

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МАРІУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЛОЛОГІЇ ТА МАСОВИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

До захисту допустити:  
Зав. кафедри  
\_\_\_\_\_ О. Г. Брежнєва  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ р.

**Кваліфікаційна робота**

за освітнім ступенем «Магістр» на тему:

**Інтегрований підхід до фізичного виховання старших дошкільників у  
закладі дошкільної освіти**

студентки факультету філології та  
масових комунікацій  
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»  
освітнього ступеня «Магістр»  
**Пучкової Світлани Михайлівни**

**Науковий керівник:**

Макаренко Лілія Василівна  
кандидат педагогічних наук, доцент  
кафедри дошкільної освіти

**Рецензент:**

Смаковський Юрій Васильович,  
кандидат педагогічних наук, старший  
викладач кафедри теорії та методики  
навчання мистецьких дисциплін  
Бердянського державного  
педагогічного університету

Кваліфікаційна робота захищена  
з оцінкою \_\_\_\_\_  
Секретар ЕК \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 р.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІНТЕГРАЦІЇ РУХІВ І МУЗИКИ.....</b>	<b>9</b>
1.1. Характеристика провідних дефініцій «фізичне виховання», «фізичний розвиток», «фізична культура», «рухові якості», «музичне виховання», «інтеграція рухів і музики».....	9
1.2. Аналіз психолого-педагогічних досліджень з фізичного виховання дітей дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики .....	22
1.3. Значення музичного супроводу для фізичного виховання дітей дошкільного віку.....	33
<b>Висновки до першого розділу.....</b>	<b>40</b>
<b>РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....</b>	<b>42</b>
2.1. Сучасний стан фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.....	42
2.2. Експериментальна робота з фізичного виховання старших дошкільників засобами інтеграції рухів і музики.....	62
2.3. Практична перевірка інтеграційного комплексу рухів і музично-фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку .....	75
<b>Висновки до другого розділу.....</b>	<b>81</b>
<b>ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....</b>	<b>83</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>85</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>93</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Демократичні процеси, що відбуваються в державі, вимагають раціональної трансформації сучасної освіти, зокрема, її дошкільної ланки як основи соціокультурного становлення особистості. Основною метою дошкільної освіти є не стільки набуття дитиною системи галузевих знань, скільки опанування наукою життя, де пріоритетним напрямом є її фізичне виховання.

Відомо, що фізичне виховання підростаючого покоління є одним із провідних напрямів сучасної дошкільної освіти. Воно спрямовується на збереження і зміцнення здоров'я дошкільників, своєчасне формування у них рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей, забезпечення відповідного рівня фізичної підготовленості взагалі, ознайомлення із будовою і основними функціями свого тіла, виховання стійкого інтересу до рухової активності, вироблення звички до здорового способу життя.

Пріоритетність фізичного розвитку дітей визначається чинними нормативно-правовими документами дошкільної галузі – Законами України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Про фізичну культуру», «Про охорону дитинства». Цими документами держава гарантує дітям дошкільного віку реалізацію прав на охорону життя і здоров'я, безоплатну кваліфіковану медичну допомогу, забезпечення раціонального харчування, сприяє створенню безпечних умов для формування всебічно розвиненої особистості в процесі суспільного виховання тощо.

Теоретичний аналіз наукової і методичної літератури, свідчить, що головною метою модернізації дошкільної освіти на сучасному етапі є цілісний розвиток дитини як особистості. Саме цьому приділяє увагу науковий і педагогічний потенціал освіти: Е. Вільчковський, Н. Денисенко, О. Аксьонова, О. Курок, В. Шахненко та інші [16, 24].

Досягнення позитивних результатів у вихованні здорової дитини можливо за умови, якщо упродовж її перебування у закладі дошкільного

освіти здійснюється цілеспрямована робота з формування у неї фізичної культури і культури здоров'я.

Як зазначають дослідники, реальний стан фізичного виховання у закладах дошкільної освіти далекий від досконалості. Однією із значущих проблем залишається слабкість зв'язку між фізичним і музичним вихованням дітей, що знижує ефективність впливу різних видів музичної діяльності на фізичний розвиток вихованців, зокрема на формування таких важливих якостей особистості як фізичні (гнучкість, витривалість, спритність).

Аналіз праць Е. Вільчковського, Н. Ветлугіної, О. Богініч, Н. Денисенко засвідчує, що одним із засобів ефективного фізичного розвитку дітей є фізичні вправи, музично-ритмічні і танцювальні рухи, співи, що входять у зміст фізичного і музичного виховання дошкільників і складають структуру занять такого виду. Завдяки цьому розвиваються рухові якості особистості (витривалість, спритність, гнучкість).

Сучасні погляди на проблему фізичного розвитку дітей засобами музики проаналізовано у ряді психолого-педагогічних досліджень у галузі дошкільної педагогіки (Г. Беленької, О. Богініч, Л. Волкова, Н. Денисенко, О. Кононко, О. Кириченко, Т. Науменко, Т. Поніманської) та системи фізичного виховання підростаючого покоління (Е. Вільчковського, М. Зуболій, О. Курок, Г. Ляшенко, Л. Сущенко, Б. Шиян та ін.). Зокрема І. Бех, І. Зязюн, В. Кремень, В. Кузь, Л. Масол, О. Рудницька розглядають побудову єдиної організаційної системи інтенсивного розвитку дітей як забезпечення взаємовпливу різних складових навчально-виховного процесу на формування, зміцнення і відновлення здоров'я зростаючої особистості, гуманізацію виховного процесу, що реалізує право кожної дитини на повноцінне застосування власних сутнісних сил.

У свою чергу, дослідження різних аспектів музичного виховання дітей дошкільного віку, що відбуваються в процесі об'єднання з рухами, здійснено В. Алямовською, Н. Ветлугіною, Т. Осокіною, С. Петровою, А. Шевчук та ін. [80].

Відомо, що танцювальні вправи і танці впливають на формування правильної постави, легкої та ненапруженої ходи; граціозності, чіткості та виразності рухів. За дослідженням А. Шевчук, танцювальні вправи, які супроводжуються музикою, ритмічним підрахунком або піснею, розвивають у дітей музичний слух, активізують позитивний емоційний вплив фізичних вправ на виховання естетичних почуттів. Проблема формування навичок виконання танцювальних вправ розроблялася Н. Зеленко, В. Ждан, О. Кенєман, Т. Ковальчук, Т. Науменко, Т. Ротерс та ін. Формуванню музично-рухової творчості дошкільників присвячено праці О. Ковальнової, Е. Макшанцевої, О. Мартиненко [45].

Теоретико-методологічні основи фізичного та музично-рухового виховання дітей закладів дошкільної освіти на засадах національних традицій досліджувались А. Вольчинським, А. Шевчук. У різних наукових джерелах представлена проблема інтеграційних процесів у педагогічній теорії та практиці, зокрема, Н. Груздевою, Н. Денисенко, І. Колесніковою, М. Єфименко, К. Яресько та ін.

Сучасна теорія і методика фізичного і музичного виховання орієнтує педагогів закладів дошкільної освіти на використання рухів і танцювальних вправ, які спрямовані на фізичний розвиток особистості дошкільника. Як зазначають дослідники, рухлива гра сюжетного характеру, яка проводиться з музичним супроводом, викликає у дітей більшу зацікавленість і проходить енергійніше. Музика піднімає настрій дитини, вимагає її рухатися жвавіше, красиво, відповідно до характеру і форми музичного твору. Використання музики під час проведення рухливих ігор є одним з активних спілкувань дитини з музикою. При цьому одночасно вирішуються завдання фізичного і музичного виховання дошкільників.

Нагальною залишається потреба розробки відповідного інтеграційного комплексу рухів і музики у навчально-виховному процесі закладів дошкільної освіти.

Актуальність проблеми обумовлена державними пріоритетами щодо формування фізично розвиненого, здорового підростаючого покоління, наявністю суперечностей між потребами дошкільної освіти в ефективному використанні інтеграційних процесів у виконанні музично-ритмічних і гімнастичних рухів з метою фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку та недостатнім рівнем теоретичного обґрунтування і практичної розробки цього процесу.

Прагнення зняти цю суперечність зумовило вибір теми дослідження: **«Інтегрований підхід до фізичного виховання старших дошкільників у закладі дошкільної освіти».**

**Об'єкт дослідження** – процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у закладі дошкільної освіти.

**Предмет дослідження** – інтеграційний комплекс рухів і музики у фізичному вихованні старших дошкільників.

**Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні, розробці, експериментальній перевірці та впровадженні у практику інтеграційного комплексу рухів і музики, спрямованого на фізичне виховання дітей старшого дошкільного віку.

Відповідно до мети були поставлені такі **завдання дослідження:**

1. Проаналізувати стан розробки проблеми у педагогічній теорії і практиці дошкільної освіти.
2. Визначити критерії, показники та виявити рівні фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики.
3. Теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність інтеграційного комплексу рухів і музики у фізичному вихованні старших дошкільників.
4. Визначити педагогічні умови реалізації інтегрованого підходу до фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку та експериментально перевірити їх ефективність.

Починаючи дослідження, ми виходили з **припущення**, що результативність педагогічних умов, спрямованих на підвищення ефективності фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку на основі організації інтегрованого підходу буде забезпечено, якщо:

- створити процес фізичного виховання на основі організації інтегрованого підходу відповідно до можливостей і вікових особливостей дітей старшого дошкільного віку;
- формувати у старших дошкільників фізичні якості через виконання комплексу рухів під музику, які впливають на фізичний розвиток;
- засобом фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку буде спеціально організована система інтегрованих занять.

Для розв'язання поставлених завдань використано **методи дослідження**:

- *теоретичні* – аналіз наукової та методичної літератури з теми дослідження; аналіз навчальних програм, календарних планів педагогів; зіставлення, узагальнення і синтезування здобутої інформації з метою вивчення сутності, структури й особливостей фізичного розвитку, рухів і рухових якостей дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики;
- *емпіричні* – педагогічні спостереження за дітьми, бесіда; анкетування вихователів, аналіз планів навчально-виховної роботи;
- *кількісний та якісний аналіз*, статистична обробка результатів дослідження, що забезпечили достовірність експерименту.

**Наукова новизна** одержаних результатів полягає у тому, що вперше теоретично обґрунтовано, розроблено та експериментально перевірено інтеграційний комплекс рухів і музики у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку, що складається з мети, сполучення фізичної (рухи) і музичної (музика) складових, педагогічних умов, принципів; визначено і схарактеризовано критерії і показники та виявлено рівні фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики;

уточнено сутність і зміст понять «фізичний розвиток», «фізична культура», «рухові якості», «інтеграція рухів і музики»; особливості фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

**Практична значущість** одержаних результатів дослідження полягає в розробці методики розвитку рухових якостей дітей старшого дошкільного віку в процесі інтеграції рухів і музики; методики оцінювання ефективності фізичного виховання старших дошкільників, яка дає змогу визначити стан музично-рухової підготовленості дітей; конспектів інтегрованих заходів із фізичної культури дітей; узагальненні практичного досвіду закладів дошкільної освіти з фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики.

**Апробація і впровадження результатів дослідження.** Основні положення роботи знайшли своє віддзеркалення у тезах на Всеукраїнській Інтернет-конференції викладачів, студентів, аспірантів та молодих вчених «Еволюційні процеси в галузі дошкільної освіти: інноватика, досягнення, перспективний досвід», яка відбулася 27 листопада 2020 року на базі кафедри дошкільної освіти Маріупольського державного університету.

**Експериментальна база дослідження.** Експериментальна робота виконувалася на базі Комунального дошкільного навчального закладу № 64 «Кораблик» м. Маріуполя.

**Структура магістерської роботи.** Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи становить 96 сторінок. У тексті 14 таблиць. Додатки викладено на 4 сторінках. У списку використаних джерел 81 найменування.



## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІНТЕГРАЦІЇ РУХІВ І МУЗИКИ

#### **1.1. Характеристика провідних дефініцій «фізичне виховання», «фізичний розвиток», «фізична культура», «рухові якості», «музичне виховання», «інтеграція рухів і музики».**

Відомо, що фізичне виховання – це організований педагогічний процес, спрямований на морфологічне і функціональне удосконалення організму людини. Сучасні дослідники по-різному підходять до визначення «фізичне виховання». Існує думка, що фізичне виховання в закладі дошкільної освіти, як цілеспрямований педагогічний процес, здійснюється всією системою організаційних форм, які передбачені програмою (постійні заняття фізкультурою, ранкова гімнастика, рухливі ігри та ін.).

Враховуючи зазначене вище, поняття «фізичний розвиток» розглядається вченими як кількісні та якісні зміни фізичних здібностей особистості дитини старшого дошкільного віку, які набуваються у процесі фізичного виховання і забезпечуються активною руховою діяльністю і характеризуються розвитком рухових якостей, морфологічним станом та поставою [14].

Розглянемо фізичний розвиток як це процес становлення та змін біологічних форм та функцій організму людини під час її індивідуального життя. Його науковці оцінюють:

- рівнем антропометричних і біометричних показників;
- як фізичні якості;
- як показники формування постави.

Термін «фізична підготовка» дослідники визначають як прикладну спрямованість фізичного виховання щодо трудової або іншої діяльності людини (наприклад, фізична підготовка льотчика, футболіста або військового).

Вченими виділено «загальну» і «спеціальну» фізичну підготовку. «Загальна фізична підготовка», на їх думку, це процес фізичного виховання, що створює загальні передумови для високопродуктивної праці людини. «Спеціальна фізична підготовка» спрямована на підготовку людини до професійної та спортивної діяльності. Рухова підготовка зумовлює рівень розвитку рухових умінь і навичок, фізичних якостей, що задовольняють вимоги спортивної класифікації, шкільної програми з фізичної культури. У сучасних чинних програмах для дітей дошкільного віку спеціально розроблені нормативні показники з усіх основних видів фізичних вправ і вимог щодо якості їх виконання.

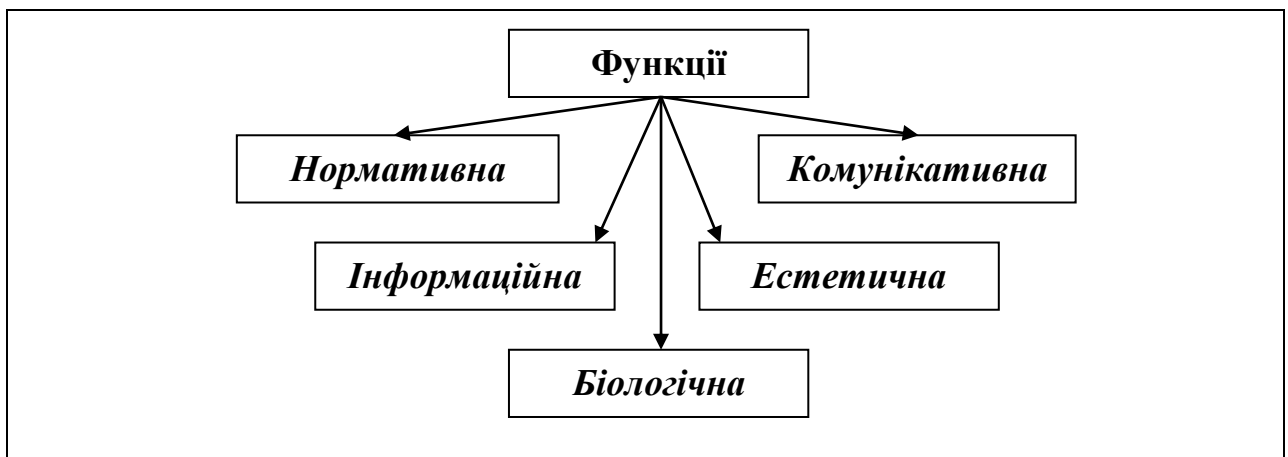
Термін «фізкультурна освіта» провідні вчені визначають як рівень знань з фізичного виховання, рухових і гігієнічних вмінь і навичок. Цей термін впровадив П. Лесгафт, вважаючи, що фізичне виховання має на меті не лише зміцнення фізичних сил людини, а й накопичення нею спеціальних знань, вмінь та навичок. На думку вченого, фізична досконалість передбачає міцне здоров'я, гармонійний фізичний розвиток і всебічну фізичну підготовленість людини. У людей різних професій, статі, віку фізична досконалість має свої специфічні особливості. Кожна історична епоха створює свій ідеал фізичної досконалості людини, тому що в цьому відображаються умови економічного та соціального життя людей.

Термін «вправа» дослідники застосовують для визначення процесу багаторазового повторення рухових дій. До «фізичних вправ» вони відносять рухи, рухові дії, а також складні види рухової діяльності, які відібрані для вирішення завдань фізичного виховання.

Доведено, що фізичний розвиток створює основи фізичної культури особистості дошкільного віку (В. Ареф'єв, Л. Волков, О. Дубогай). Різні підходи до розуміння сутності «фізичної культури» висвітлено у працях зарубіжних і вітчизняних дослідників Б. Ашмаріна, М. Віленського, К. Грантиня, В. Іващенко, А. Матвєєва, А. Новікова, А. Тер-Ованєсяна, О. Безкопильного, Б. Шияна та ін.

На думку дослідників, фізична культура – частина загальної культури, сукупність матеріальних і духовних цінностей суспільства, які створюються та використовуються ними для фізичної досконалості людини. Вона історично зумовлена і змінюється на кожному новому етапі розвитку суспільства. До матеріальних цінностей науковці відносять: спортивні споруди (стадіони, спортивні зали, басейни, фізкультурні майданчики та ін.), фізкультурне обладнання та інвентар, а також рівень фізичної досконалості дитячого та дорослого населення, включаючи їх спортивні досягнення та ін.

До духовних цінностей науковці відносять соціальні, політичні та практичні досягнення в галузі фізичного виховання. На рис. 1.1 відображено функції фізичної культури, які виділили дослідники.



*Рис. 1.1. Функції фізичної культури*

Розглянемо функції фізичної культури, які виділяють дослідники:

- нормативна функція, яка полягає у закріпленні раціональних норм рухової діяльності;
- інформаційна, яка відображає властивості накопичувати культурну інформацію, бути засобом її розповсюдження та передачі їх із покоління в покоління;
- комунікативна функція, яка характеризується властивістю сприяти спілкуванню, встановленню міжособистісних контактів;

– естетичне задоволення естетичних потреб індивідуальності у гарних рухах, гармонійному фізичному розвитку та ін.;

– біологічна функція, яка пов'язана із задоволенням природної потреби людини у русі, покращання її фізичного стану та забезпечення працездатності організму.

Ці функції науковці поклали в основу класифікації видів фізичної культури, яку представляють як базову (загальнорозвиваючу), прикладну й оздоровчу фізкультуру та спорт.

У дослідженні О. Шевченко «фізична культура» розглядається як високий рівень розвитку рухових здібностей дітей, виражених у типах і формах рухової діяльності, фізичного розвитку та у сформованості рухової підготовленості і здоров'я [78].

Охарактеризовано, що головним шляхом формування фізичної культури дошкільника є фізичне виховання, як складова навчально-виховного процесу, чинник забезпечення розвитку фізичних, морально-вольових, розумових здібностей, рухових умінь і навичок дітей.

Відомо, що фізичне виховання спрямоване на засвоєння дітьми життєво необхідних рухів, розвиток рухових якостей і зміцнення здоров'я (Т. Дмитренко, Л. Матвєєв та ін.). Специфіка фізичного виховання дітей дошкільного віку простежується в навчанні рухів, рухових дій під час виконання фізичних вправ та у розвитку особистих рухових якостей.

Аналіз наукових досліджень Е. Вільчковського, Н. Ветлугіної, М. Єфіменка, Є. Макшанцевої засвідчив, що серед різноманітних видів вправ є вправи танцювального характеру, їх дія на фізичний розвиток дошкільників аналогічна фізичним вправам [13, 16, 29].

Як зазначають дослідники, ефективність виконання фізичних і танцювальних вправ забезпечується їх технікою та музикою, які оптимально підвищують процес розвитку рухових якостей дітей, що впливають на тілобудування та формування постави старших дошкільників. Відтак «фізична культура» це складова частина культури суспільства, що

спрямована на розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей з метою гармонійного формування її особистості, зміцнення здоров'я. Це м'язова діяльність, пов'язана з використанням фізичних вправ, що забезпечують фізичне вдосконалення дошкільника. В особистісному аспекті фізична культура є тією частиною загальної культури дитини, яка виражається ступенем розвитку її рухових умінь і навичок, рухових якостей, тілобудовою, виправкою.

Вчені виділяють «фізичні» та «рухові» якості. Так, фізичні якості, на їх думку, це розвинуті у процесі виховання і спрямованої підготовки рухові завдатки людини, які встановлюють її можливості вдало виконувати виразну рухову діяльність.

Рухові якості – це окремі, якісно відмінні сторони моторики людини, які виявляються нею в одних і тих самих біомеханічних характеристиках, мають однаковий вимірювач та схожі анатомічні, біологічні і психічні механізми забезпечення та реалізації. До рухових якостей науковці відносять силу, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність.

Крім того, дослідники розглянули фактори, які впливають на розвиток фізичних якостей у дітей дошкільного віку. Так, на їх думку, розвиток рухових якостей обумовлений біологічними і соціальними чинниками. Природне біологічне зростання організму супроводжується збільшенням рухових можливостей дитини. При цьому розвиток її моторики зумовлюється соціальними умовами, а рухова функція організму виступає як складова частина, на яку спрямована педагогічна дія.

Загальні фізіологічні закономірності розвитку рухових якостей під впливом занять фізичними вправами розглянуті в роботах Н. Зімкіна, А. Коробкова, І. Фоміна і В. Філіна й інших авторів. Їх дослідженнями доведено, що фізіологічною основою розвитку рухових якостей (сили, швидкості, спритності, витривалості) є морфологічні і функціональні зміни м'язової системи, а також у нервовій регуляції рухових і вегетативних функцій організму. Приміром, для прояву цих якостей вагоме значення

мають координаційна діяльність нервових центрів з регуляції функції м'язового апарату і вегетативних органів.

Зростання тренуваності організму дітей відбувається повільніше, ніж оволодіння руховими навичками, зокрема, у нескладних за технікою рухових дій. Рациональний добір фізичних вправ впливає на біологічний хід розвитку різних рухових якостей дітей. Професійними дослідженнями з'ясовано, що під впливом активного рухового режиму відбувається помітне зростання сили, стійкості, швидкості.

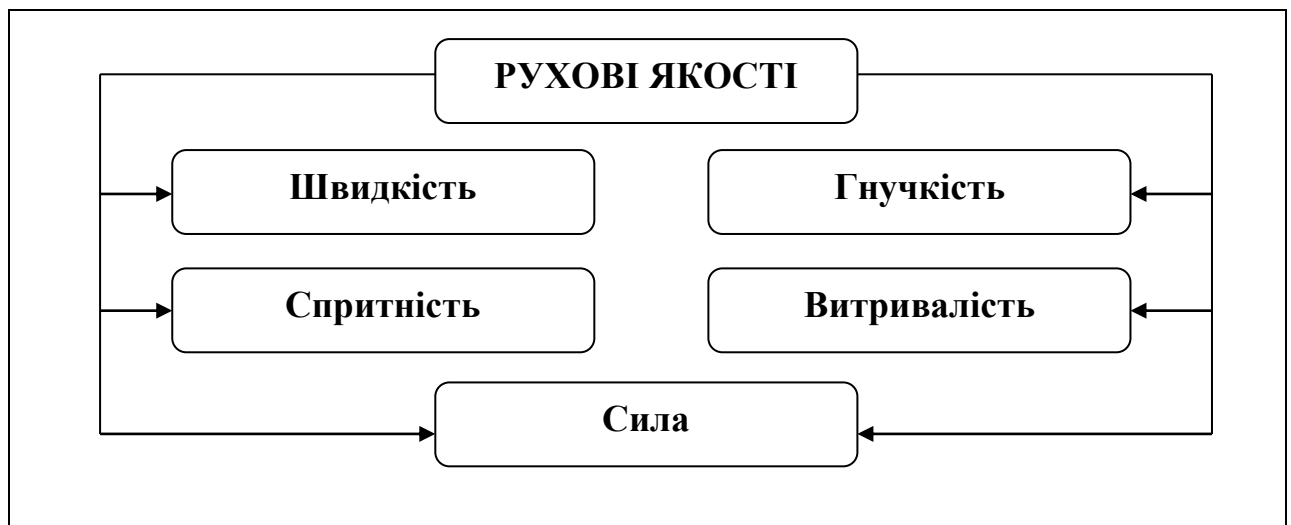
Фізичний розвиток передбачає досягнення максимального розвитку рухових якостей (Н. Денисенко, О. Курок). Вченими Ю. Змановським, О. Курок, Г. Ляшенко, М. Норик, А. Сухаревим, А. Хрипко доведено, що ефективний фізичний розвиток дитини неможливий без належного розвитку мускулатури, дихальної, серцево-судинної та нервової систем, що інтенсивно розвиваються завдяки м'язовим рухам (рухам, руховим діям, фізичним і танцювальним вправам). У свою чергу рухові якості характеризують рухові можливості дитини, рухові уміння та навички, в основі яких лежать її природні задатки.

На даний час «фізичні якості» у психолого-педагогічній науці тлумачаться як «рухові якості», або як «фізичні можливості». З'ясовано сутність різних тлумачень таких понять як «розвиток рухових якостей» і «виховання рухових якостей». У дослідженні Ю. Шевченко використані обидва поняття. Оперуючи поняттям «розвиток рухових якостей» науковці мають на увазі зміни у показниках: говорячи про «виховання рухових якостей» передбачають як розвиток дитини. У дошкільному – найінтенсивніше розвиваються гнучкість, витривалість, спритність. Характерною особливістю розвитку рухових якостей є їх зв'язок з навчанням дітей рухів у різних видах вправ (Л. Баканенкова, М. Бунчук, А. Вікулов, Л. Русскова та ін.).

У контексті останнього Н. Ветлугіною, Т. Дмитренко, Н. Зеленко, В. Ждан, Т. Ротерс, А. Шевчук [13, 80] доведено, що ефективність розвитку

рухових якостей підвищується завдяки зв'язку рухів з музикою. Проте констатовано, що розвиток рухових якостей засобами інтеграції рухів і музики, як наукова проблема, недостатньо вивчена дослідно-експериментальним шляхом.

З'ясовано, що складовими фізичного розвитку дітей є рухові якості (рис. 1.2). У дошкільників інтенсивно розвиваються такі рухові якості, як спритність, витривалість, гнучкість, які позитивно впливають на інші складові фізичного розвитку: тілобудову (морфологію тіла) та поставу дитини.



*Рис. 1.2. Складові фізичного розвитку дітей*

Зазначене вище підтверджується науковими ідеями О. Безкопильного, Е. Вавілової, Т. Дмитренко, В. Іващенко, В. Іковою, О. Кенеман, які довели, що лише завдяки рухам і заняттям фізичними вправами з урахуванням анатомо-фізіологічних і психологічних особливостей дитини досягається високий рівень форм і функцій організму. Тобто рух – це моторна функція дитини, що виражається у зміні її тіла і рухових якостей.

Встановлено, що система рухів, які спрямовані для вирішення конкретного рухового завдання утворюють рухову дію. Поєднання декількох спеціальних рухових дій дослідники називають руховою діяльністю. Рухові дії, що спрямовані на вирішення завдань фізичного виховання дітей і

підпорядковані його закономірностям визначаються як фізичні вправи (Ю. Коваленко, Т. Чиженок, Б. Шиян).

Засоби розвитку силових здібностей дітей науковці поділяють на дві групи:

1) вправи із зовнішнім опором, викликані предметами, які кидають або штовхають;

2) вправи, обтяжені вагою власного тіла (повзання, лазіння, стрибки). Такі види вправ, на думку дослідників, доцільно виконувати під музичний супровід.

Існує також думка, що музичне виховання – це органічна складова частина всього навчально-виховного процесу у закладах дошкільної освіти. Музика входить також до інших видів навчально-виховної роботи, таких як розвиток мови, ознайомлення з природою, образотворча діяльність, фізкультура, рухові ігри. Дитячі композитори, музикознавці, педагоги і психологи звертали увагу на те, що роботу з музичного виховання, навчання і розвитку необхідно вести систематично. На їх точку зору, робота повинна бути складовою частиною тієї діяльності, яку ведуть педагоги з виховання всебічно гармонійної розвинутої особистості. Музичне заняття включає різні види музичної діяльності: слухання музики, співи, гру на дитячих музичних інструментах і музично-ритмічні рухи. Вважається, що повсякденне залучення дітей до різноманітних видів музичної діяльності – обов'язкова умова розвитку в них творчих і музичних здібностей. Тому, головною особливістю чинних освітніх програм («Дитина», «Я у світі», «Дитина в дошкільні роки», «Впевнений старт» та ін.) є комплексний підхід до організації й проведення музичних занять та інших форм роботи з музичного виховання. Цей підхід, як вважають науковці, створює передумови для розв'язання наступних взаємозв'язаних завдань:

1) використання дітьми різноманітних видів діяльності (предметна, зображувальна, мовна) під час проведення музичних занять з використанням різноманітних ігор;



2) впровадження навичок і вмій з метою їх удосконалення, які діти набувають під час музичного виховання.

Фізичний розвиток удосконалюється в різних напрямках і, насамперед, виражається в оволодінні основними видами рухів, в їх координованості. Сучасні наукові дослідження Н. Денисенко, Е. Вільчковського, О. Курок, О. Дубогай, О. Потужній, Г. Беленької цілеспрямовані на вивчення інтеграції розвитку організму дітей старшого дошкільного віку, формування у них позитивного ставлення до занять та пошук шляхів у становленні фізично досконалої дитини з гармонійним фізичним розвитком організму, високим і достатнім рівнями рухової підготовленості, міцним здоров'ям.

Ряд дослідників з проблеми фізичного виховання дітей звертає увагу на низький фізичний розвиток і низьку фізичну підготовленість дітей. Пояснюють вони це впливом навколишнього середовища, низькою руховою активністю дітей дошкільного віку. Потреба в рухах не задовольняється. Зокрема, скорочена кількість фізкультурних заходів, відсутня системність у проведенні прогулянок-походів за межі закладу дошкільної освіти, зменшена кількість фізичних пауз і хвилинок під час навчальної діяльності. Також науковці вказують на проблему підвищення рухової активності дітей старшого дошкільного віку і пов'язують це:

- зі збільшенням кількості та тривалості занять у режимі дня закладу дошкільної освіти, ускладненням програмного матеріалу, а також підвищенням інтелектуального навантаження в процесі підготовки дітей до школи;

- з пасивним, інертним способом життя дитини вдома.

Як зазначають дослідники, сучасний малюк у вільний час здебільшого сидить перед телевізором або комп'ютером, що значно знижує питому вагу його рухової активності. Це призводить дітей до розумової втоми, послаблення уваги, уповільнення кровопостачання мозку, порушення дихання. Тому, формування свідомого ставлення до виконання фізичних вправ, на думку науковців, повинно розпочинатися ще в ранньому дитинстві.

Загальновідомо, що з раннього дитинства дошкільників заохочують до засвоєння різноманітних рухів. У зв'язку з цим, вони стають більш стійкими до хвороб, міцнішають упродовж зростання. Вихователі слідкують, щоб фізичні вправи були доступними і відповідали віковим особливостям дитини. Таким чином, за допомогою фізичних вправ у дітей формуються уміння правильно дихати, стояти, стрибати, ходити, а також усвідомлено виконувати будь-яку рухову дію.

Аналіз психолого-педагогічних джерел з проблеми інтеграції засвідчив, що:

- поняття «інтеграція» визначається науковцями як об'єднання чогонебудь у єдине ціле (Ю. Дик, А. Турсунов);
- інтеграційні процеси, на думку дослідників, можуть відбуватися під час розвитку мовлення, рухів, музики (Л. Бахарєва);
- «інтеграція», на думку О. Савченко, це процес укріплення цілісності єдиної системи знань;
- «інтеграційний», значить об'єднувальний (за Л. Корожньовою).

Отже, розходження вчених у поняттях «інтеграція» вказують про недостатню розробленість цієї проблеми. Враховуючи зазначене вище, Ю. Шевченко встановлено, що основу інтеграції складають системоутворювальні поняття – зв'язок, взаємозв'язок, взаємодія, сукупність, сполучення. Ключовим поняттям є «зв'язок» і «сполучення», які характеризують «інтеграцію» [79, с. 158].

У психолого-педагогічних дослідженнях сутність поняття «інтеграція» розглядається у діалектичному взаємозв'язку категорій «зміст» і «форма»:

- оскільки форма не може існувати без змісту, тому будь-яка форма передбачає певний зміст (С. Аранова);
- структура інтеграції подається як один із основних «інструментів» досягнення стратегічних цілей (Е. Мельник, Л. Корожньова, О. Пінський, О. Савченко);

– науковцем Ю. Шевченко «інтеграція» розуміється як єдність елементів і зв'язки між ними, як єдине ціле.

У контексті нашого дослідження особливого значення набувають праці фахівців з дошкільної педагогіки, в яких охарактеризовано підходи до інтеграції рухів і музики, а саме:

– у дослідженнях Е. Вільчковського, А. Вольчинського, О. Курок, Т. Осокіної подається класифікація танцювальних вправ, їх об'єднання з різними формами фізичного виховання;

– Н. Ветлугіна, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, Н. Зеленко, В. Ждан, Т. Ковальчук, В. Кузь, А. Шевчук та інші досліджували об'єднання музики, танцювальних вправ і пісень з фізичними рухами дітьми старшого дошкільного віку;

– у працях М. Єфименка, Є. Раєвської представлені об'єднання різних видів рухів із музично-руховими вправами у навчанні дітей із порушеннями рухового апарату;

– вчені Н. Денисенко, А. Шевчук у своїх працях роблять наголос на вихованні у дітей інтересу до рухової діяльності засобами українських музично-хореографічних традицій. Їх дослідження свідчать, що таке об'єднання пробуджує інтерес дітей до рухової активності під музику, емоційно забарвлює і вимагає погодженості рухів із характером музики.

Відомо, що педагогічний процес, побудований на принципах інтеграції, сприяє тісному контакту всіх фахівців, що відповідає одній з основних вимог дошкільної дидактики: освіта має бути невеликою за об'ємом, але ємкою. Саме тому науковці прийшли до висновку, що для підвищення якості виховання і навчання необхідно використовувати інноваційні технології, здійснювати інтегрований підхід у вихованні і навчанні дошкільників.

Як вважають дослідники, найефективніше освітні завдання вирішуються, якщо педагоги враховують принцип інтеграції освітніх областей, що і має на увазі взаємодію музичного керівника й інструктора з фізичної культури. Інтеграція фізичної культури і музики створює

позитивний емоційний фон занять, допомагає дітям запам'ятати рухи, виразно передати їх характер.

Автори ряду робіт вважають, що музично-ритмічні вправи сприяють формуванню опорно-рухового апарату, хорошій постави, пластики, гнучкості і розтяжки, умінню рухатися ритмічно з музикою. Для профілактики відхилень опорно-рухового апарату на музичних заняттях перед виконанням рухів науковці рекомендують привчати дітей правильно займати вихідне положення, а під час виконання музичних вправ й ігор, а також танців, дотримуватися координації рухів рук і ніг, стежити за поставою, слухати уважно музику та відповідно рухатися. Взаємозв'язок музики і рухів у фізичному розвитку допомагає дітям виразити свої відчуття.

Поняття «інтеграцію рухів і музики» вчені розглядають як об'єднання елементів двох складових навчально-виховного процесу: фізичної і музичної та встановлення різних видів прямих і зворотних зв'язків між ними за цілями, завданнями, змістом, принципами, формами, методами та прийомами.

Фізичне виховання дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики вченими розглядається як процес, спрямований на розвиток рухових умінь та навичок, рухових якостей, тілобудування та формування постави. Воно базується на взаємодії цілей, завдань, змісту, принципів, засобів, форм, методів, прийомів і передбачає гармонійний фізичний розвиток особистості дошкільника.

Дослідниками з'ясовано, що ефективний педагогічний вплив на фізичний розвиток дітей забезпечується за наступних педагогічних умов:

- виховання інтересу до рухів і музики у дітей старшого дошкільного віку шляхом включення відповідної музики, різних елементів танців, танцювальних вправ, пісень, хороводів у різні форми фізичного виховання;

- єдність цілей, завдань, змісту, принципів, форм, методів і прийомів у процесі навчання рухів із музикою та розвитку рухових якостей;

– формування рухових умінь та навичок в основних, загальнорозвивальних, стройових вправах у взаємозв'язку з танцювальними рухами, музичним супроводом;

– оволодіння вихователями інтеграційним комплексом рухів і музики та методикою розвитку рухових якостей засобами інтеграції рухів і музики.

Отже, як стверджують науковці, вплив на емоційні почуття, переживання, смаки орієнтує застосування у фізичному вихованні таких засобів мистецтва, як музика і танцювальні вправи. Професійний музичний супровід під час виконання ходьби, бігу, загальнорозвиваючих вправ, деяких рухливих ігор підвищує емоційний стан і сприяє більш чіткому виконанню різних рухів.

Багаточисленними дослідниками доказано, що вправи з танцювальними елементами, які виконуються дітьми під час занять фізкультурою, сприяють ритмічності рухів, їх виразності, граціозності, формуванню правильної постави. Все це сприяє кращому сприйманню навколишнього середовища і впливає на створення відповідних умов для фізичного виховання дошкільників.

Тому Л. Кулаковський стверджує, що музично-ритмічні рухи допомагають дітям найбільше повно сприйняти музичний твір, музичний образ. Він радить вихователям стежити за виразним виконанням рухів під музику. На його думку, рухи під музику є одним з найефективніших методів розвитку музичності – методом, в основі якого є природна рухова реакція на музику, яка притаманна кожній дитині.

Діти старшого дошкільного віку виявляють вже більшу самостійність і активну допитливість. Вони починають осмислювати зв'язок між явищами, подіями, робити найпростіші узагальнення, в тому числі і по відношенню до музики. Діти цього віку спостережливі, здатні визначити, яка виконується музика за характером, темпом, динамікою. Голосовий апарат зміцнюється, набуває деяку дзвінкість, рухливість.

Фізичний розвиток дітей удосконалюється у різних напрямках і, насамперед, виражається в оволодінні основними видами рухів, в їх координованості. Виникає можливість використовувати рух як засіб і спосіб розвитку музичного сприйняття.

Які ж характерні риси вікових особливостей музичного розвитку дітей? Дослідники виділяють:

- рівень музичного розвитку, який знаходиться в залежності від загального розвитку дитини; від формування її організму на кожному віковому етапі. При цьому виявляються зв'язки між рівнем естетичного ставлення дітей до музичної діяльності і рівнем розвитку їх фізичних здібностей;

- рівень музичного розвитку дітей різного віку, який залежить від навчання дітей дошкільного віку музичної діяльності відповідно до змісту чинної освітньої програми.

Автори ряду наукових праць вважають, що не всі діти одного віку однакові за рівнем музичного розвитку. На їх думку, існують значні відхилення в силу індивідуальних особливостей дитини. Завдяки їм вона активно проявляє себе в музичній діяльності.

## **1.2. Аналіз психолого-педагогічних досліджень з фізичного виховання дітей дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики.**

На сучасному етапі розвитку проблеми фізичного виховання в Україні визначається пошуком ефективних напрямів вирішення завдань зміцнення і збереження здоров'я людини, що зумовлене його суттєвим зниженням останнім часом. Державні документи (Закон України «Про освіту», Національна Програма «Освіта», Національна програма «Діти України» та Закони України «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства») оголошують новий погляд на розвиток дошкільника, стверджуючи, що в

центрі педагогічного процесу закладу дошкільної освіти повинна стояти особистість дитини, її внутрішній світ, психічне та фізичне здоров'я.

У Базовому компоненті дошкільної освіти в Україні звертається увага на турботу фізичного здоров'я дитини. Тому розроблення теоретико-методичних основ здійснення фізичного виховання є вагомим частиним наукових досліджень у галузі дошкільної педагогіки [3].

Один із компонентів змісту освіти «Особистість дитини» є *рухова активність та саморегуляція*, що передбачає усвідомлення ролі фізичних вправ у розвитку та зміцненні організму, емоційного реагування на власні досягнення у руховій сфері (пластичність, виразність та естетика рухів). Формування таких компетенцій як здатність самостійно застосовувати руховий досвід у повсякденному житті, оцінювати і регулювати можливості власного тіла. Ознайомлення з такими компетенціями як оволодіння основними рухами (ходьбою, бігом, стрибками, лазінням), власним тілом, свідомим реагуванням на елементарні потреби організму, витримкою відповідно віку фізичне навантаження. Визначення компетенцій як виконувати з різних вихідних положень вправи з предметами та без них., виявляти волю зусилля у руховій діяльності. Формування таких компетенцій як знати та свідомо дотримуватися правил у рухливих та спортивних іграх, цінувати чесність, виявляє спритність [3, с. 8].

Одним із завдань у галуззі фізичної культури є пошук інноваційних технологій, які поєднують у собі засоби і методи комплексного оздоровлення організму і психіки людини, її емоційної сфери; сприяють реальному духовному і фізичному розвитку особистості, а також формуванню ціннісних орієнтирів на досягнення найкращого рівня здоров'я і здорового способу життя. Досягнення цього результату, на думку науковців, можливе за умови зацікавленості людини різними видами рухової активності під музику.

Відомо, діти старшого дошкільного віку виявляють більшу самостійність й активну допитливість. Вони осмислюють зв'язок між явищами, подіями, можуть робити найпростіші узагальнення, в тому числі і

по відношенню до музики. Діти цього віку спостережливі. Вони вже здатні визначити, яка виконується музика за характером (весела, радісна, спокійна), темпом (швидка чи повільна), динамікою (тиха чи голосна, гучна); розрізняють звуки за висотою (високі, низькі).

Матеріали досліджень дозволяють стверджувати, що музичний розвиток дітей дошкільного віку удосконалюється в різних напрямках, тобто виражається в оволодінні основними видами рухів, в їх координованості. Виникає можливість використовувати рух як засіб і спосіб розвитку музичного сприйняття. У дітей закріплюється уміння приймати правильне вихідне положення при метанні, відбивати м'яч об землю правою і лівою рукою, кидати і ловити його гронами рук. У дошкільників розвиваються психофізичні якості (прискореність, гнучкість, витривалість, спритність); вони вчаться виконувати провідну роль у рухливій грі. У всіх формах організації рухової діяльності розвивається у дітей організованість, самостійність, ініціативність, творчість.

Давно відомо, що музика є цінним виховуючим і організуючим засобом. Ще у Давній Греції вважалося, що для формування творчої, гармонійно розвиненої особистості необхідна всебічна освіта. Тому навчання дітей танцями було не менш важливим, ніж точні науки. Саме Аристотель почав приділяти увагу музичній активізації фізичної і розумової працездатності людини. Він відзначав, що музика вирішує у суспільстві певні завдання, здатна управляти свідомістю і поведінкою людей, регулювати їх розумову і фізичну діяльність, формувати у слухачів естетичний смак, давати естетичну насолоду, зціляти від хвороб та ін. При цьому музика є складним, особливим і різнобічним інструментом дії на організм і психіку людини.

Сучасні філософи, психологи, педагоги розглядають структуру єдиної організаційної системи як проблему посиленого виховання дітей, забезпечення взаємовпливу різних видів навчально-виховного процесу на формування і зміцнення здоров'я дітей, гуманізацію виховання (І. Бех, І. Зязюн, В. Кремень, В. Кузь, Л. Масол, О. Рудницька, О. Савченко,



А. Шевчук та ін.). Це зобов'язує педагогів змінити увагу на першорядність завдань, використанні сучасних технологій навчання та виховання дітей.

У зв'язку з цим у науковців виникло питання необхідності перебудови навчально-виховного процесу у закладах дошкільної освіти. На їх думку, ефективність удосконалення навчання і виховання дітей пов'язана з використанням сучасних досягнень науки та практики.

У наукових джерелах навчально-виховний процес розглядається як педагогічна система, яка впливає на всі сторони життя дітей. Одним із складових педагогічного процесу у закладах дошкільної освіти є система фізичного та музичного виховання дітей. Ця система має комплексну спрямованість, яка ефективно впливає на організм дошкільників і покращує їх фізичний та естетичний розвиток, фізичну підготовку, а також підготовку до шкільного життя. Аналіз літературних джерел з дошкільної педагогіки показав, що елементи процесу інтеграції спостерігаються не тільки в теорії і методиці фізичного виховання, а і в методиці музичного виховання дітей дошкільного віку.

Аналіз праць науковців і практиків (О. Богініч, Н. Ветлугіної, Е. Вільчковського, Н. Денисенко, Т. Осокіної, І. Щелованова) засвідчує про те, що одним із дійових шляхів фізичного виховання дітей можуть бути фізичні вправи, музично-ритмічні і танцювальні рухи, співи, що входять у зміст фізичного та музичного виховання дошкільників.

Провідними є ідеї вчених (Н. Ветлугіної, Е. Вільчковського, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, Є. Макшанцевої, О. Шевчук та ін.) про взаємозв'язок музики й рухів у різних формах фізичного та музичного виховання дітей засобами інтеграції рухів і музики. У багатьох дослідженнях Е. Вільчковського, Н. Ветлугіної, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, О. Кириченко та ін. говориться про взаємозв'язок різних видів рухів із музикою.

Аналіз науково-методичної літератури Л. Матвєєва, А. Новікова підтверджує, що фізичний розвиток дітей дошкільного віку трактується як

зміни природних морфо-функціональних властивостей організму упродовж індивідуального життя.

Сукупність ознак, які характеризують зовнішні показники фізичного стану розглядають О. Безкопильний, В. Іващенко.

Процес фізичного розвитку, на думку Б. Ашмаріна, К. Грантиня, спрямований на зміни форм і функцій особистості дитини.

Д. Хухлаєва вважає, що одним із проявів функцій є рухові якості дитини: витривалість, спритність, гнучкість.

Добираючи вправи для ранкової гімнастики, дослідники рекомендують вихователям виходити з того, що вправи мусять всебічно впливати на організм дитини. При цьому науковці вважають, що педагоги повинні керуватися такими вимогами:

а) вправи мають бути простими й доступними для дітей, не вимагати великої нервової і м'язової енергії;

б) вправи повинні бути різноманітними за видами рухів і охоплювати різні групи великих м'язів (плечового пояса, спини, живота, ніг); рухи для зміцнення дрібних м'язів (кисті рук, пальців) окремо не виконують, а пропонують з вправами, які охоплюють великі м'язові групи;

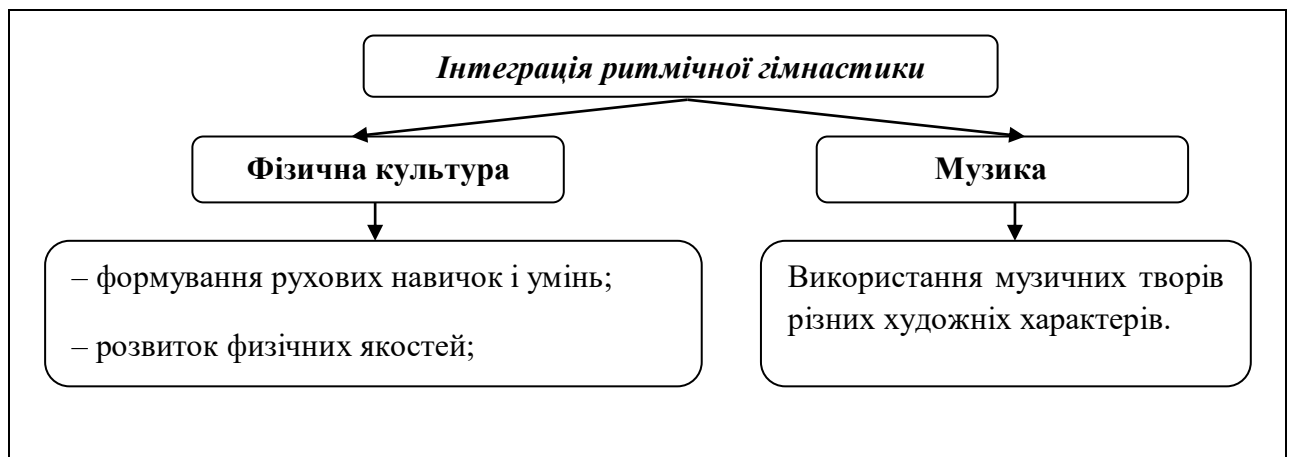
в) дітям молодших груп доцільно давати вправи, в яких вони імітують рухи тварин, птахів, машин (імітаційні вправи зацікавлюють дітей);

г) з II молодшої групи корисно впроваджувати вправи з предметами, які сприяють правильному і цілеспрямованому виконанню рухів.

У своєму дослідженні Т. Осокіна доводить, що дітям дошкільного віку подобається займатися ранковою гімнастикою під музику. На її думку, музика сприяє емоційному виконанню рухів, підвищує настрій дітей. Але постійне використання вправ із музичним супроводом може призвести до зниження уваги дітей щодо якісної сторони виконання. Тому, Т. Осокіна рекомендує педагогам епізодично використовувати виконання вправ з музикою під час ранкової гімнастики.

Ю. Шевченко поділяє точку зору дослідника, але частково. Вона пропонує, музика повинна постійно звучати на ранковій гімнастиці за умови, якщо вправи будуть добре розучені дошкільниками.

Відомо, що діти з раннього віку випробовують неодмінну потребу у русі й одним із шляхів співвідношення рухової та музичної діяльності дошкільників є процес їх інтеграції. Розглянемо інтеграцію ритмічної гімнастики з освітніми областями, що виділяють науковці (рис. 1.3).



*Рис. 1.3. Інтеграція ритмічної гімнастики з освітніми областями*

Продовжуючи досліджувати елементи процесу інтеграції, Є. Макшанцева звертає увагу на ігри-забави для дітей дошкільного віку, які є фізичними вправами ігрової форми з музичним супроводом. Автор пропонує виконувати такі вправи під народні мелодії і тим самим ознайомлювати дітей зі фольклором, які є римованими підказками до певних фізичних рухів. Подібні заняття, на думку науковця, сприйматимуться дітьми легко та радісно. Крім того, ігри з елементами вправ сприяють фізичному розвитку дошкільнят, формуванню постави, нормальній роботі опорно-рухового апарату, укріпленню фізичного здоров'я.

Отже, особливістю інтеграції, за Є. Макшанцевою, є поєднання ігор-забав як одного з домінуючих засобів фізичного виховання з музикою.

Основний елемент в цих іграх – всі види рухів. На думку дослідника, саме всі види рухів діти повинні виконувати під певну музику.

Такий самий підхід пропонує дослідник Т. Осокіна, але інтегрування вона розглядає у взаємозв'язку рухливих ігор, ігор-забав із піснями, хороводами. Вона пропонує закріплювати рухові дії дітей на прогулянках у хороводних та імітаційних іграх.

Ю. Шевченко вважає, що періодично у фізкультурне заняття можна включати хореографічні етюди для дітей старшого дошкільного віку, які вони виконують під музичний супровід.

Проблеми фізичного виховання вивчав В. Верховинець. Він вважав, що дітям потрібна заспокійлива гімнастика, яка б надавала хороші, добрі враження. На його думку, така гімнастика розвиває фізичну силу, єднає у собі виховання тіла і розуму. Питання, на які звертав увагу В. Верховинець, не втратили актуальності на сучасному етапі. Група ігор «Весняночки» В. Верховинця рекомендується для фізичного розвитку дітей, гартування їх організму гімнастичними вправами, зумовленими змістом гри або способом її проведення [12, с. 3].

Внесок у розробку проблеми інтеграції зробила Н. Денисенко, яка розглядала активізацію рухового режиму дітей дошкільного віку засобами музичного виховання. Нею обґрунтовано, що використання музичних творів у різних заходах з фізичного виховання дітей (фізкультурні заняття, ранкова гімнастика, спортивні вечори та ін.) розвиває у них інтерес до рухів під музику, сприяє посиленому фізичному розвитку, рухової підготовленості. Отже, Н. Денисенко пропонує взаємодію змісту фізичного виховання у різних його формах з певними засобами музичного виховання (музику, музично-ритмічні рухи).

Ґрунтовний підхід до інтеграції фізичного і музичного виховання розроблений Е. Вільчковським. Дослідник виділив і класифікував за віковими групами танцювальні вправи. Цей матеріал входить до програми

«Малятко», «Дитина в дошкільні роки», а також до підручника «Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку».

Виконання вправ під музику різного характеру, на думку науковця, є ефективною формою створення у дітей правильного розуміння характеру рухів. Е. Вільчковський стверджує, що музика емоційно діє на дошкільників, сприяє ритмічному і координованому виконанню різних вправ. Різний темп рухів під музику допомагає дітям виконати їх виразно і точно. Діти, в яких погана координація рухів, на думку науковця, спочатку повинні навчитися виконувати рухи без музики за допомогою вихователя. Лише коли рухи вивчені, вправи можна запропонувати дітям виконувати під музику.

Крім того, Е. Вільчковський вважає за потрібне включати музично-ритмічні рухи (танцювальні вправи, танці) в заняття з фізичної культури, ранкову гімнастику, фізкультурні розваги. Ці форми позитивно впливають на формування правильної постави, легкої і невимушеної ходи, виразності і граціозності рухів.

Подібно Е. Вільчковському, А. Шевчук вважає, що танцювальні вправи, які виконуються з вихідного положення стоячи та в русі під музику, а також ритмічний рахунок дорослого розвивають у дітей музичний слух, збільшують позитивний емоційний вплив різних вправ на виховання естетичних почуттів [80].

Проаналізувавши сучасний матеріал про інтеграцію, О. Кириченко звертає увагу на взаємозв'язок музики з фізкультурними паузами. Вона також звертається до танців, але доводить, що вони можуть замінити дітям фізкультурну паузу між заняттями. На її думку, рухи під музику є стимулятором життєдіяльності дітей, тому повинні відповідати їх віку, можливостям, фізичному розвитку, потребам і бажанням.

Музично-ритмічні рухи виховують в дітей витримку, сміливість, волю. Виконання вправ під музику укріплює дитячий організм, покращує осанку (легкість, помітність, швидкість). У дітей покращується дихання, кровообіг; розвивається чуття ритму.

На відмінність від інших науковців, Е. Вільчковський вважає, що використання музики різної за характером під час проведення рухливих ігор є одним із спілкувань дитини з музикою. Але є підстави передбачати, що при цьому одночасно вирішується завдання фізичного і музичного виховання дошкільників.

Автори ряду робіт вважають, що рухлива гра сюжетного характеру з музичним супроводом викликає у дітей зацікавленість і проходить жвавіше та цікавіше. Музика піднімає настрій дитини, вимагає рухатися енергійніше, ритмічніше, відповідно до характеру і форми музичного твору.

Багато дослідників поділяє думку Е. Вільчковського про те, що кожний рух у грі має особливий характер, тому важливо знайти для нього відповідний музичний супровід. Музичний керівник, добираючи музику до гри, повинен, як вважають науковці, враховувати вік дітей, особливості сприйняття музики, рівень музичної підготовленості дітей різних вікових груп, а також анатомо-фізіологічні можливості рухового апарату.

Отже, вчені доводять, що об'єднання різних видів рухів зі змістом заняття, а також засобів фізичного і музичного виховання підвищують якість фізкультурної і музичної освіти. Ю. Шевченко додержується точки зору вищезазначених науковців, але, на її думку, процес такої інтеграції декілька обмежує зв'язки між фізичним і музичним вихованням [77, с. 98].

Загальновідомо, що процес фізичного і музичного виховання здійснюється системою організаційних форм і засобів. Тому процес інтеграції охоплює фізкультурні та музичні заняття, а також інші форми фізичного виховання дітей, які сприяють їх фізичному розвитку.

М. Єфименко також досліджував проблему зв'язку музики з фізичним вихованням дітей дошкільного віку, наголошуючи на значенні звуко-музичного супроводу на заняттях із фізичної культури. Визначивши коротко основні моменти цього напрямку, він запропонував не використовувати традиційні варіанти музичного супроводу (постійно гучна одноманітна маршова музика), а індивідуально, до кожного комплексу вправ добирати

музичне навантаження на організм і психіку дитини. Науковець пропонує починати музичний супровід, починаючи від тихої, повільної, прозорої, класичної, ніжної музики на початку заняття (гімнастика пробудження) з поступовим нарощуванням сили звуку та темпо-ритму, динамізму і функціональності до кінця заняття.

М. Єфименко також додержується думки Е. Вільчковського про те, що музика не повинна постійно звучати під час виконання рухів. Він вважає, що музика, яка звучить на занятті безперервно, стомлює дітей, негативно позначається на стані їх нервової системи та діяльності мозку. Крім того, деякі заняття взагалі можна проводити без музики. У кожному конкретному випадку вихователь або інструктор фізкультури самостійно вирішують необхідність звучання музики. На першому місці – вихователь, його голос, рухові й ігрові дії, які він пропонує дітям для виконання [29].

Стосовно використання музичного супроводу на фізкультурних заняттях багато вчених згодні з підходами М. Єфименка.

Внесок у розробку проблеми інтеграції музичного та фізичного виховання зробили також науковці, які займалися музичним вихованням дошкільників. Так, Н. Александрова, Т. Бабаджанян, Н. Ветлугіна, О. Дубровська, Л. Комісарова відводять важливе місце рухам у системі дошкільного музичного виховання. Науковці стверджують, що музичні вправи є підготовчим етапом до наступного розучування різних видів танців і музичних ігор.

Науковці І. Щелованов, Н. Аксаріна, Т. Бабаджанян та ін. звертають увагу на адекватні рухові реакції дітей раннього віку на музику різного характеру, які реагують поверненням голову в сторону, з якої вона звучить, або починають підстрибувати. Емоції, які діти одержують під час слухання музики, створюють рухову активність.

На думку Н. Ветлугіної, засвоєння навичок сприймання музики та виразних рухів відбувається в процесі розучування музичних вправ та ігор, хороводів, танців. Велику роль у цьому дослідник відводить музичному

керівнику і вихователю: програмова музика у виконанні музичного керівника підказує хід правил музичної гри, вихователь зацікавлює дітей виконанням музично-ритмічних рухів, вчить рухатися відповідно музиці.

У наукових працях Л. Виготського і Н. Ветлугіної таке саме вирішується питання проте те, що дітей старшого дошкільного віку необхідно залучати до виконання різних видів творчої діяльності. Одним із видів музичної діяльності, що сприяє розвитку танцювальної та музично-ігрової творчості, є музичний рух. З іншої сторони, слід підкреслити, що музичні рухи – це один із продуктивних видів дитячої музичної діяльності щодо формування у дошкільників музичної творчості та творчих якостей особистості.

Що стосується Л. Генералової, то вона відмічає, що рух під музику чинить на дітей корекційний вплив, розвиває увагу, пам'ять, орієнтування в просторі, координацію рухів.

Крім того, науковцями розглядаються аспекти музично-ритмічної діяльності. Так О. Мартиненко, А. Шевчук та ін. вивчали вплив українських музично-хореографічних традицій на музично-руховий розвиток старших дошкільників. С. Букатіна розглянула вплив музично-ритмічної діяльності на розвиток творчих здібностей.

Слід відмітити також завдання музично-ритмічних рухів, які виділили дослідники, а саме:

- учити дітей сприймати розвиток музичних образів і виражати їх у різних рухах;
- розвивати в дітей основи музичної культури, музичні та творчі здібності;
- учити дітей визначати жанри музичного мистецтва, види ритміки, розрізняти властивості музичного звуку (висоту звуків, тембр, динаміку, темп);
- формувати красиву поставу; учити виконувати виразні, пластичні рухи у музично-ритмічних рухах (ігри, танці, хороводі, вправи).



У той же час фахівці відмічають значення музично-ритмічних рухів для розвитку особистості. Вони вказують на перевагу занять танцями над різними видами спорту і дають порівняльну характеристику танцям і окремим видам спорту, а саме: під час виконання танцю задіяне все тіло людини, а в спорті – рухи виконують окремі групи м'язів. Відомо, коли дитина займається танцями, зміцнюється серцева м'яз, збільшується об'єм легенів, покращується координація рухів, розвиваються пропорції тіла, формуються хороша постава та гнучкість.

Використання музично-ритмічної діяльності в закладах дошкільної освіти забезпечує оздоровчий вплив на дітей. Ця діяльність спирається на спеціальний репертуар музичних творів і впливає на емоційно-чуттєву сферу дитини. Вчені також відмічають позитивний вплив танців на психологічне здоров'я дитини. Під час виконання танців у дітей зникає незграбність, невпевненість, сором'язливість, похмурість.

Відомо, що сьогодні діти мало рухаються. Майже весь свій вільний час вони проводять у смартфонах, перед екранами ноутбуків, переглядаючи улюблені мультики, чи граючи в ігри. Тому, як стверджують дослідники, саме музика і рух формують у дитини свободу у творчому мисленні, дають можливість імпровізувати, придумувати різні рухи.

Отже, в музичному вихованні дітей дошкільного віку є також необхідність об'єднання музики з рухами, які є засобом фізичного виховання.

### **1.3. Значення музичного супроводу для фізичного виховання дітей дошкільного віку.**

На сучасному етапі стає назрілим повернення до античного ідеалу гармонійно розвиненої особистості людини. Ще з давнини відомо про те, які можливості для виховання душі і тіла закладені в синтезі музики і пластики.

Розповсюдження використання рухів для музичного розвитку дітей почалося завдяки Е.-Ж. Далькрозу, який відомий як засновник ритмічної

гімнастики. Саме він розробив систему музично-ритмічного виховання, яка відома під назвою «Метод ритмічної гімнастики» та популярна до сих пір.

Методична система музично-ритмічного виховання Е.-Ж. Далькроза передбачала «триєдність музики, слова і руху». Мета ритмічної гімнастики (за Е.-Ж. Далькрозом) – вдосконалення сили, гнучкості, скорочення та розслаблення м'язів у дітей.

В основі системи Е.-Ж. Далькроза лежить метод евритміки, тобто зв'язок музики з рухом. Основне завдання він вбачав у навчанні дітей рухатись у характері музики, відображуючи її темпові, динамічні та метро-ритмічні особливості. На його думку, музика визначає точність рухів і швидкість їх виконання, а заняття танцями не тільки розвивають музикальність, а й допомагають виховувати увагу, волю, витримку і комунікабельність. Працюючи з дітьми, він пропонував їм під час ходьби, бігу, стрибків одночасно виконували сильні поривчасті рухи руками та тулубом, що складало значне фізичне навантаження.

На відміну Е.-Ж. Далькроза, К. Орф створив систему тембрового ритмічного виховання на основі звучання жестів (притупування, ударів, клацань пальцями); використав музичну гру як основний вид музично-ритмічного руху.

На сучасному етапі, як вважають дослідники, такі ідеї важливі для виховання, а також природне прагнення педагогів до виховання дітей за «законами краси». Набуття різних видів компетенцій дитиною дошкільного віку відбувається в різних видах діяльності, одна з яких – рухова. На це звертається увага в освітньої лінії «Хореографія» Базового компоненту дошкільної освіти, який включає наступні компетенції дошкільників: формування вміння орієнтуватися в танцювальній абетці позицій, рухів. Виконання під керівництвом педагога і самостійно танцювальних рухів, вправ. До хореографічних компетенцій відноситься також самостійне відтворення танцювальними рухами характеру, темпу, динаміки музики; узгодження рухів з музикою й одночасну взаємодіє з партнером,гуртом

дітей; відтворення дітьми дошкільного віку музичного образу пластикою і рухами свого тіла [3, с.19].

Останній час науковці розглядають питання взаємодії музики і фізкультури. Музика у закладі дошкільної освіти, на думку дослідників, повинна звучати у всіх вікових групах постійно. Музика – це емоційний підйом для дітей, який починається з ранкової гімнастики і закінчується індивідуальною роботою після сну. Особливу значимість на сучасному етапі розвитку фізкультурної освіти набуває музичний супровід у житті дітей дошкільних навчальних закладів, якій має велике значення для вирішення багатьох завдань, поставлених перед галуззю фізичної культури.

Як вважають дослідники, дошкільне дитинство – це оптимальний час залучення дітей дошкільного віку до світу прекрасного. Вплив музики на розвиток творчої діяльності дітей дуже важливий. Науковці вважають необхідними умовами формування цілісної особистості – це гармонійне поєднання розумового і фізичного розвитку, етичної чистоти й естетичного ставлення до життя і мистецтва.

Все більше уваги приділяється музиці, яка супроводжує фізичні вправи, створює певний емоційний настрій у дітей, активізує їх увагу. Впливаючи на фізіологічні процеси дитячого організму, музика збільшує амплітуду дихання, легеневу вентиляцію. В. Бехтерев, підкреслюючи цю особливість, довів, що можна викликати або ослабити збудження якщо встановити механізми впливу музики на організм. Їм було встановлено, що при спокійній музиці у людини сповільнюється пульс.

Як вважає Н. Аксьонова, для активізації малорухливих дітей музика допомагає встановити потрібний темп і ритм виконання вправ, у зв'язку з цим збільшується рухова активність. Відомо, що у дошкільників процеси збудження переважають над процесами гальмування. Доведено, якщо у дитини синдромом рухової активності, то спокійна музика в кінці заняття допомагає її заспокоїти. Особливу увагу педагоги звертають на релаксаційну музику із звуками природи.

Автори ряду робіт вважають, що звучання музичних творів підвищує працездатність усього організму людини (серцевосудиної, м'язової, дихальної систем організму). Музика активізує дітей, підвищує якість виконання вправ, організовує колектив. На думку О. Кенеман, музика володіє унікальною силою емоційної дії, робить благотворний вплив на підвищення якості руху. Вона сприяє виразності, чіткості, координації рухів; емоційному переживанню музичних образів.

Як зазначають дослідники, при виконанні вправ із музичним супроводом покращується легенева вентиляція, збільшується амплітуда дихальних рухів. У той же час вони говорять про розвиток у дітей музичності, основних її компонентів – емоційної чуйності, слуху. Дитина вчиться сприймати музику, рухатися відповідно до її характеру, засобів виразності. Рухи дітей стають більш досконалішими, якщо вони виконуються під музичний супровід.

Відомо, що музика допомагає дітям ходити бадьоро, бігати легко, ритмічно, триматися рівно, струнко. Музика, супроводжуючи ранкову гімнастику і фізкультурні заняття, активізує дітей, значно підвищує якість виконуваних ними вправ, сприяє організації колективу. Як зазначають дослідники, залежно від мети вживання музичного супроводу, музика може сприяти підвищенню працездатності, розвитку координації рухів, виховувати відчуття і розуміння ритму, виразності рухів та ін.

Краще всього музика допомагає організувати фізкультурні заняття, підвищити їх щільність. Музичний супровід дозволяє добиватися у дітей чіткості, правильності, пластичності, виразності рухів. Багато в чому цьому сприяють рухові імпровізації дітей на різні теми, відповідно до ритму і характеру музики.

Автори ряду робіт вважають, що використання музичного супроводу на фізкультурних заняттях сприяє подоланню наростаючого стомлення, прискорювати процеси опанування техніки руху. Виконання фізичних вправ під музику є найбільш ефективною формою створення у дітей правильного

розуміння характеру рухів. У них удосконалюється координація рухів, покращується постава, підвищується життєвий тонус.

Матеріали досліджень дозволяють виділити основні завдання ранкової гімнастики та фізкультурних вправ, а саме: сприяти зміцненню дитячого організму, формувати рухові навички і вміння, розвивати фізичні якості (витривалість, швидкість реакції, спритність тощо). Музичний супровід підпорядковується виконанню цих завдань.

Дослідники виділили ряд функцій, які виконує музика під час виконання ранкової гімнастики. Розглянемо функції музичного супроводу ранкової гімнастики (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

### Функції музики під час ранкової гімнастики

<i>№</i>	<i>Функції</i>
1	Сигнал до початку і завершення вправ. Мелодія допомагає дітям зорієнтуватися, коли починати рух, а коли пора зупинитися. Молодшим дошкільникам буває складно зорієнтуватися по словесній команді дорослого, тому всі рухи на зарядці з вихованцями 1,5-4 років виконуються під музику.
2	Визначення темпу елементів зарядки (марш, біг, стрибки, нахили, повороти, махи). Діти повинні синхронно виконувати рухи. Орієнтуватися на ритм музики дітям легше, чим на рухи однокласників. Під час ходьби не зіб'єшся, якщо крокуєш у ритмі маршу.
3	Вказівка на характер вправ. Повільна мелодія має на увазі плавні рухи, швидка – ритмічні дії. Музика сприяє виразному виконанню зарядки, діти прагнуть робити вправи не механічно, а емоційно.
4	Розвиток музичних здібностей. Музика супроводжує дітей на різних заняттях і заходах у закладі дошкільної освіти. Вихованці вчать слухати і розуміти мелодії і пісні на заняттях з музичним

	керівником, під час підготовки до ранків, на тематичному дозвіллі, у театральному куточку. Уміння сприймати красу музики приходить поступово. Ранкова гімнастика під музику розвиває у дітей чуття ритму, здатність розпізнавати емоційні інтонації мелодії та їх відтінки.
5	Терапевтичний ефект. Прослуховування музики створює бадьорий настрій, перешкоджає перевтомі і появі негативних емоцій.

Науковці розглядають специфіку музичного супроводу при проведенні ранкової гімнастики, фізкультурних занять і дозвілля, рухливих ігор, свят. Доведено, що музичний супровід для фізичних вправ має відповідати певним вимогам:

- провідна роль відводиться завданням вироблення правильних і різноманітних рухів;
- характер музики відповідає характерові руху.

Тому вчені вважають, що під музику необхідно проводити деякі основні рухи (ходьбу, біг, підстрибування), стройові і загально-розвиткові вправи з елементами художньої гімнастики. Добираючи музику для фізичних вправ, музичний керівник враховує вік дітей, оскільки в них фізіологічні можливості досить обмежені. Для ходьби, бігу, підстрибування музичний керівник добирає яскраві, виразні, помірного темпу, з чітким фразуванням, контрастного характеру музичні твори.

Дослідники виділяють деякі вправи, які рекомендують проводити без музичного супроводу:

- стрибки через предмети, тому що не всі діти стрибають через предмет на однакову відстань, загальний ритм вправи порушується (виконуються в індивідуальному ритмі);
- вправи, які вимагають сильного напруження м'язів (вправи з вихідним положенням лежачи або сидячи);
- вправи, які проводяться з метою профілактики плоскостопості.

Відомо, що кожен рух має своєрідний характер, тому музичний керівник знаходить для нього відповідний музичний супровід. Дослідники наводять деякі рекомендації для музичних керівників щодо добору музичного репертуару. Так, чіткі дітьми помаху «султанчиками» вимагають бадьорої енергійної музики; підскоки, притупи – веселої, легкої, ігрової. Крім того, автори ряду робіт вважають, що один і той самий вид руху може мати різний характер. Так, бадьора та життєрадісна ходьба на початку заняття відбуваються під енергійний, помірно швидкого темпу марш. У кінці заняття ходьба виконує іншу функцію – знижує фізіологічне навантаження. Тому закінчується заняття помірною, стриманою маршовою музикою.

Е. Вільчковський також звертає увагу на професійну підготовку музичних керівників, які акомпанують дітям під час виконання рухів. Він вважає, що музичний керівник протягом ранкової гімнастики повинен спонукати дітей прислуховуватися до музики, яка звучить та відповідно виконувати рухи. Таким чином, у дітей буде розвиватися вміння розрізняти характер музики, засоби музичної виразності, вміння розрізняти форму музичного твору, різну музику за жанрами. Музичний керівник повинен грамотно передавати задум композитора, не перекручувати музичний твір для зручності виконання дітьми вправ. Зміна темпу, пауз, додаткових акордів, полегшене виконання твору музичним керівником призводить до того, що музика становиться фоном для виконання рухів дітьми, а не ознайомленням з прекрасним світом музичного мистецтва.

Отже, роль музики у формуванні рухових навичок і умінь багатопланова. Музика робить заняття маленькими святами у житті дошкільників. Виконання різних фізичних вправ під музику можливо, якщо на високому рівні поставлена робота з фізичного і музичного виховання у закладі дошкільної освіти. Автор методики музичного виховання у закладі дошкільної освіти Н. Ветлугіна відзначає, що між музикою і рухом при одночасному їх використанні встановлюються тісні та кращі взаємозв'язки.

## Висновки до першого розділу

Вивчення й аналіз матеріалів педагогічної і психологічної науки свідчить про те, що дошкільний період є найсприятливішим для засвоєння дітьми інтегрованих рухів, засобів фізичної культури. У цьому віці в дитини закладається фундамент розвитку і всебічної фізичної підготовленості.

Фізичне виховання у закладах дошкільної освіти спрямоване на зміцнення здоров'я, морфо-функціональне вдосконалення дітей, формування у них рухових умінь, навичок та спеціальних знань; виконує важливі соціальні функції і розв'язує освітні, оздоровчі та виховні завдання. Науковці (Е. Вільчковський, Н. Денисенко, О. Аксьонова, О. Курок, В. Шахненко та ін.) зазначають, що рухова активність – невід'ємний складник життєдіяльності, що забезпечує адаптаційну, енергетичну, нервову функції організму дитини.

Поняття «інтеграцію рухів і музики» науковці розглядають як об'єднання елементів двох складових навчально-виховного процесу: фізичної і музичної та встановлення різних видів прямих і зворотних зв'язків між ними за цілями, завданнями, змістом, принципами, формами, методами та прийомами.

У процесі фізичного розвитку було вироблено специфічні засоби фізичної культури, рухових якостей, інтегрованих рухів і музики, які є складовою частиною фізичної культури. Зважаючи на актуальність, питання розвитку фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку в Україні стали предметом досліджень з психології, педагогіки, фізичної культури, музичного розвитку.

У наукових працях відомих дослідників проаналізовано найбільш поширені фізичні вправи та рухливі ігри, які використовують у закладах дошкільної освіти; вказано на необхідність їх використання.

Дослідники В. Верховинець, Н. Ветлугіна, Н. Груздєва, Н. Денисенко, І. Колеснікова, М. Єфименко, А. Шевчук та інші наголошують, що для підвищення ефективності естетичного виховання дошкільників доцільно



застосовувати фізичну культуру, фізичний розвиток, рухливі ігри, інтегровані рухи під музику. Використання цих засобів на заняттях, прогулянках, в самостійній діяльності активізує діяльність дітей та підвищує їх інтерес до кращого виконання фізичних вправ.

## РОЗДІЛ 2

### ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

#### 2.1. Сучасний стан фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Педагогічний експеримент включав три самостійні етапи: констатувальний, формувальний, контрольний. Етапи дослідження взаємопов'язані між собою, проте кожен із них має свою мету, зміст і відповідні результати (рис. 2.1).



Рис. 2.1. Модель організації та проведення експериментальної частини дослідження

Науково-експериментальна робота здійснювалася у двох старших групах на базі Комунального дошкільного навчального закладу № 64 «Кораблик» м. Маріуполя. У дослідженні приймали участь однакові за розвитком 34 дитини (17 дітей – I середня група, 17 дітей – II середня група) та 18 вихователів.

Констатувальний етап дослідження проводився з січня 2020 р. по лютий 2020 р., мета якого – виявлення стану фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Виходячи з поставленої мети, нами розроблена функціональна модель констатувального етапу дослідження (рис. 2.2).

Під час експерименту розкрито сучасний стан фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики та вплив педагогів на фізичний розвиток дошкільників.

Завдання констатувального етапу дослідження спрямовувалися на:

- аналіз діяльності педагогів з фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку;
- встановлення наявності інтеграційного комплексу рухів і музики у фізичному вихованні дітей та методики розвитку рухових якостей дошкільників;
- розробку критеріїв, показників і рівнів фізичного виховання дітей.

Нами були проведені ціленаправлені спостереження, бесіда з дітьми, діагностична гра «Бубон і барабан», які дозволили виявити:

- наявність фізичних якостей;
- емоційне ставлення дітей до музики під час виконання рухів;
- можливість проявити себе в різних формах фізичної культури.

Обстеження дітей проводилось у двох старших групах. Усього було обстежено 34 дитини. Констатувальний етап дослідження почався бесідою з дітьми старшого дошкільного віку.

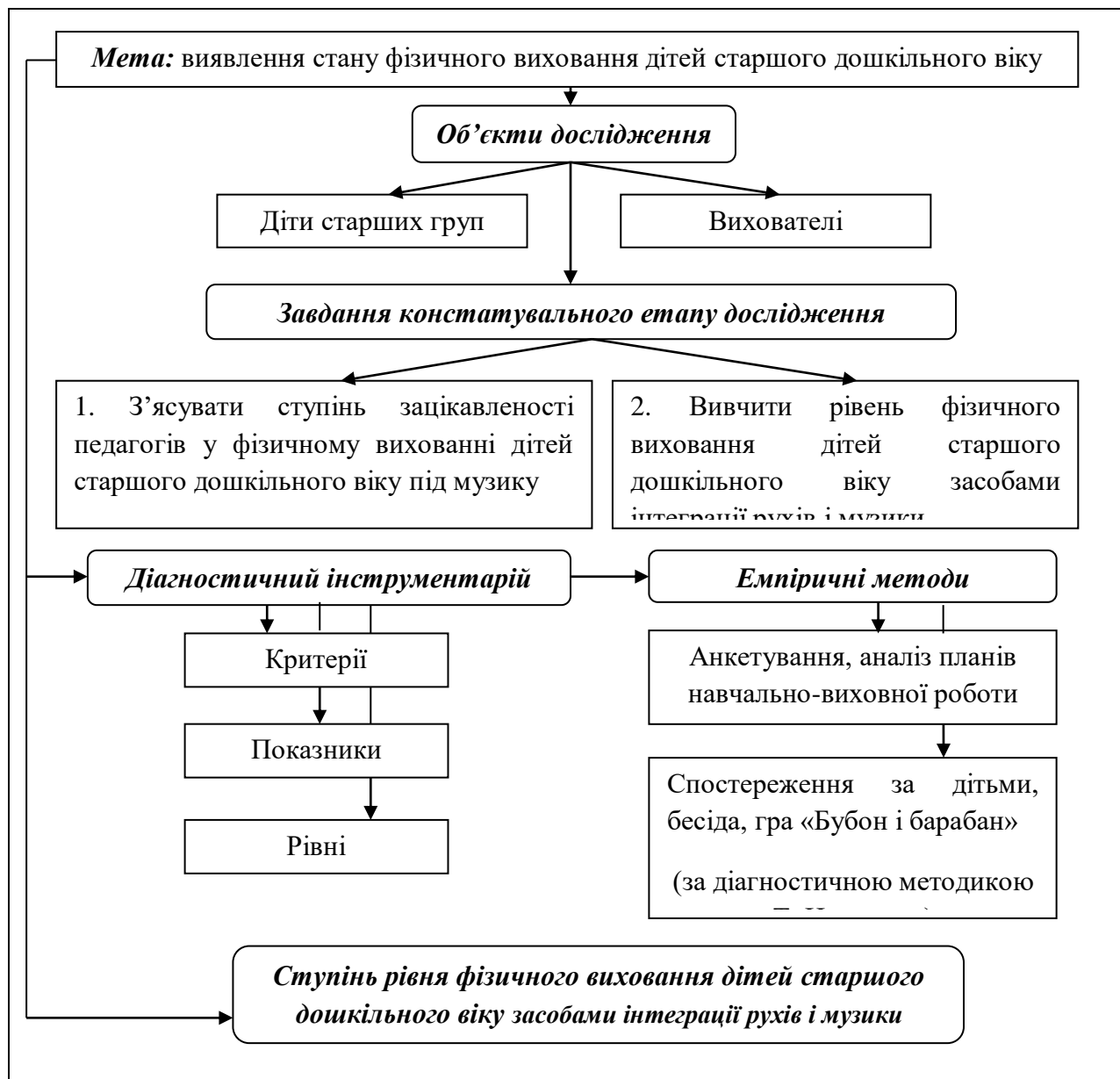


Рис. 2.2. Функціональна модель констатувального етапу дослідження

Критерії оцінки бесіди:

1. Загальна характеристика ставлення дітей до виконання рухів під музику (змістовий компонент – 3 бали).
2. Емоційне ставлення дітей до виконання рухів під музику (емоційний компонент – 3 бали).
3. Характер участі дітей у ранковій гімнастиці, фізкультурних заняттях (діяльнісний компонент – 3 бали).

Відповідно до критеріїв було виділено 3 рівні: низький, середній, високий.

Діти, які знаходяться на *низькому* рівні, не подобається займатися ранковою гімнастикою в дитячому садку під музику, не люблять грати в рухливі ігри під музику, не реагують на власні досягнення у руховій сфері; не можуть пояснити, що означає бути здоровим.

Діти, які знаходяться на *середньому* рівні, подобається займатися ранковою гімнастикою в дитячому садку та вдома під музику, не завжди люблять грати в рухливі ігри під музику, емоційно реагують на власні досягнення у руховій сфері; мають недостатні знання, що означає бути здоровим.

Діти, які знаходяться на *високому* рівні, подобається займатися ранковою гімнастикою в дитячому садку та вдома під музику, люблять грати в рухливі ігри під музику, емоційно реагують на власні досягнення у руховій сфері (пластичність, виразність та естетика рухів); знають, що означає бути здоровим.

Проводячи бесіду з дітьми, нас цікавило: «Чи знають діти для чого треба займатися фізкультурою?», «Чи люблять діти грати в рухливі ігри?», «Чи подобається дітям виконувати рухи під музику?» та ін.

Як показала бесіда, на питання «Чи любиш ти грати в ігри?», усі діти (100%) відповіли, що вони люблять «грати». На додаткове питання «У які ігри любите грати?», більша частина дітей (59%) назвала різні ігри («з лялькою», «ігри з піском», «у хованки»). 10 дітей (29%) назвали окремим словом «ігри». Інші 4 дітей (12%), не розуміючи питання, сказали, що вони люблять «бігати».

При відповіді на питання «Чи подобається тобі займатися ранковою гімнастикою в дитячому садку?» більша частина дітей (44%) дала позитивну відповідь, із задоволенням виконують зарядку («так», «подобається», «зарядкою треба займатися»). 9 дітей (27%) не знають, для чого треба займатися зарядкою. Їм теж подобається ходити на зарядку, але вони не

люблять робити вправи, вважають їх нудними. 10 дітей (29%) відповіли, що вони «не люблять ходити», їм «не цікаво».

Відповідаючи на питання «Під час ранкової гімнастики ти виконуєш рухи під музику чи без музики?», 13 дітей (38%) не могли згадати про музику, пожимали плечима. Частина дітей (21%) відповіли «не завжди з музикою». 14 дітей (41%) стверджувально сказали, що виконують рухи під музику.

Для з'ясування того, чи подобається дітям виконувати рухи під музику, 100% відповіли позитивно («так»), що вказує на присутність у дошкільників зацікавленості виконання ранкової гімнастики під музику.

Серед відповідей на запитання «Чи подобається тобі займатися фізкультурою?», 27 дітей (79%) відповіли, що їм «подобається». Усім дітям подобається, коли вони займаються з «м'ячами», тому що «можна пограти». Лише Явдоха відповіла, що їй не подобається займатися з предметами. 7 (21%) дошкільників завагалися та не надали однозначної відповіді. Це вказує на недостатній інтерес цих дітей до фізкультурних занять.

На наступне питання «Чи займаєшся ти зарядкою після денного сну?», кожна дитина переконливо відповіла «Так» (100 %),

Для того, щоб вияснити у дітей знання про важливість займатися фізкультурою, дітям було запропоновано відповісти на питання «Для чого треба займатися фізкультурою?». У більшості дітей (53%) яскравих висловлювань не було, вони із зусиллям констатували «щоб не хворіти». 6% дошкільників мали труднощі відповісти на питання. Лише 14 дітей (41%), перебиваючи друг друга, відповіли так: «бути здоровим, гарним».

«Коли ти вдома, ти займаєшся фізкультурою?» більша частина дітей (76%) спочатку замислилася, а потім відверто сказали, що «не займаються». Лише окремі діти (24%) відповіли позитивно. На нашу думку, ці діти відповіли так у зв'язку з тим, що їх батьки не тільки самі займаються спортом, а й залучають своїх дітей.

На останнє питання «Що означає бути здоровим?» 82% дітей говорили про здоров'я («не кашляти», «не хворіти»). Окремі діти (18%) відмітили зовнішній вигляд («бути красивим», «сильним»).

Результати діагностики дітей старшого дошкільного віку за бесідою представлено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

### Результати діагностики дітей за бесідою

I середня група						II середня група					
№	Ім'я дитини	Бали			Під-сумок	№	Ім'я дитини	Бали			Під-сумок
		1-3	1-3	1-3				1-3	1-3	1-3	
1	Ксенія Б.	3	2	1	6	1	Матвій А.	2	3	2	7
2	Марія Б.	3	3	2	8	2	Настя Б.	2	1	0	3
3	Настя Б.	1	2	3	6	3	Ліза В.	1	1	2	4
4	Данило Б.	1	1	1	3	4	Діма Г.	1	2	2	5
5	Рома В.	1	2	1	4	5	Платон Д.	2	1	2	5
6	Ваня Г.	2	1	1	4	6	Матвій К.	1	3	1	5
7	Данило Г.	2	1	2	5	7	Микита Л.	2	2	3	7
8	Влад Г.	2	3	2	7	8	Саша М.	2	1	1	4
9	Злата К.	2	1	0	3	9	Юліана П.	1	1	1	3
10	Надія Л.	0	0	2	2	10	Артем П.	3	2	1	6
11	Вова М.	1	2	2	5	11	Гліб С.	3	2	1	6
12	Агнія О.	2	1	2	5	12	Христина С.	3	3	2	8
13	Кароліна П.	1	0	1	2	13	Максим С.	1	2	3	6
14	Артем П.	2	2	2	6	14	Назар С.	2	2	2	6
15	Данило Л.	2	1	1	4	15	Платон Я.	1	2	1	4
16	Назар С.	1	1	1	3	16	Артем Т.	2	1	1	4
17	Поліна Ш.	3	2	1	6	17	Дарина Щ.	2	1	2	5

Аналіз бесіди з дітьми показав:

– з 17 дітей I групи (високий рівень) тільки 2 дітям (12%) і з 17 дітей II групи (високий рівень) лише 3 дітям (18%) подобається займатися ранковою гімнастикою, грати в ігри під музику; знають, що означає бути здоровим;

– у 10 дітей (59%) I групи й у 12 дітей (70%) II групи зафіксовано середній рівень. Їм не завжди вдається займатися ранковою гімнастикою під музику, не завжди люблять грати в рухливі ігри під музику; недостатньо знань, що означає бути здоровим;

– 5 дітей, що складає 29% від числа дітей I групи і 2 дітей (12%) II групи мають низький рівень. Вони байдуже відносяться до виконання рухів

під музику, практичне не реагують на власні досягнення у руховій сфері; не можуть пояснити, що означає бути здоровим.

Одним із методів одержання інформації були систематичні спостереження за дітьми. Вони проводились під час проведення ранкової гімнастики, фізкультурних занять, прогулянок. Нас цікавило: як діти сприймають звістку про діяльність, яка має бути; як готуються до ранкової гімнастики, фізкультурних занять та ін. У програму спостережень входив також аналіз можливих варіантів поведінки дітей, типових пояснень своєї поведінки.

Критерії оцінки спостереження:

1. Бажання дітей постійно займатися фізичною культурою як на заняттях, так і у вільний від занять час з використанням музики.

*Високий рівень (3 бали):* у дитини є стійке бажання займатися постійно фізичною культурою під музику, як на заняттях, так і у вільний від занять час. Дитина виявляє стійку зацікавленість до діяльності; активно рухається під музику; виконує вправи, робить це із задоволенням, випробовує позитивні емоції. Радіє успіхам своєї діяльності, проявляє самостійність, ініціативу, активна.

*Середній рівень (2 бали):* у дитини є бажання займатися фізичною культурою під музику. Дитина виявляє стійку цікавість до діяльності, займається ранковою гімнастикою із задоволенням і позитивними емоціями, але, в основному, за ініціативою дорослого. Не завжди виявляє ініціативу, але радіє успіхам у своїй діяльності.

*Низький рівень (1 бал):* відсутнє бажання займатися фізичною культурою, як на заняттях, так і у вільний час. Інтерес до ранкової гімнастики нестійкий, займається даним видом неохоче, не завжди точно виконує вправи під музику і рекомендації дорослого, не проявляє ініціативи.

2. Прагнення виконувати рухи під музику точно, без помилок при організації різних форм фізичного виховання.



*Високий рівень (3 бали):* дитина виконує рухи ритмічно, чітко під музику, здатна запам'ятати послідовність рухів, прислухаючись до музики.

*Середній рівень (2 бали):* дитина прагне виконувати рухи під музику, але це їй не завжди вдається.

*Низький рівень (1 бал):* дитина виконує рухи рівномірно без задоволення.

3. Наявність позитивних емоцій під час занять фізичною культурою взагалі і ранкової гімнастики зокрема, проявляння ініціативи.

*Високий рівень (3 бали):* дитина з радістю сприймає повідомлення займатися фізичною культурою, під час виконання рухів під музику посміхається, одержує задоволення від виконання рухів.

*Середній рівень (2 бали):* дитина заохочує інших дітей до виконання рухів під музику, але сама інколи виконує вправи без особового бажання.

*Низький рівень (1 бал):* дитина байдуже виконує вправи під музику, відмовляється від виконання деяких вправ.

Аналіз проведення заходів рухового режиму і режимних моментів у першу половину дня.

*Аналіз проведення ранкової гімнастики.* Спостереження за дітьми проводилося у процесі організації вихователем дітей на ранкову гімнастику, сам процес ранкової гімнастики і настроїв дітей після ранкової гімнастики з метою виявити у них рівень інтересу до ранкової гімнастики під музику з метою виявити у дітей рівень інтересу до ранкової гімнастики.

Ранкова гімнастика проводилася у старшій групі № 2 у фізкультурній залі, яка була провітрена. Діти одягнені у спортивну форму. Гімнастику проводив вихователь. Організація дітей була хорошою: діти чули педагога, виконували за ним вправи. Тон вихователя був спокійний, доброзичливий, але вимогливий до виконання вправ. Ранкова гімнастика проведена у традиційній формі, за планом вихователя. Вправи були складені за анатомічною ознакою. Вихователь використовувала різні методи навчання:

показ, пояснення. Показ був чітким, правильним, проводився у помірному темпі.

Спостереження за дітьми під час проведення ранкової гімнастики показало, що, в основному, діти з радістю сприймали звістку про майбутню діяльність (56,6%), інтерес зростав по мірі ознайомлення з вправами («мені подобається виконувати стрибки», «хочу бути Зайчиком»). 11% дітей мали бажання постійно займатися фізичною культурою, як на заняттях, так і у вільний від занять час; із задоволенням збиралися на ранкову гімнастику, намагалися організувати інших дітей своєї групи на зарядку; прагнули виконувати вправи точно, як показує вихователь. Окремі діти навіть цікавилися у вихователя, чим займатимуться на зарядці, з якими предметами. Частина дітей (37,5%) сприймала звістку з інтересом, але інтерес згасав по ходу проведення ранкової гімнастики («що будемо робити?», «які вправи будемо виконувати»). Виконували вправи за показом вихователя, але часто відволікалися й отримували зауваження. 11% дітей виконували вправи лише за показом вихователя, не прагнули самостійно виконувати вправи, якщо не виходило – то не виконували вправи. Зустріли звістку байдуже 2,7% дітей («все рівно»). Не мають позитивних емоцій, ходять на зарядку за ініціативою вихователя. Відмовилися брати участь, мотивуючи це бажанням займатися іншою діяльністю 2,7% дітей («хочу грати з кубиками»), не мотивуючи – 1,1% дітей («не хочу»). Діти виконували вправи під музику. Якщо вони не потрапляли у такт музики, то вихователь підказувала, як виконати вправу. Під час виконання вправ вихователь стежила за якістю виконання рухів, відмінно володіє методикою її проведення.

У старшій групі № 1 на ранковій гімнастиці були присутні 17 дітей, всі здорові, у всіх добра фізична підготовка. Гімнастика проводилась у фізкультурній залі. Педагог підготовлений добре, мав у наявності план, всі його розробки правильні. Місце підготовлене, використовувалися конуси, що б діти тримали рівне коло. Діти були одягнені у повсякденний одяг. Зарядка почалася у 8:00, закінчилася у 8:10. Під час організації дітей

використовувався груповий спосіб, всі діти виконували рухи разом. Дозування було правильним, темп виконання вправ середній. У дітей було добре самопочуття, бадьорий настрій. Педагог якісно показував вправи, був у хорошому настрої. Виховних моментів під час проведення ранкової гімнастики не проводилося, діти поводитися добре, уважно слухали і виконували всі вказівки вихователя. Музичний супровід не використовувався.

*Аналіз проведення фізкультурного заняття у I і II середній групі.* Перед проведенням заняття у залі було проведено провітрювання. Вихователь була одягнена у спортивну форму, взуття відповідало. Устаткування до заняття було підготовлене заздалегідь, відповідало вимогам безпеки і кількості дітей. Одяг і взуття дітей відповідав вимогам і не викликав скрути у русі. Але двоє дітей були без форми, одна дитина – без взуття. Побудова дітей виконана із врахуванням ростових показників. При виконанні ввідної частини заняття використовувалася ходьба різного виду, біг, а також рух із зміною напрямку (тривалість 5 хвилин). Загальнорозвиваючі вправи виконані із врахуванням дозування вправ для дітей середнього віку (5-6 вправ). Вправи виконувалися без предметів. Труднощів у виконанні вправ у дітей не було.

Під час фізкультурного заняття діти вчилися ходити парами потоковим способом, підкидати м'яч вгору і ловити його двома руками. Із запропонованими завданнями діти впоралися. Труднощів у виконанні вправ у дітей не виникало. Діти були зацікавлені у виконанні вправ та їх результатах. Вони були активні, уважні, дружні у колективі. Тривалість основної частини – 15 хвилин. Вихователь використовувала наочні прийоми (показ) і словесні методи (пояснення, вказівка); регулювала фізичне навантаження. Показ педагогом був проведений чітко, правильно і в помірному темпі. На занятті провели рухливу гру «Кольорові автомобілі». Вихователь бачила всіх дітей, допомагала дітям у виконанні вправ, підстраховувала їх під час виконання. Характер проведення заняття був повторний, оскільки діти добре знали всі вправи.

Спостереження за дітьми під час проведення фізкультурних занять показали, що об'єднання рухів і музики інколи відбувалося на заняттях з фізичної культури: фрагментарно у вступній і заключній частинах під час виконання ходьби та бігу, а також у процесі виконання загальнорозвивальних вправ, організації рухливої гри (у I старшій групі у 2 випадках з 4, у II старшій групі – у 3 випадках з 4), тобто, під час навчання дітей рухам епізодично використовувалася музика. Встановлено, що зв'язок рухів і музики мав інколи безсистемний характер.

Заняття інтегрованого характеру викликали інтерес, сприяли зняттю перенапруження, перевантаження і стомлюваності за рахунок перемикання на різні види діяльності, давали високу результативність. Такі заняття сприяли тіснішому контакту педагогів і вихованців. Педагогічний процес, побудований на принципах інтеграції, сприяє також тіснішому контакту педагогів ЗДО, тим самим, забезпечуючи безперервний, всебічний розвиток дошкільників з врахуванням їх інтересів, здібностей, з метою максимальної самореалізації кожного вихованця.

*Аналіз прогулянки і рухливої гри у I і II середній групі.* На прогулянці спочатку була організована самостійна діяльність дітей на майданчику. Потім вихователь провела дві гри різної міри інтенсивності. Ігри були організовані з урахуванням зменшення темпу руху: від швидкого («Горобці і кіт») до помірному («Попади в мету») і повільного («Знайди і промовчи»). Вихователь збирала дітей на гру різними прийомами. Починала грати з 3-5 дітьми, поступово до них приєднувалися останні. Всі пояснення вихователь робила у ході самої гри. Пояснення короткі, точні, емоційні. Не перериваючи гру, вихователь розміщувала і переміщала дітей, розповідала, як потрібно діяти. При повторному проведенні гри вихователь уточнювала правила, розподіляла ролі, враховуючи особливості дітей: соромливі, малорухливі не завжди справлялися з відповідальною роллю, але вихователь поступово підводила їх до цього. Відповідальні ролі вихователь доручала поступово

всім дітям. Вихователь керувала ігровою діяльністю дітей, робила вказівки у ході гри, оцінювала.

У грі «Горобці і кіт» вихователь спочатку бере на себе виконання головної ролі (Кота) і тільки потім, коли діти освоїлися з грою, доручала цю роль дітям. До початку гри вихователь розмітила майданчик; стежила за діями дітей і не допускала тривалих статичних поз (сидіння навпочіпки, стояння на одній нозі, піднімання рук вперед, вгору), що викликали звуження грудної клітки і порушення кровообігу, спостерігала за загальним станом і самопочуттям кожної дитини; регулювала фізичне навантаження, яке повинне збільшуватися поступово.

Отже, як показало спостереження, музика епізодично звучала на ранковій гімнастиці, фізкультурних заняттях, прогулянці. Ритмічна гімнастика, хороводні ігри проводилися вкрай рідко під музику. У тих випадках, коли фізкультурні заходи й супроводжувалися музикою, характер її впливу на організм дошкільників часто не відповідав структурі рухів, настрою дітей, їх психічному стану.

Проаналізувавши отримані дані, ми прийшли до наступних висновків: 5 дітей, що склало 15%, виявляють стійкий інтерес до діяльності, активно рухаються під музику, проявляють самостійність, виконуються вправи, роблять це із задоволенням, мають позитивні емоції. Радіють успіхам своєї діяльності, їх можна віднести до високого рівня.

16 дітей, що склало 47%, виявляють стійку зацікавленість до діяльності, займаються ранковою гімнастикою із задоволенням і позитивними емоціями, але, в основному, за ініціативою дорослого. Не завжди виявляють ініціативу, але радіють успіхам у своїй діяльності, їх можна віднести до середнього рівня.

У 13 дітей, що склало 38%, інтерес до ранкової гімнастики нестійкий, займаються даним виглядом неохоче, не завжди точно виконують вправи під музику і рекомендації дорослого, не проявляють самостійність й ініціативу, їх можна віднести до низького рівня.

Дані дослідження були занесені в таблицю 2.2.

Таблиця 2.2

### Результати діагностики дітей за методикою спостереження

I старша група					II старша група						
№	Ім'я дитини	Бали			Під-сумок	№	Ім'я дитини	Бали			Під-сумок
		1-3	1-3	1-3				1-3	1-3	1-3	
1	Ксенія Б.	3			3	1	Матвій А.		2		2
2	Марія Б.		2		2	2	Настя Б.		2		2
3	Настя Б.			1	1	3	Ліза В.			1	1
4	Данило Б.		2		2	4	Діма Г.			1	1
5	Рома В.	3			3	5	Платон Д.		2		2
6	Ваня Г.		2		2	6	Матвій К.		2		2
7	Данило Г.			1	1	7	Микита Л.			1	1
8	Влад Г.		2		2	8	Саша М.			1	1
9	Злата К.			1	1	9	Юліана П.		2		2
10	Надія Л.			1	1	10	Артем П.	3			3
11	Вова М.			1	1	11	Гліб С.		2		2
12	Агнія О.		2		2	12	Христина С.			1	1
13	Кароліна П.		2		2	13	Максим С.	3			3
14	Артем П.			1	1	14	Назар С.		2		2
15	Данило Л.			1	1	15	Платон Я.			1	1
16	Назар С.		2		2	16	Артем Т.	3			3
17	Поліна Ш.		2		2	17	Дарина Щ.		2		2

Як показало спостереження, у двох старших групах спостерігається недостатня системна робота з фізичного виховання дітей. Під час навчання дітей рухам епізодично використовується музика. Встановлено, що зв'язок рухів і музики має безсистемний характер. Об'єднання рухів і музики інколи відбувається на заняттях з фізичної культури: фрагментарно у вступній і заключній частинах під час виконання ходьби та бігу, а також у процесі виконання загальнорозвиваючих вправ, організації рухливої гри. Епізодично музика звучала на ранковій гімнастиці. Ритмічна гімнастика, хороводні ігри проводилися вкрай рідко під музику. У тих випадках, коли фізкультурні заходи супроводжувалися музикою, характер її впливу на організм дошкільників часто не відповідав структурі рухів, настрою дітей, їх психічному стану.

Отже, музика епізодично звучала на ранковій гімнастиці, фізкультурних заняттях, прогулянці. Ритмічна гімнастика, хороводні ігри

проводилися вкрай рідко під музику. У тих випадках, коли фізкультурні заходи й супроводжувалися музикою, характер її впливу на організм дошкільників часто не відповідав структурі рухів, настрою дітей, їх психічному стану.

Наступною використовувалася діагностична методика гри «Бубон і барабан» на зміну темпу, динаміки рухів, перешикування (за методикою Т. Науменко).

Мета: виявити вміння дітей розпізнавати тембр музичних інструментів та змінювати виражальні рухи відповідно до зміни темпу.

Методика проведення гри. Під тихий звук барабану діти вільно крокують по залі, звук посилюється – діти перешиковуються та крокують один за одним; під звук бубна легенько біжать по залі один за одним по колу, на прискорення темпу звучання бубна – біжать по колу у швидкому темпі.

Таблиця 2.3

### Критерії оцінювання

<i>Високий рівень</i>	<i>3 бали</i>	Дитина впевнено рухається та змінює характер рухів відповідно до темпу та динаміки музики, добре орієнтується у просторі, рухи чіткі, емоційно забарвлені.
<i>Середній рівень</i>	<i>2 бали</i>	Дитина емоційно відгукується та з бажанням виконує рухи, але не завжди вчасно змінює характер рухів відповідно до темпу та динаміки музики, рухи не завжди чіткі та впевнені.
<i>Низький рівень</i>	<i>1 бал</i>	У дитини відсутній емоційний відгук та бажання виконувати музично-ритмічні рухи, слабо орієнтується у просторі, має труднощі у відтворенні рухів.

Після проведення з дітьми гри «Бубон і барабан» результати діагностики занесені у таблицю 2.4.

Таблиця 2.4

## Результати діагностики дітей за методикою гри «Бубон і барабан»

I старша група				II старша група					
№	Ім'я дитини	Бали			№	Ім'я дитини	Бали		
		1	2	3			1	2	3
1	Ксенія Б.	+			1	Матвій А.		+	
2	Марія Б.	+			2	Настя Б.		+	
3	Настя Б.		+		3	Ліза В.			+
4	Данило Б.	+			4	Діма Г.		+	
5	Рома В.			+	5	Платон Д.		+	
6	Ваня Г.	+			6	Матвій К.	+		
7	Данило Г.		+		7	Микита Л.			+
8	Влад Г.	+			8	Саша М.		+	
9	Злата К.		+		9	Юліана П.		+	
10	Надія Л.		+		10	Артем П.		+	
11	Вова М.	+			11	Гліб С.		+	
12	Агнія О.		+		12	Христина С.		+	
13	Кароліна П.	+			13	Максим С.	+		
14	Артем П.		+		14	Назар С.	+		
15	Данило Л.		+		15	Платон Я.	+		
16	Назар С.		+		16	Артем Т.		+	
17	Поліна Ш.		+		17	Дарина Щ.	+		

Аналіз гри «Бубон і барабан» показав:

– з 17 дітей I групи (високий рівень) тільки 1 дитина (6%) і з 17 дітей II групи (високий рівень) лише 2 дитини (11%) впевнено рухалися та змінювали характер рухів відповідно до темпу та динаміки музики, добре орієнтувалися у просторі. Рухи у дітей були чіткі, емоційно забарвлені;

– у 9 дітей (53%) I групи й у 10 дітей (60%) II групи зафіксовано середній рівень. Ці діти не завжди емоційно відгукувалися на музику. Змінювали характер рухів відповідно до темпу і динаміки музики завдяки вихователю. Спостерігалася неуважність під час виконання вправ під звуки бубну і барабану;

– 7 дітей, що складає 41% від числа дітей I групи і 5 дітей (29%) II групи мають низький рівень. У дітей цього рівня відсутній емоційний відгук на музику та бажання виконувати музично-ритмічні рухи. Діти невпевнено орієнтувались у просторі, мають труднощі у відтворенні рухів.



Звісно, що музика, яка супроводжує фізичні вправи, створює певний емоційний настрій, активізує увагу дітей, підвищує виразність руху. Впливаючи на фізіологічні процеси дитячого організму, вона збільшує амплітуду дихання, легеневу вентиляцію. Піднімання емоційного тону і поліпшення працездатності організму полегшує виконання рухів. У той же час всілякий музичний супровід вправ у грі «Бубон і барабан» збагачував музичний досвід дітей, сприяв вихованню емоційної чутливості на музику, розвитку слухових уявлень, чуттю ритму.

За результатами проведеної діагностики у таблиці 2.5 представлені якісні данні різних рівнів.

Таблиця 2.5

**Оцінка рівня інтегрованого підходу до фізичного виховання дітей  
старшого дошкільного віку**  
(за даними констатувального етапу дослідження)

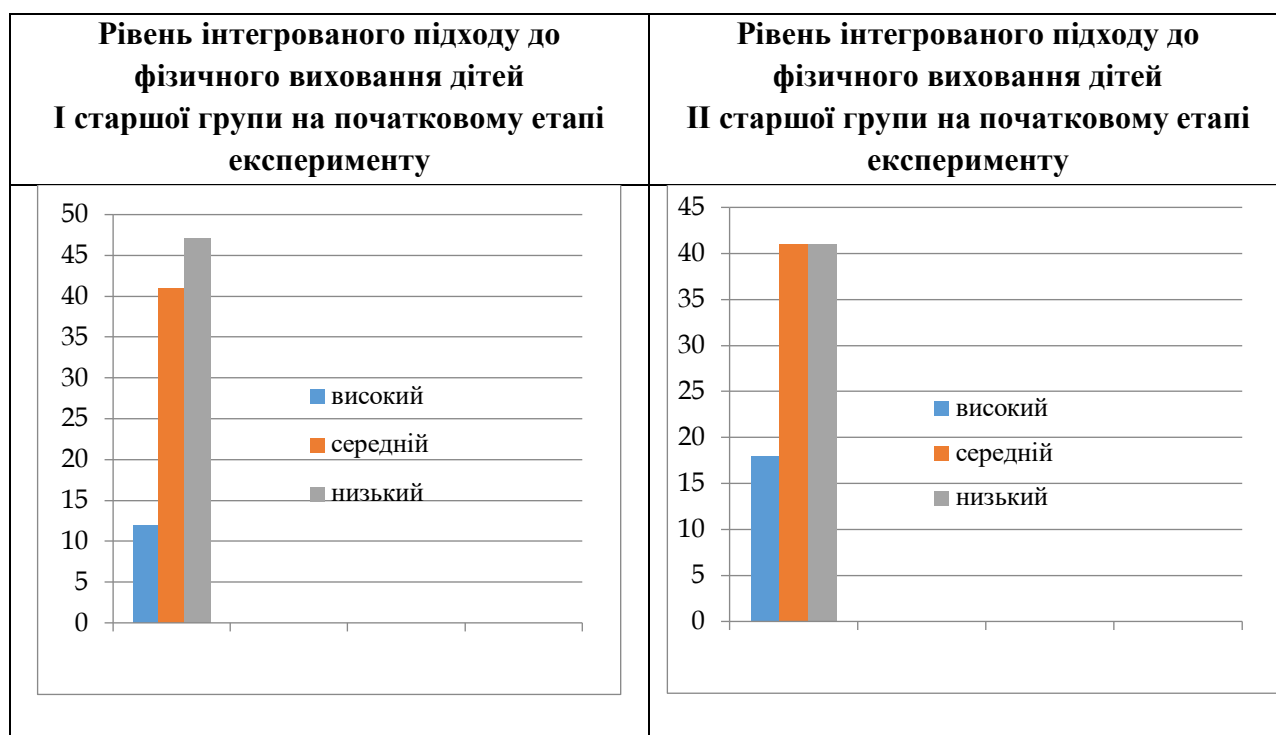
Усього дітей		Р і в н і		
		низький	середній	високий
I група	17	8 (47 %)	7 (41%)	2 (12%)
II група	17	7 (41%)	7 (41%)	3 (18%)

Встановлено, що під час організації різних форм роботи з фізичного виховання недостатня робота проводиться з розвитку у дітей рухових якостей під музику. Аналіз за визначенням рівня занять з фізичного виховання та якісному навчанню дітей фізичним вправам показав, що у двох старших групах є значні розбіжності у засвоєнні дітьми програмних вимог. Так, у другій старшій групі фізичному вихованню приділялося більше уваги з боку вихователів. У першій старшій групі позначалася недостатня підготовка дошкільників.

Рівень фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики на початковому етапі експерименту відображено у діаграмі 2.1.

Діаграма 2.1

**Показники рівнів фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики на початковому етапі експерименту**



Нами також було проведено анкетування з вихователями (Додаток 2) з проблеми інтегрованого підходу до фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

Як показав аналіз відповідей анкети, вихователі виявили зацікавленість у поставленій проблемі і розуміють її важливість. Низка дослідників доводить, що рухлива гра сюжетного характеру, яка проводиться з музичним супроводом, викликає у дітей більшу зацікавленість і проходить значно жвавіше. Відомо, що використання музики під час проведення рухливих ігор є одним з активних спілкувань дитини з музикою. При цьому одночасно вирішуються завдання фізичного і музичного виховання дошкільників. Тому нам було цікаво узнати думку вихователів на питання «Чи потрібно

використовувати музику під час проведення рухливих ігор»? Аналіз анкетування показав, що 100% вихователів дали позитивну відповідь («так»).

Під час відповіді на друге питання «Що формує рухлива гра з музичним супроводом у дітей?», вихователі відмічали «координацію рухів», «правильну поставу тіла», «рухові вміння». На думку дослідників, рухлива гра з музичним супроводом ефективніше сприяє формуванню правильної постави, координації рухів та їх удосконаленню. Радіючи музиці та відчуваючи красу своїх рухів, дитина емоційно збагачується, переживає піднесення, стає життєрадісною. Серед відповідей була й така думка, як формування «чуття ритму», а також «розвиток фізичних якостей».

На наступне питання «Чи в достатній мірі Ви проводите роботу з фізичного виховання дітей своєї групи?», більшість вихователів відмітили, що ними достатньо проводиться роботи з фізичного виховання. Лише поодинокі вихователі звернули увагу на те, що бувають моменти, коли не проводяться окремі форми роботи у зв'язку з різних незапланованих причин.

На питання «Які форми роботи з фізкультурно-оздоровчої роботи Ви проводите з дітьми під музику?», вихователі назвали всі форми роботи з фізичного виховання («ранкова гімнастика», «гімнастика після денного сну» та ін.), але, на їх думку, «цим повинен займатися музичний керівник». Більшість вихователів звернули увагу на те, що їм ніколи підбирати музику. Негативно оцінюється вихователями їх взаємодія з музичним керівником, якого вони звинувачують у відсутності періодично на ранковій гімнастиці, фізкультурних заняттях. Пов'язано це, на думку вихователів, з «проблемою музичного репертуару для ранкової гімнастики», «відсутністю методичного матеріалу», «зайнятстю музичного керівника іншими видами роботи».

Лише окремі вихователі сказали, що вони самостійно підбирають, а потім включають аудіо музику під час проведення ранкової гімнастики з дітьми своєї групи. Методику ранкової гімнастики в умовах закладів дошкільної освіти вважають найбільш відпрацьованою. Однак існує думка, що в ній багато трафаретності та одноманітності. Збагатити зміст ранкової

гімнастики можна такими елементами, як-от: танцювальні рухи, хороводи, «рухові розповіді», «рухові загадки», нетрадиційні дихальні вправи, психомоторні розминки, рухові етюди для вираження емоцій, використання нестандартного інвентарю тощо. Їх доцільне використання у процесі ранкової гімнастики сприятиме активній і змістовній руховій діяльності дітей, створить умови для розумової працездатності та переходу до діяльного стану.

Відповідаючи на питання «Які форми з фізкультурно-оздоровчої роботи під музику Ви вважаєте найефективнішими для забезпечення фізичного здоров'я дітей?», вихователі відмітили «ранкову гімнастику», «загартувальні вправи», «дихальну гімнастику». Анкетування педагогів показало, що вони використовують не всі такі форми організації фізичної активності дітей, такі як гімнастику після сну, рухливі і спортивні ігри протягом дня, а так само профілактичні заходи (різні види гартування, самомасаж, дихальну і коригуючу гімнастику).

На наступне питання «Чи здійснюється у вашій групі фізичне виховання дітей під музику влітку на прогулянці? Якщо «так», то як часто? Якщо «ні», то вказати причини», були одержані різні відповіді. Так, більша частина вихователів здійснює фізичне виховання під музику «2 рази на неділю», менша половина – «3 рази». Окремі вихователі констатували, що музика звучить у них щодня і не тільки під час фізичного виховання дітей.

Нас також цікавив взаємозв'язок музики і фізкультури. Тому, окремі вихователі говорили про музику, що це – «величезний емоційний підйом для дітей», «дає змогу виконувати рухи енергійно», «закріплює звичку рухатися ритмічно, красиво». На думку вихователів, виконання рухів під музику приносить «задоволення» дітям, «бажання займатися ще і ще», мають «оздоровчо-гігієнічне значення».

Останнє питання, на яке відповіли вихователі – «Що вам заважає у проведенні цієї роботи?». Які причини висувають самі вихователі, щоб пояснити відсутність або недоліки у своїй роботі? Переважно вони називали

відсутність умов. Вихователі вказали на «підготовку майданчика», «оформлення місця проведення». Проте на питання «Які умови Вам необхідні?», більшість вихователів відповісти не змогли, говорили не «знаю», «не думала». У кожному закладі дошкільної освіти для кожної вікової групи є сучасно обладнані майданчики. Отже, виділення цієї причини, на нашу думку, не можна вважати об'єктивним явищем.

Комплексна дія музики і руху на психоемоційний стан дитини і його організм багатогранна. Вона виявляється у поліпшенні рухової реакції, розвитку музичних здібностей, накопиченні знань. У процесі занять з фізичної культури під музику у дітей активізуються вольові зусилля, виникають сильні емоційні переживання і прагнення до творчості, збагачується слуховий, руховий і комунікативний досвід, що особливо важливе для періоду дошкільного дитинства. Як показало анкетування, на жаль, не всі педагоги повною мірою використовують ці можливості. Це пов'язано з різними причинами, і одна з них – відсутність необхідних знань і навичок з проведення ранкової гімнастики, фізкультурних занять та інших форм під музику. Відповідно представляється необхідним розглянути різні методичні аспекти вживання музики на заняттях фізичною культурою.

Отже, педагоги ЗДО виявляють інтерес до обговорюваної проблеми, хоча роблять це, переважно, на декларативному рівні. Коли справа стосується практичної діяльності, то багато хто відмовляється її проводити. Це призводить до того, що інтегрований підхід до фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у закладах дошкільної освіти посідає місце, неадекватне його значенню у виховному процесі.

Щоб підтвердити або спростувати зроблені висновки, ми проаналізували плани навчально-виховної роботи. Аналіз планів дає можливість зробити висновок, що переважна більшість вихователів включає музику в навчально-виховний процес несистематично або як виняток. На наш погляд, основною причиною такого планування є відсутність розробленої системи роботи, яка допомогла б вихователям в організації різних форм з фізичного виховання.

Слід визнати, що у планах більша перевага віддається оснащенню фізкультурно-оздоровчого середовища, нечітко уявляючи важливість застосування музики під час фізичного виховання дітей, специфіку та значення звучання музики під час виконання фізичних вправ.

Крім того, у планах не простежується єдина лінія педагогічної дії на дітей з метою розвитку фізичних якостей під музику. Не було виявлено й аналізу проведених заходів, а також перспектив керівництва ними.

Аналіз планів також засвідчив, що з окресленої проблеми недостатньо глибоко ведеться й робота з сім'єю. Вихователі не виявляють кращого сімейного досвіду фізичного виховання дітей, не привертають батьків до участі в житті закладу дошкільної освіти; не розробляють рекомендацій з використання музики під час виконання вправ у домашніх умовах. На батьківських зборах не порушується питання про інтегрований підхід до фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку, що є однією з причин недооцінки ролі музики в житті дітей батьками. Ми вважаємо, що вихователі мають проводити таку роботу з батьками з метою формування зацікавленості їх у проведенні фізичних вправ під музику в домашніх умовах.

## **2.2. Експериментальна робота з фізичного виховання старших дошкільників засобами інтеграції рухів і музики.**

На формувальному етапі дослідження (червень – серпень 2020 р.) проводилася робота з експериментальної перевірки ефективності побудови навчально-виховного процесу, спрямованого на фізичний розвиток дітей засобами інтеграції рухів і музики.

Для проведення формувального етапу дослідження, після діагностичного обстеження за показниками були визначені дві групи дітей старшого дошкільного віку: експериментальна – I старша група, в якій були нижче показники; контрольна – II старша група за вищими показниками.

У експериментальній групі навчання проводилося за спеціально розробленою програмою. Контрольна група працювала за традиційною методикою та діючою чинною освітньою програмою.

Виходячи з поставленої мети, нами розроблена структурно-функціональна модель формувального етапу дослідження (рис. 2.3).



Рис. 2.3. Структурно-функціональна модель формувального етапу дослідження

У основу дослідження покладено наступне **припущення**: ефективність педагогічних умов, спрямованих на підвищення ефективності фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку на основі організації інтегрованого підходу буде забезпечено, якщо:

- створити процес фізичного виховання на основі організації інтегрованого підходу відповідно до можливостей і вікових особливостей дітей старшого дошкільного віку;
- формувати у дітей старшого дошкільного віку фізичні якості через виконання комплексу рухів під музику, які впливають на фізичний розвиток;
- засобом фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку буде спеціально організована система інтегрованих занять.

У процесі роботи нами визначено педагогічні умови фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку:

- виховання інтересу до рухів і музики шляхом включення музики в різні форми фізичного виховання;
- єдність цілей, завдань, змісту, принципів, форм, методів і прийомів у процесі навчання рухів з музикою та розвитку рухових якостей;
- формування у дітей рухових умінь та навичок у взаємозв'язку з музикою;
- оволодіння педагогами закладів дошкільної освіти методики розвитку рухових якостей під музику.

Встановлена ефективність використаних *принципів*: системності, послідовності, цілісності, урахування вікових та індивідуальних особливостей, які сприяють синтезу фізичних і танцювальних рухів, музики, забезпечують цілісність навчально-виховного процесу на нових більш високих рівнях організації навчання рухів і музики з метою фізичного розвитку дітей середнього дошкільного віку на засадах інтегрованих зв'язків змісту, форм, методів і засобів.



Доведено, що зв'язки забезпечують взаємодію фізичних і танцювальних вправ із музичним супроводом і піснею, танцювально-ритмічними рухами в різних формах фізичного виховання. За цих умов структура цих форм роботи не змінюється, мета та завдання підпорядковуються фізичному розвитку дітей. Встановлено, що музика та рухи мають спільні параметри, які об'єднують їх:

- часові характеристики (початок і кінець руху, звучання, темп, ритм), динаміка (чим гучніше музика, тим більша амплітуда руху);
- форма музичного твору та структура рухової композиції;
- завдання:
- розвиток рухових якостей;
- координація рухів; орієнтування в просторі;
- розвиток почуття ритму, творчих здібностей;
- формування красивої постави.

Під час формувального експерименту були апробовані різні види інтеграції між рухами та музикою (за цілями та завданнями, змістом, принципами, засобами, формами, методами та прийомами).

Нами розроблена програма розвитку рухових якостей у дітей старшого дошкільного віку у процесі інтеграції рухів і музики, яка включає виконання різних видів ранкової гімнастики під музику, рухливих ігор, а також комплексу вправ на розвиток ритміки рухів і рухової фантазії (табл. 2.6).

**Мета програми:** формувати у дітей інтерес ранкової гімнастики і розуміння цінностей фізичної культури для людини.

**Завдання:**

- формувати потребу у дітей до освоєння цінностей фізичної культури і створювати умови для реалізації потреби дітей у руховій активності;
- виховувати фізичні якості, які необхідні для повноцінного розвитку особистості;
- розвивати у дітей інтерес до виконання ранкової гімнастики.

**Програма**  
**розвитку рухових якостей засобами інтеграції рухів і музики**  
**у дітей старшої групи**

Етапи роботи	Зміст роботи
І етап	<p>I. Заходи «Я здоровим бути хочу».</p> <p>1.1. Бесіда «Я люблю ранкову гімнастику»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– вступне слово. Спілкування з дітьми на тему «Я люблю ранкову гімнастику»;</li> <li>– розглядання ілюстрацій на тему ранкової гімнастики;</li> <li>– слухання відеопісень («Руханки» і «Фізкультхвилинки»);</li> <li>– читання віршів про зарядку з наступним обговоренням;</li> <li>– дидактична гра «По порядку на зарядку!»;</li> <li>– малювання на тему «Діти роблять зарядку».</li> </ul> <p>1.2. Бесіда «Весела зарядка»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– вступне слово про веселу зарядку;</li> <li>– проведення різних видів ритмічної гімнастики під музику (традиційна, тематична, сюжетна, танцювальна);</li> <li>– розфарбовування картинок на тему «Весела зарядка».</li> </ul> <p>1.3. Виконання:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– рухливих ігор під музику («День і ніч», «Карасі і щука»);</li> <li>– комплексу вправ на розвиток ритміки рухів і рухової фантазії.</li> </ul>
II етап	Модель взаємодії вихователя з співробітниками ЗДО.

Проведення заходів під назвою «Я здоровим бути хочу» з дітьми експериментальної групи почали з бесіди «Я люблю ранкову гімнастику».

З метою розвитку інтересу до ранкової гімнастики, уточнення знань про ранкову гімнастику дітям запропонували розглянути ілюстрації із зображенням ранкової гімнастики. У подальшому була створена ситуація: у групу прийшов лист, у якому були різні кольорові ілюстрації із зарядкою, на яких намальовані діти і казковий персонаж. Дітям сподобалося розглядати картинки. У них виникло питання, чи зможе до них прийти хто-небудь на зарядку. Це означає, що у дітей почав з'являтися інтерес до ранкової гімнастики.

З метою розвинути в дітей музичний слух та інтерес до ранкової гімнастики, дітям запропонували послухати відеопісні «Руханки» і «Фізкультхвилинки». Слухаючи пісні, дошкільники почали виконувати вправи і рух. Їм сподобалася музика і вони просили кілька разів включити заново.

З метою розвитку інтересу до художньої літератури, продовжити поглиблювати інтерес до ранкової гімнастики, вихователь познайомила дітей з веселими віршами про зарядку. Щоб зацікавити дітей, педагог використовувала кольорові ілюстрації.

Бесіду з дітьми вихователь закінчила проведенням дидактичної гри «По порядку на зарядку!».

Мета: закріпити з дітьми рахунок до 8; розвивати інтерес до ранкової гімнастики.

Вихователь запропонувала дітям серед картинок знайти мишат і зібрати їх на зарядку. Діти всі дружно збирали картинки мишат на зарядку і паралельно повторювали рахунок до 8.

На закінчення заходу дітям запропонували малювання на тему «Діти роблять зарядку».

Завдання:

- закріплювати способи виконання малюнку простим олівцем із подальшим закрашенням кольоровими олівцями;
- формувати у дітей прагнення доводити почату справу до кінця;
- розвивати дрібну моторику;
- викликати інтерес до заняття спортом.

Хід заняття: до дітей в гості прийшла Совушка. Вона попросила розповісти дітей про зарядку, як вони її роблять, кому подобається її робити. Діти по черзі розповідали, як вони роблять зарядку. Вихователь створив дітям проблемну ситуацію. Совушка не запам'ятала всі вправи і запропонувала намалювати свою зарядку. У кінці заняття діти організували Совушке виставку малюнків на тему «Діти роблять зарядку».

Друга бесіда на тему «Весела зарядка» розпочалася з бесіди про значення зарядки в житті людини та виконання різних видів ранкової гімнастики під музику:

– *традиційна гімнастика*. Комплекс з розминки і загальнозміцнюючих вправ. Вихователь інструктувала про виконання рухів, здійснювала показ. Діти відповідно до ритму і темпу музики синхронно повторювали рухи. Використовувалася музика без слів, різного темпу. Почалася зарядка із спокійних мотивів, у середині гімнастики була музика бадьора й енергійна. Завершився комплекс вправ знову заспокійливою мелодією;

– *тематична гімнастика*. Ранкова гімнастика узгоджувалася з темами робочого планування. Тематична зарядка проводилася на початку природного циклу: «Весна», під час вивчення лексичних тем на заняттях («Веселі звірята»).

– *сюжетна гімнастика*. Зарядка проводилася в ігровій формі, обігравався який-небудь сюжет на прогулянці: «На лісовій галявині», «Прогулянка в зоопарк»;

– *танцювальна гімнастика*. У танцювальні зарядці поєднувалися елементи ритміки, прості танцювальні рухи і хороводи. Танцювальна зарядка розвивала творчі здібності: діти вчилися передавати у рухах певні образи (зайчика, ведмедя). Включення хороводів залучало дітей середньої групи до народної культури. Виконання фізичних вправ під веселу музику викликала у дітей посмішку і радість.

Для того, щоб ранкова гімнастика була ефективна, при її проведенні ми дотримувалися **наступних умов**:

– добір вправ комплексу ранкової зарядки та музичного супроводу відповідно до вікових особливостей вихованців;

– побудова занять відповідно до завдань на даний період, рівнем підготовленості дітей;

– використання різних форм проведення ранкової гімнастики під музику;

- використання різних способів організації дітей для виконання вправ під музичний супровід із метою збільшення рухової активності;
- розподіл навантаження на організм упродовж ранкової гімнастики;
- використання психологічних мовних налаштувань;
- використання різного спортивного інвентарю, музичного супроводу, що підвищувало емоційний стан і активність дітей;
- використання віршів, прислів'їв і приказок про здоров'я.

У процесі проведення ранкової гімнастики ми дотримувалися також наступної структури:

- психологічне мовне налаштування;
- дихальна гімнастика;
- масаж біологічно активних зон;
- рухові вправи з використанням спортивного інвентарю, музичного супроводу;
- вірші, прислів'я і приказки про здоров'я.

Оздоровчі вправи під час ранкової гімнастики сприяли не тільки збереженню фізичного здоров'я дітей, але і збереженню їх психічного здоров'я. Діти більше спілкувалися один з одним, вчилися допомагати і підтримувати один одного, що впливало на зміну їх комунікативної культури.

Аби правильно підібрати музичний супровід, музичний керівник добре уявляв собі кожну вправу, розумів її сенс і призначення. Підбір музики здійснювався музичним керівником спільно з вихователем. При цьому враховувався характер рухів і вік дітей. У старшій групі музичний супровід мав особливо яскраво виражений розмір музичних фраз, проводився у повільнішому темпі, зі зміною мелодій. Музика сприяла формуванню правильних навичок рухів, їх вдосконаленню. Проводячи вправи під музику, вихователь замінювала або доповнювала рахунок спрямованими вказівками в такт музики («раз-два – руки вгору, три-чотири – руки вниз»). Це давало змогу запобігати помилкам дітей і виправляти їх під час виконання вправ.

Під час проведення різних видів ранкової гімнастики, педагоги додержувалася деяких умов використання музичного супроводу. Так, вживання музичного супроводу у процесі навчання фізичним вправам залежало від етапів їх розучування. При ознайомленні з рухом, його показі музика полегшувала сприйняття. Після показу вправи педагог давав їй характеристику. Так, після показу вправи з обручем у супроводі «Вальсу» Б. Асаф'єва, музичний керівник говорив: «Музика спокійна, співуча, неголосна, і рухи мають бути м'якими, неквапливими, плавними».

Розучування окремих елементів руху проводилося без музики, оскільки її сприйняття на цьому етапі знижує свідоме управління руховими навиками і могло привести до механічного їх відтворення. Лише коли вправа була освоєна, її проводили з музичним супроводом. Така методика навчання підвищувала точність, чіткість виконання рухів, виразність. Як музичний супровід вправ, в основних видах рухів використовувалася народна, класична музика зарубіжних авторів. Виконання музичних творів було якісним, правильним, не допускалось акцентованих сильних долей тактів, довільного повторення окремих фраз, введення зайвих пауз та ін.

Вдало підібраний музичним керівником музичний супровід підміняв при виконанні вправ лічбу вихователя. Під музику діти добре засвоювали ритм рухів, темп виконання їх, а у вихователя була можливість, не перериваючи вправи, надавати індивідуальну допомогу дитині. Результати хронометражу показали, що при однаковій тривалості і змісту фізична щільність значно вище при музичному супроводі, чим без нього. Інтенсивність рухів, їх темп і амплітуда більші у разі виконання дітьми вправ під музику. Коли діти ланкою переходили від одного виду рухів до іншого і переміщувалися по залі, то музика допомагала їх організувати і в швидкому темпі робити пересування. Взаємозв'язок музики і рухів у фізичному вихованні допомагав дітям виразити свої відчуття. Діти перевтілювалися у лісових жителів або птахів, комах, явищ природи, казкових персонажів. Цей взаємозв'язок як би перекидав міст від духовного до фізичного. Звучання

музики створювало емоційно комфортний клімат у групі. Найважливіше, що вихователь і музичний керівник, займаючись з дітьми, працювали не паралельно один одному, а взаємодоповнювали один одного.

Розфарбування картинок на тему «Весела зарядка» проведено з дітьми з метою викликати інтерес до зарядки (Додаток 3). Дітям була задана ситуація, що картинки втратили кольори. Що потрібно зробити, аби повернути картинкам колір. Кожна дитина сама вибрала потрібні кольорові олівці. Розмальовані картинки були поміщені у центр розвитку «Острівець малювання».

Під час рухливої гри музичний керівник використовував музику дуже акуратно, оскільки рухлива гра була великої інтенсивності, підвищувала активність і збільшувала емоційний підйом дітей. Так, у грі «День-ніч» – упродовж всієї гри використовувалася музика, яка мінjala свій характер. Кожен вид фізичних вправ вимагав ретельного підбору музичних творів. Акомпанував дослідний музичний керівник, який по ходу заняття грав потрібну мелодію. Але коли музичний керівник був відсутній, вихователь використовувала фонограми, підібрані залежно від видів фізичних вправ, а так само, залежно від віку.

Педагоги проводили також ігри, де музика була введена лише частково. Так, наприклад, у грі «Карасі і щуки», коли «карасі» виконували однорідний рух (біг врізнобіч під розмірену музику, імітуючи рухи риб), музичний супровід сповна був виправданий, але тільки до сигналу «Щуки». Одночасно з сигналом (співпадаючим із закінченням музичної фрази), коли починався біг з ловлею, музика була припинена: кожна дитина прагнула ухилитися від ловишки, рухалася залежно від її дій і музику не слухала. При такому бігу музика несла додаткове навантаження і спонукала дітей постійно рухатися і швидко втомлюватися.

Успішна і планомірна взаємодія музичного керівника і вихователя дозволили добитися цілей і завдань, поставлених програмою, сформувати

передбачені програмою уміння і навички, повною мірою розвинути відповідні зросту інтеграційні якості кожної дитини.

Для того, щоб навчити дітей усвідомлювати зміст виконуваних рухів, в три етапи була проведена наступна робота:

- на першому етапі ознайомлювали зі схемою рухів тіла під музику. Діти робили невідоме відомим через пояснення техніки рухів;
- на другому етапі заохочували дітей порівнювати свої нові рухи з уже відомими; вони уявляли себе в дії, давали волю рухам;
- на третьому етапі заохочували до активного виконання рухів і самоаналізу відчуттів. Діти виконували рухи активно під музику.

Аби правильно підібрати музичний супровід, музичний керівник добре уявляв собі кожну вправу, розумів її сенс і призначення. Підбір музики здійснювався музичним керівником спільно з вихователем. При цьому враховувався характер рухів і вік дітей. У середній групі музичний супровід мав особливо яскраво виражений розмір музичних фраз, проводився у повільнішому темпі і з різкішою зміною мелодій, ніж у старшій групі. При виборі музичних творів і музично-ритмічних рухів здійснювалася наступність музичних і фізкультурних занять. Така музика сприяла формуванню правильних навичок рухів, їх вдосконаленню. Музичний керівник не допускала спотворення мелодії музичного твору зробити його зручнішим для супроводу того або іншого руху. Збереження музичної цілісності твору – обов'язкова умова при використанні музики на заняттях з розвитку рухів дітей.

Дітям експериментальної групи було запропоновано комплекс вправ на розвиток ритміки рухів і рухової фантазії (додаток 4). Вправи діти виконували під музику, яку музичний керівник разом із вихователем добирали відповідно до характеру рухів. Завдяки такому розвитку психомоторики діти розширили знання про себе, про схему дій власного тіла, вчилися долати страхи, що гальмували активність рухових дій.



Як зазначає О. Кенеман, музика, яка володіє винятковою силою емоційної дії, робить благотворний вплив на підвищення якості руху. Вона сприяє виразності, чіткості, координації рухів; емоційному переживанню музичних образів; розвитку слуху. Музика, яка супроводжувала фізичні вправи, створювала певний емоційний настрій дітей, активізувала їх увагу. Впливаючи на фізіологічні процеси дитячого організму, вона збільшувала амплітуду дихання, легеневу вентиляцію. В. Бехтерєв, підкреслюючи цю особливість, довів, що якщо встановити механізми впливу музики на організм, то можна викликати або ослаблювати збудження. Їм було встановлено, що при спокійній музиці сповільнюється пульс. На думку Н. Аксьонової, для активізації малорухливих дітей музика допомагає встановити потрібний темп і ритм виконання вправ, у зв'язку з чим збільшується їх рухова активність. У дітей, в основній масі, процеси збудження переважають над процесами гальмування, то спокійна музика в кінці заняття допомагала заспокоїти дітей з синдромом рухової активності. Особливу увагу педагоги звертали на релаксаційну музику із звуками природи.

У зв'язку з тим, що вихователь сприяла забезпеченню гнучкого оздоровчого режиму у своїй групі, формуванню у дітей звички здорового способу життя, розвитку рухової культури, профілактики захворювань, нами була складена «Модель взаємодії вихователя з співробітниками ЗДО» (таблиця 2.7).

Таблиця 2.7

### Модель взаємодії вихователя з співробітниками ЗДО

Із завідувачкою ЗДО	– створює умови для фізкультурно-оздоровлюючої роботи, координує роботу педагогів
Із медичною сестрою ЗДО	– приймає участь у проведенні лікувально-профілактичних та оздоровчих заходів, проводить санітарно-просвітницьку роботу серед педагогів і батьків

Із музичним керівником	– приймає участь у руховому розвитку дітей під музику, сприяє розвитку чуття ритму, темпу, мовного дихання, координації рухів.
Із педагогом-психологом	– сприяє розвитку емоційно-вольовий сфері дошкільників, пізнавальних процесів .
Із молодшим-вихователем	– сприяє дотриманню санітарно-гігієнічних вимог.

Отже, можна зробити висновок: позитивні результати у процесі реалізації завдань освітніх областей «Здоров'я», «Фізична культура» можливі за умови тісного взаємозв'язку і наступності в роботі усього педагогічного колективу й єдності вимог, що пред'являються до дітей.

Педагогічний процес, побудований на принципах інтеграції, сприяв тісному контакту всіх фахівців, що відповідає одній з основних вимог дошкільної дидактики: освіта має бути невеликою за об'ємом, але ємкою. Саме тому педагоги прийшли до висновку, що для підвищення якості виховання і навчання необхідно використовувати інноваційні технології, здійснювати інтегрований підхід у вихованні і навчанні дошкільників. Найефективніше освітні завдання вирішувалися, якщо педагоги враховували принцип інтеграції освітніх областей, що має на увазі взаємодію музичного керівника і вихователя. Інтеграція з фізичної культури і музики створювала позитивний емоційний фон занять, допомагала дітям запам'ятати рухи, виразно передати їх характер. Музичний супровід застосовувався залежно від етапу розучування фізичних вправ. При ознайомленні з рухом, його показі музика полегшувала сприйняття. Розучування складних елементів вправи проводилися без музики. Лише коли вправа була освоєна, її знову проводили з музичним супроводом, аби додати їй велику виразність.

Отже, результати формувального етапу дослідження засвідчили, що завдяки впровадженню інтеграційного комплексу рухів і музики і методики розвитку рухових якостей робота придбала систематичність і

цілеспрямованість із врахуванням сучасних вимог до педагогів закладів дошкільної освіти. Результати проведеного дослідження підтверджують ефективність інтеграційного комплексу рухів і музики і методики розвитку рухових якостей засобами інтеграції.

### **2.3. Практична перевірка інтеграційного комплексу рухів і музично-фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.**

Контрольний етап дослідження (вересень – жовтень 2020 р.) ставив своєю метою визначення ефективності експериментальної методики та фактичних змін у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку в процесі інтеграції рухів і музики.

Основними завданнями на даному етапі були:

- визначення результативності на основі виконаної роботи з фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку в процесі інтеграції рухів і музики;
- інтерпретація отриманих результатів роботи на основі порівняльної характеристики;
- виявлення динаміки фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку в процесі інтеграції рухів і музики.

На контрольному етапі роботи ми провели діагностику, яку використовували на констатувальному етапі дослідження, але зміст завдань було дещо змінено. Ми побачили, що рівень фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку в процесі інтеграції рухів і музики підвищився. На контрольному етапі діти впевненіше виконували вправи під музику, робили їх чітко. Їх відповіді були схожі на міркування під час проведення з ними бесіди.

На контрольному етапі дослідження використовувалися ті ж методики, що і на етапі констатувального експерименту: спостереження та бесіда з дітьми, діагностична методика «Бубон і барабан», аналіз календарних планів,

а також анкетування вихователів.

Фізичне виховання дошкільнят – організований процес, спрямований на їхній фізичний розвиток, рухову, фізичну підготовку до творчої життєдіяльності, набуття знань, умінь та навичок з фізичної культури. Заклад дошкільньої освіти, в якому проводився експеримент, має великі можливості для зміцнення здоров'я, покращення фізичного розвитку дітей, їхньої рухової активності. Саме тому, відповідно до Закону України «Про дошкільню освіту», «Про фізичну культуру», «Національної доктрини розвитку освіти», Базовому компоненту дошкільньої освіти фізичне виховання дошкільнят, робота в закладі дошкільньої освіти спрямована насамперед на охорону та зміцнення фізичного здоров'я дітей, підвищення захисних сил організму, виховання стійкого інтересу до рухової активності, звички до здорового способу життя.

Правильність побудови заняття з фізичної культури була встановлена нескладними методами дослідження. Візуальне спостереження дозволило виявити відповідність фізичного навантаження стану здоров'я та рівню рухової підготовленості під музику дошкільників.

Як зробити фізкультурні заняття більш цікавими – питання, яке постійно стояло перед педагогом. Включення в заняття з фізичного виховання загадок, лічилок, приказок сприяло розвитку інтересу до наслідувальним вправ, а також бажанням представити в уяві і показати в русі почуте. Образно-ігрові рухи під музику розвивали здатність до імпровізації, слух, увагу, мислення, творчу фантазію і пам'ять. Крім того, вправляючись у виконанні таких рухів, діти розвивали силу, спритність, координацію рухів, вчилися орієнтуватись в просторі, набували навичку рухатися в заданому темпі і ритмі під музику.

Вихователь, знаючи методика, простежував за якістю виконання загальнорозвиваючих вправ, допомагав регулювати фізичне навантаження для кожної дитини.

Процес фізичного виховання безперервний і складний, тому й якісні зміни незначні, але вони є. Результати контрольного етапу дослідження відображені в таблицях (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

**Результати діагностики дітей експериментальної та контрольної груп за методикою спостереження**

I старша група			II старша група		
№	Ім'я дитини	Сумарні результати	№	Ім'я дитини	Сумарні результати
1	Ксенія Б.	7	1	Матвій А.	4
2	Марія Б.	4	2	Настя Б.	5
3	Настя Б.	2	3	Ліза В.	2
4	Данило Б.	4	4	Діма Г.	4
5	Рома В.	8	5	Платон Д.	4
6	Ваня Г.	5	6	Матвій К.	7
7	Данило Г.	2	7	Микита Л.	2
8	Влад Г.	7	8	Саша М.	6
9	Злата К.	4	9	Юліана П.	3
10	Надія Л.	4	10	Артем П.	7
11	Вова М.	5	11	Гліб С.	2
12	Агнія О.	4	12	Христина С.	4
13	Кароліна П.	4	13	Максим С.	7
14	Артем П.	8	14	Назар С.	5
15	Данило Л.	4	15	Платон Я.	4
16	Назар С.	5	16	Артем Т.	7
17	Поліна Ш.	7	17	Дарина Щ.	4

Як показало спостереження, добираючи музику до рухливої гри, музичний керівник враховував вік дітей, особливості сприйняття, рівень музичної підготовленості, а також анатоμο-фізіологічні можливості рухового апарату. Кожний рух у грі мав своєрідний характер. Наприклад, біг, стрибки на місці або з просуванням вперед потребували легкої, бадьорої музики; плавні рухи руками, повільна ходьба – наспівної, спокійної. Музичні твори для ходьби та бігу в різному темпі, підскоків, стрибків підбирались яскраві, виразні, з чітким фразуванням контрастного характеру.

У рухливих іграх основна роль відводилася руховим завданням і музика сприяла їх виконанню. Завдяки музиці підвищувалася рухова активність дітей. Рухлива гра з музичним супроводом ефективніше сприяла

формуванню правильної постави, координації рухів та їх удосконаленню. Радіючи музиці та відчуваючи красу своїх рухів, діти експериментальної групи емоційно збагачувалися, переживали піднесення, ставали життєрадісними.

Перед тим як розпочати гру, музичний керівник давав дітям прослухати музичний твір, щоб вони зрозуміли його зміст, звертав їхню увагу на характер твору та на яскраві засоби музичної виразності.

Аналіз спостережень за дітьми експериментальної та контрольної групи показав, що

5 дітей (29%) експериментальної групи та 4 дітей (23%) контрольної групи мають стійкий інтерес до діяльності, активно рухаються під музику, мають позитивні емоції;

10 дітей з першої групи (59%) і 9 дітей з другої групи (53%) займаються ранковою гімнастикою з позитивними емоціями за ініціативою дорослого;

Тільки 2 дитини з першої групи (12%) та 4 дітей другої групи (24%) займаються фізичними вправами неохоче, не завжди точно виконують вправи під музику.

На наступному етапі діагностики з дітьми була проведена бесіда. Результати діагностики дітей старшого дошкільного віку за бесідою представлено у таблиці 2.9.

Таблиця 2.9

### Результати діагностики дітей за бесідою

I старша група			II старша група		
№	Ім'я дитини	Сумарні результати	№	Ім'я дитини	Сумарні результати
1	Ксенія Б.	7	1	Матвій А.	4
2	Марія Б.	4	2	Настя Б.	2
3	Настя Б.	2	3	Ліза В.	4
4	Данило Б.	4	4	Діма Г.	4
5	Рома В.	8	5	Платон Д.	4
6	Ваня Г.	5	6	Матвій К.	7
7	Данило Г.	2	7	Микита Л.	2
8	Влад Г.	7	8	Саша М.	6

9	Злата К.	4	9	Юліана П.	3
10	Надія Л.	4	10	Артем П.	7
11	Вова М.	5	11	Гліб С.	2
12	Агнія О.	4	12	Христина С.	4
13	Кароліна П.	4	13	Максим С.	7
14	Артем П.	8	14	Назар С.	5
15	Данило Л.	4	15	Платон Я.	4
16	Назар С.	5	16	Артем Т.	4
17	Поліна Ш.	3	17	Дарина Щ.	3

Аналіз результатів бесіди з дітьми:

– 4 дітей (24%) першої групи і 3 дітей (18%) другої групи подобається займатися ранковою гімнастикою, грати в ігри під музику; хочуть бути здоровим;

– 10 дітей (59%) першої групи та у 9 дітей (53%) другої групи не завжди вдається займатися ранковою гімнастикою під музику; недостатньо знань, що означає бути здоровим;

– 3 дітей, що складає 17% від числа дітей першої групи і 5 дітей (29%) другої групи байдуже ставляться до виконання рухів під музику; не можуть пояснити, що означає бути здоровим.

Заключною у контрольному експерименті була діагностична методика «Бубон і барабан». Результати діагностики дітей старшого дошкільного віку за методикою «Бубон і барабан» представлено у таблиці 2.10.

Таблиця 2.10

### Результати діагностики дітей за методикою «Бубон і барабан»

I старша група			II старша група		
№	Ім'я дитини	Сумарні результати	№	Ім'я дитини	Сумарні результати
1	Ксенія Б.	7	1	Матвій А.	4
2	Марія Б.	4	2	Настя Б.	4
3	Настя Б.	6	3	Ліза В.	4
4	Данило Б.	4	4	Діма Г.	4
5	Рома В.	8	5	Платон Д.	4
6	Ваня Г.	5	6	Матвій К.	7
7	Данило Г.	2	7	Микита Л.	2
8	Влад Г.	7	8	Саша М.	6
9	Злата К.	4	9	Юліана П.	5
10	Надія Л.	4	10	Артем П.	4
11	Вова М.	5	11	Гліб С.	2

12	Агнія О.	4	12	Христина С.	4
13	Кароліна П.	4	13	Максим С.	7
14	Артем П.	8	14	Назар С.	5
15	Данило Л.	4	15	Платон Я.	4
16	Назар С.	5	16	Артем Т.	7
17	Поліна Ш.	4	17	Дарина Щ.	3

Аналіз гри «Бубон і барабан» показав:

– 4 дітей (23%) з першої групи і 3 дитини (18%) з другої групи впевнено рухалися та змінювали характер рухів відповідно до темпу та динаміки музики, добре орієнтувалися у просторі;

– 12 дітей (71%) першої групи та 11 дітей (65%) другої групи змінювали характер рухів відповідно до темпу і динаміки музики завдяки вихователю;

– у 1 дитини, що складає 6% від числа дітей першої групи й у 3 дітей (17%) другої групи відсутній емоційний відгук на музику та бажання виконувати музично-ритмічні рухи.

У кінці експерименту був проведений завершальний зріз із метою виявлення рівня фізичного розвитку дітей експериментальної і контрольної груп.

Зіставлення результатів завершального і попереднього зрізів представлено у таблиці 2.11.

Таблиця 2.11

**Динаміка рівня інтегрованого підходу до фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у закладах дошкільної освіти»  
(на контрольному етапі дослідження)**

<b>Рівні</b>	<b>ЕГ (констатувальний етап)</b>	<b>ЕГ (контрольний етап)</b>	<b>КГ (констатувальний етап)</b>	<b>КГ (контрольний етап)</b>
<i>Високий</i>	25%	50%	30%	35%
<i>Середній</i>	30%	30%	35%	40%
<i>Низький</i>	45%	20%	35%	25%

Як видно з наведеної таблиці, результати, які у ході експерименту в експериментальній групі вище, ніж у контрольній. Навчання на основі



спеціальної розробленої методики зробило позитивний вплив на творчий розвиток дітей експериментальної групи.

Результати експерименту засвідчили, що завдяки впровадженню інтеграційного комплексу рухів і музики та методики розвитку рухових якостей робота набула систематичності й цілеспрямованості з урахуванням сучасних вимог до педагогів закладів дошкільної освіти.

Отже, результати проведеного дослідження підтверджують ефективність інтеграційного комплексу рухів і музики та методики розвитку рухових якостей засобами інтеграції.

## **Висновки до другого розділу**

Експериментальна робота складалася з трьох частин: констатувальний, формувальний і контрольний експеримент.

Констатувальний експеримент містив у собі три діагностичні методики, проведення яких повинно було показати рівень фізичного виховання дітей середнього дошкільного віку, їх уміння виконувати вправи під музику та знання про здоровий образ життя. Після проведення першого етапу експерименту був зроблений аналіз результатів роботи.

На формувальному етапі експерименту були використані педагогічні умови для фізичного виховання дітей середнього дошкільного віку:

- виховання інтересу до рухів і музики шляхом включення музики в різні форми фізичного виховання;
- єдність цілей, завдань, змісту, принципів, форм, методів і прийомів у процесі навчання рухів з музикою та розвитку рухових якостей;
- формування у дітей рухових умінь та навичок у взаємозв'язку з музикою;
- оволодіння педагогами закладів дошкільної освіти методики розвитку рухових якостей під музику.

Була проведена серія заходів з дітьми, яка включала бесіди про фізичну зарядку, розгляд ілюстрацій, читання віршів про фізкультуру, малювання, дидактичні ігри та ін.

На етапі контрольного експерименту нами було повторно використано 3 діагностичні методики та зроблений аналіз і висновки. Порівняльний аналіз констатувального і контрольного етапів експерименту показав, що в експериментальній групі, де були використані вищеназвані педагогічні умови, більшість дітей досягла бажаного рівня фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

## ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У процесі проведеного дослідження виявлено, що інтеграційний комплекс рухів і музики у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку та методика розвитку їх рухових якостей є ефективними, що дало змогу зробити такі висновки.

Теоретичне вивчення психолого-педагогічної літератури з проблеми інтегрованого підходу до фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у закладах дошкільної освіти дозволило встановити, що дана проблема є актуальною у педагогічній теорії та практиці й вимагає подальшої теоретичної розробки, особливо для дітей середнього дошкільного віку.

Аналіз літературних джерел з дошкільної педагогіки показав, що елементи процесу інтеграції спостерігаються як в теорії і методиці фізичного виховання дітей дошкільного віку, так і музичного виховання. Основоположними є ідеї вчених (Н. Ветлугіної, Е. Вільчковського, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, Є. Макшанцевої, О. Шевчук та ін.) про взаємозв'язок (інтеграцію) музики й рухів у деяких формах фізичного та музичного виховання дітей дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики.

Теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження дав змогу уточнити сутність понять «фізичне виховання», «фізичний розвиток», «фізична культура», «рухові якості», «музичне виховання», «інтеграція рухів і музики», визначити особливості фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку, його складові.

У процесі фізичного розвитку було вироблено специфічні засоби фізичної культури, рухових якостей, інтегрованих рухів і музики, які є складовою частиною фізичної культури. Зважаючи на актуальність, питання розвитку фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку в Україні стали предметом досліджень з педагогіки, фізичної культури, музичного розвитку. У наукових працях виявлено, описано й проаналізовано найбільш

поширені фізичні вправи та рухливі ігри в різні історичні періоди, вказано на необхідність їх використання у навчальних закладах.

У другому розділі «Експериментальне дослідження фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку» подано розробку показників критерію фізичного виховання дошкільників, етапів і методики констатувального експерименту, розкрито сучасний стан фізичного виховання дітей засобами інтеграції рухів і музики та вплив педагогів на фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку.

За результатами констатувального експерименту був здійснений розподіл дітей на три групи залежно від рівнів сформованості в них рухових умінь та навичок. До першої групи увійшли діти з високим рівнем фізичного розвитку; до другої – із середнім; до третьої – з низьким. Кожна група дітей відрізнялася за показниками рухових умінь та навичок, рухових якостей. Дані діагностування свідчать про те, що вирішальним у фізичному вихованні дітей засобами інтеграції рухів і музики є цілеспрямований розвиток рухових якостей, формування в них рухових умінь і навичок.

У процесі формувального експерименту перевірено ефективність теоретично обґрунтованого інтеграційного комплексу рухів і музики у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку. До основних його компонентів віднесено мету, яка спрямовувала вихователів на фізичний розвиток дітей, на виховання у них емоційно-ціннісного ставлення до рухів під музику, спрямованості на якісне їх виконання під музичний супровід.

Результати підсумкових контрольних зрізів за розробленими показниками визначення рівнів сформованості рухових умінь і навичок, рухових якостей засвідчили, що кількість старших дошкільників експериментальної групи з високим і середнім рівнем зростає, дітей з низьким рівнем не стало. У контрольній групі отримано значно нижчі результати.

Подальшого дослідження потребують проблеми розробки форм і методів інтеграції музики і рухів (зворотня інтеграція).

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонік В. І., Антонік І. П., Андріанов В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навч. посіб. К. : Видавничий дім «Професіонал»; Центр учбової літератури, 2009. 336 с.
2. Арефьев В. Г. Основи теорії та методики фізичного виховання : підручник. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2011. 368 с.
3. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / науковий керівник: А. М. Богуш. *Дошкільне виховання*. 2013. № 7. С. 7.
4. Бейба Л. Від руху до здоров'я. На допомогу вихователям дитячих садочків, вчителям молодших класів та батькам. Дрогобич : КОЛО, 2000. 40 с.
5. Белкіна Е., Науменко Т. Світ мистецтва і дитина. *Дошкільне виховання*. 2000. № 1. С. 4–5.
6. Богінч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. К. : Шкільний світ, 2007. 120 с.
7. Богінч О. Л., Беленька Г. В. Природа і рух : метод. посіб. К. : Кобза, 2003. 192 с.
8. Бойко Ю. В. Пластик-шоу-класик : або з чого починати засвоювати цю технологію в дошкільному навчальному закладі. Вінниця : Нілан – ЛТД, 2013. 36 с.
9. Босюк О. М. Взаємозв'язок фізичного і естетичного виховання студентів : матеріали ХХ наукової конференції ТНТУ ім. І. Пулюя. Тернопіль: ТНТУ, 2017. С. 251.
10. Буракова Ю. Фізкультурне обладнання з пляшок та іншого. *Дошкільне виховання*. 2006. № 10. С. 20–21.
11. Бурова А. Фізвиховання дошкільнят: сучасний стан і вимоги. *Дошкільне виховання*. 2007. № 7. С. 11–14.
12. Верховинець В. М. Весняночка: Ігри з піснями для дітей дошк. і мол. шк. в. 5-те вид. К. : Муз. Україна, 1989. 343 с.
13. Ветлугіна Н. Музичний розвиток дитини. К. : Музична Україна. 1978. 255 с.

14. Витоки здоров'я дитини : навч.-метод. посіб. / Н. Денисенко, С. Лупінович, А. Михайліченко, Л. Лиходід. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 160 с.
15. Вільчковська А. Особливості інтеграції музики й рухової діяльності школярів у процесі фізичного виховання // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2019. № 3 (47). С. 10–16.
16. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф., Шевченко Ю. М. Інтеграція рухів і музики у фізичному розвитку дітей старшого дошкільного віку : навч.-метод. посіб. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 128 с.
17. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. Вид. 3-тє, стереотип. Суми : Університетська книга, 2019. 428 с.
18. Водоспад оздоровчих хвилинок / А. Пелікан, О. Халікіна, О. Гетьман та ін. *Дошкільне виховання*. 2009. № 3. С. 24–25.
19. Гавриш Н. Інтеграція – питання не тактики, а стратегії. *Дошкільне виховання*. 2005. № 4. С. 8–10.
20. Газіна І. О. Методика музичного виховання дітей дошкільного віку : навчально-методичний посібник для студентів напряму підготовки «Дошкільна освіта», вихователів дошкільних навчальних закладів та батьків. Кам'янець Подільський : Аксіома, 2013. 196 с.
21. Гончаренко А., Дятленко Н. Стежина до дитини : альтернативна програма підтримки розвитку дитини дошкільного віку. *Дошкільне виховання*. 2015. № 3. С. 12–15.
22. Давиденко О. В. Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять з дитячим контингентом. Тернопіль : Астон, 2003. 144 с.
23. Дитина: Програма виховання і навчання дітей від двох до семи років / наук. кер. проекту: О. В. Огневюк, К. І. Волинець. 3-є вид. К. : Київ ун-т ім. Б. Грінченка, 2012. 492 с.
24. Денисенко Н. Гартуємо тіло і дух! Сучасні підходи до фізичного виховання та оздоровлення дошкільнят. *Дошкільне виховання*. 2001. № 6.

С. 14–15.

25. Денисенко Н., Григоренко Г., Михайличенко А. Дітям про здоров'я та особисту безпеку (хрестоматія для дошкільників). Вид. третє, доповнене. Дніпропетровськ, Генеза-Південь, 2007. 146 с.
26. Долинна О. Науково-методичне забезпечення фізичного виховання дошкільнят. *Дошкільне виховання*. 2007. № 7. С. 14.
27. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / авт.-упор.: Л. Калуська, З. Калуський, М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2010, 2011. 184 с.
28. Ефименко Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. Х. : Ранок, 2004. 64 с.
29. Єфименко М. М. Основні рухові режими: авторська програма фізичного виховання. *Дошкільне виховання*. 2001. № 1. С. 12–13.
30. Єрмолаєва Т. М. Історичні аспекти естетичного і фізичного виховання як невід'ємних складових гармонійного розвитку особистості // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Ялта : РВВ КГУ, 2009. Ч. 1. Вип. 23. С. 90–94.
31. Єрмолаєва Т. М. Особливості естетичного і фізичного виховання в історії української педагогічної думки // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи. Харків: Основа, 2009. Вип. 31. С. 67–73.
32. Загородня Л. П., Тітаренко С. А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2011. 272 с.
33. Закон України «Про дошкільну освіту». Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2628-14> (Law of Ukraine “On Preschool Education”. Retrieved from: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2628-14>).
34. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Режим доступу: <https://zakon.help/law/3808-XII/> (Law of Ukraine “On Physical Culture and Sport”. Retrieved from: <https://zakon.help/law/3808-XII/>).
35. Інструкція з організації охорони життя і здоров'я дітей у дошкільних навчальних закладах (затверджено наказом МОН України від 28.10.08.

№ 985). *Дошкільнє виховання*. 2008. № 12. С. 3–4.

36. Кисельова О. І. Морально-етичне виховання дітей старшого дошкільного віку засобами українського фольклору : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.08. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2015. 25 с.

37. Кісель Мірослав. Музика, розвага і танок у початковій освіті // *Мистецька освіта в контексті європейської інтеграції*: Зб. наук. праць. Суми : СумДПУ, 2005. С. 105–117.

38. Ключко В. В. Ритміка та музичний рух : навч. посіб. для студентів факультетів мистецтв педагогічних університетів. [вид. 2-ге, перероб. і допов.] Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 158 с.

39. Комісарик М., Чуйко Г. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Чернівці : Книги – ХХІ, 2013. 484 с.

40. Круцевич Т., Пангелова Н. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми 3-6 років у дошкільних закладах за кордоном. К. : Олімпійська література, 2000. 140 с.

41. Лазаревич С. Пріоритет – фізичне здоров'я вихованців. *Дошкільнє виховання*. 2008. № 12. С. 12–13.

42. Лохвицька Л. В., Андрушенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я : навч.-метод. посіб. Тернопіль : Мандрівець, 2007. 176 с.

43. Малащенко М. П., Крилов М. Д., Самохін. Гімнастика – архітектура тіла й натхненник дух. *Фізичне виховання в школах України*. 2012. № 12 (48). С. 14–18.

44. «Малютко-здоров'ятко»: комплексна програма формування культури здоров'я дітей дошкільного віку / Н. Денисенко, В. Музирова, Л. Шевцова, Л. Мельник. Запоріжжя : ТОВ «ЛПС» ЛТД, 68 с.

45. Мартиненко О. В. Танцювально-ритмічний комплекс як засіб розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку // *Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти*. Бердянськ, 2005. С.46-48.

46. Михайличенко О. В. Основи загальної та музичної педагогіки: теорія та



- історія. Навч. посібник для студентів музичних спеціальностей. Суми: Вид-во «Наука», 2004. 210 с.
47. Москаленко Н. В., Анастасєва З. В., Решетилова В. М. Дошкільне фізичне виховання дітей : метод. посіб. Дніпропетровськ, 2009. 96 с. 34.
48. Нечай С. Вводимо дитину у світ музики. *Дошкільне виховання*. 2010. № 26. С. 13–17.
49. Нечай С. Музика зміцнює здоров'я. *Дошкільне виховання*. 2009. № 6. С. 22–26.
50. Ніколаї Г. Ю. Художньо-естетичне виховання молодших школярів у Польщі: позитиви і негативи модернізації початкової школи // Педагогічні науки: Зб. наук. праць. Суми : СумДПУ, 2004. С. 51–62.
51. Оптимізація фізичного виховання дитини у вітчизняній системі освіти : монографія / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко, А. В. Цьось та ін. Запоріжжя : ЗОШПО, 2010. 250 с.
52. Освітня програма «Впевнений старт» для дітей старшого дошкільного віку / [Н. Гавриш, Т. Панасюк, Т. Піроженко, О. Рогозянський, О. Хартман, А. Шевчук]; За заг. наук. ред. Т. О. Піроженко. К. : Українська академія дитинства, 2017. 80 с.
53. Пангелова Н. Залучення старших дошкільників до цінностей здорового способу життя в процесі фізичного виховання // Молода спортивна наука України. 2010. Т.2. С.183–187.
54. Пасічник В. М. Дослідження фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : матер. XII Всеукр. наук.-практ. конф. молодих учених з міжнар. участю. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2012. Т. I. С. 174–179.
55. Пахальчук Н. О. Виховання почуття ритму в дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку засобами ботмерівської гімнастики. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : наук. журнал. Суми : СумДПУ, 2015. №7 (51). С. 332–340.

56. Пахальчук Н. Формування естетичного досвіду дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання // Реалізація ідей В. О. Сухомлинського в практиці роботи сучасної початкової школи : зб. матеріалів пед. читань. Вінниця : Ландо ЛТД, 2015. Вип. 10. С. 8–11.
57. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання. Теоретичний розділ : навчальний посібник. Київ : ЦУЛ, 2019. 504 с.
58. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське доквілля» // О. І. Білан, Л. М. Возна, О. Л. Максименко та ін. Тернопіль: Мандрівець. 2013. 264 с.
59. Романюк І. А. Музичне виховання у дошкільному навчальному закладі: Збірник методичних матеріалів. Тернопіль: Мандрівець. 2007. 104 с.
60. Романюк І. А. Організація роботи у дошкільному навчальному закладі: Навчально-методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець. 2014, 280 с.
61. Ростовський О.Я. Методика викладання музики в початковій школі. Навч.-метод. посібник. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2000. 216 с.
62. Ротерс Т. Т. Музично-ритмічний розвиток школярів у взаємодії фізичного і естетичного виховання. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2006. № 3. С. 12–14.
63. Ротерс Т. Т. Стан ритмічного розвитку школярів у взаємодії фізичного та естетичного виховання // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки. Запоріжжя, 2001. С. 241–245.
64. Ротерс Т. Т. Теорія і методика розвитку особистості школяра у взаємодії фізичного та естетичного виховання : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01. Харк. держ. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. Х., 2002. 40 с.
65. Рунова М. О. Рухова активність дитини в дитячому садку : посіб. для працівників дошк. закладів, викладачів, студентів. Х. : Ранок, 2007. 192с.
66. Сарапулова Є. Фізіологічно доцільний режим дня. *Дошкільне виховання*. 2001. № 5. 13–15.
67. Система роботи з психофізичного розвитку дитини / авт.-упор. В. В. Єфремова. Тернопіль : Мандрівець, 2009. 160 с.

68. Терентьева Н. Фізичне виховання: інноваційний підхід. *Дошкільне виховання*. 2007. № 7. С. 6–7.
69. Томенко О. А., Старченко А. Ю. Фізкультурна освіта старших дошкільнят: інноваційна технологія : монографія. Суми : ФОП Цьома С. П., 2016. 54 с.
70. Триенгл. Нестандартне фізкультурне обладнання / Н. Зьомка, І. Косенкова, О. Вишегородцева та ін. *Дошкільне виховання*. 2009. №6. С. 32–33.
71. Фізичний розвиток дітей в умовах дошкільного навчального закладу: методичні рекомендації Міністерства освіти і науки України (Додаток до листа від 16.08.2010 № 1/9-563). *Дошкільне виховання*. 2010. № 9. С. 9.
72. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку : навч.-метод. посіб. / О. Л. Богініч, Н. В. Левінець, Л. В. Лохвицька, Л. А. Сварковська. К. : Генеза, 2013. 127 с.
73. Фоломєєва Н. А. Педагогічні технології естетичного виховання дітей віком 5-10 років засобами музичного мистецтва : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07. «Теорія і методика виховання». АПН України. Ін-т пробл. виховання. К., 2001. 22 с.
74. Фролова О. О. Вплив лікувальної ритміки на стан здоров'я дитини // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Київ, 2018. Вип. 3 К (97). С. 567–570.
75. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посіб. 2-ге вид., випр. Х., 2008. 406 с.
76. Швайгерт Н. Чарівну силу музики – дітям щодня. *Дошкільне виховання*. № 9. 2013. С. 32–34.
77. Шевченко Ю. М. Сучасний стан фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів та музики // Нові виміри сучасного світу: матеріали IV Міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. / Мелітопольський держ. пед. ун-т. Мелітополь, 2008. С. 95–97.
78. Шевченко Ю. М. Фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку

- засобами інтеграції рухів і музики: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Ін-т пробл. виховання АПН України. К., 2009. 20 с.
79. Шевченко Ю. М. Фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики в практиці дошкільних навчальних закладів на сучасному стані // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2009. № 2. С. 156–161.
80. Шевчук А. С. Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку старших дошкільників : моногр. Фастів : Поліфаст, 2005. 330 с.
81. Яхно Є. Г. Комплексний розвиток фізичних і моральних якостей дітей старшого дошкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд.. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К., 2011. 40 с.

## Додатки

### Додаток 1

#### План проведення бесіди з дітьми старшого дошкільного віку

1. «Чи подобається тобі займатися фізкультурою?».
2. «Для чого треба займатися фізкультурою?».
3. «Чи подобається тобі займатися ранковою гімнастикою в дитячому садку?».
4. «Під час ранкової гімнастики ти виконуєш рухи під музику чи без музики?».
5. «Чи подобається дітям виконувати рухи під музику?».
6. «Чи любиш ти грати в ігри?».
7. «У які ігри любите грати?».
8. «Чи люблять діти грати в рухливі ігри?».
9. «Коли ти вдома, ти займаєшся фізкультурою?».

**Шановні вихователі!**

Вашій увазі представлено анкетування з проблеми фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики.

Будь-ласка, уважно прочитайте питання та дайте відповіді:

1. «Чи в достатній мірі Ви проводите роботу з фізичного виховання дітей своєї групи?»\_\_\_\_\_

2. «Які форми роботи з фізкультурно-оздоровчої роботи Ви проводите з дітьми під музику?»\_\_\_\_\_

3. «Чи потрібно використовувати музику під час проведення рухливих ігор?»\_\_\_\_\_

4. «Що формує рухлива гра з музичним супроводом у дітей?»\_\_\_\_\_

5. «Які форми з фізкультурно-оздоровчої роботи під музику Ви вважаєте найефективнішими для забезпечення фізичного здоров'я дітей?»\_\_\_\_\_

6. «Чи здійснюється у Вашій групі фізичне виховання дітей під музику влітку на прогулянці?»\_\_\_\_\_

7. «Який, на Вашу думку, взаємозв'язок музики і фізкультури?»\_\_\_\_\_

8. «Що Вам заважає у проведенні цієї роботи?», Які умови Вам необхідні?»\_\_\_\_\_

**Щиро дякуємо за приділену увагу!**



