виховання. – Львів-Краків-Париж: Просвіта, 1993. – С. 93.
8. *Сухомлинский В.А.* Сердце отдаю детям / В.А. Сухомлинский. – К.: Рад. шк., 1988. – С. 101.
9. *Тищенко С.П.* Развитие внутреннего мира ребенка / С.П. Тищенко // Воспитание детей дошкольного возраста. – К., 1991. – С.40-82.

Подано до редакції 02.09.09

РЕЗЮМЕ

У статті висвітлюється проблема формування свідомого ставлення до занять фізичними вправами в дошкільників (у процесі родинного виховання). Відображено взаємозв'язок дошкільного навчального закладу і сім'ї в означеному напрямі з акцентуацією на провідній просвітницькій діяльності ДНЗ у роботі з родинами вихованців. Ідеї щодо формування свідомого ставлення до занять фізичними вправами у дошкільників можуть бути використані як у практиці сучасних дошкільних навчальних закладів, так і в родинному вихованні дітей дошкільного віку.

Ключові слова: фізичне виховання, родинне виховання, фізичні вправи, свідомість, свідоме виконання фізичних вправ.

Е.С. Монке, Г.И. Молодецкая

ФОРМИРОВАНИЕ СОЗНАТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ У ДОШКОЛЬНИКОВ (В ПРОЦЕССЕ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ)

РЕЗЮМЕ

В статье освещается проблема формирования сознательного отношения к занятиям физическими упражнениями дошкольников (в процессе семейного воспитания). Отображена взаимосвязь дошкольного учебного заведения и семьи в обозначенном направлении с акцентуацией на ведущей просветительской деятельности ДУЗ в работе с семьями воспитанников. Идеи относительно формирования сознательного отношения к занятиям физическими упражнениями у дошкольников могут быть использованы как в практике современных дошкольных учебных заведений, так и в семейном воспитании детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: физическое воспитание, семейное воспитание, физические упражнения, сознание, сознательное выполнение физических упражнений.

O.S. Monke, G. I. Molodetska

FORMATION OF PRESCHOOLERS' CONSCIOUS ATTITUDE TOWARDS DOING PHYSICAL EXERCISES (IN THE PROCESS OF FAMILY UPBRINGING)

SUMMARY

The article investigates the problem of forming preschoolers' conscious attitude towards doing physical exercises (in the process of family upbringing). The author demonstrates correlation of preschool educational institution and families in this direction, focusing on leading educative activity of such institution in terms of work with children's families. Some ideas as for forming preschoolers' conscious attitude towards doing physical exercises can be applied both in practice of modern pre-school educational institutions and in family upbringing of children of preschool age.

Keywords: physical upbringing, family upbringing, physical exercises, consciousness, conscious attitude towards doing physical exercises.
