

Міністерство освіти і науки України  
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання та спорту  
Кафедра олімпійського та професійного спорту

Ворона Марія Тарасівна

**РОЗРОБКА ІНТЕГРАЛЬНИХ ПРОГРАМ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОГО  
РІВНЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ  
СПОРТИВНИХ ІГОР**

Спеціальність фізична культура і спорт

Автореферат дипломної роботи  
на здобуття кваліфікації магістра

Миколаїв – 2021

Робота виконана на кафедрі олімпійського та професійного спорту, факультету фізичного виховання та спорту., Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Міністерства освіти і науки України

### **Науковий керівник**

Доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Бріскін Юрій Аркадійович, Чорноморський національний університет імені Петра Могили, завідувач кафедру теоретико-методичних основ спорту

### **Рецензент:**

Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Бондаренко Ірина Григорівна, Чорноморський національний університет імені Петра Могили, доцент кафедри медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

Захист відбудеться 23.02. 2021 р. о 9.00 год. на засіданні державної екзаменаційної комісії у Чорноморському національному університеті імені Петра Могили, (місто Миколаїв, вул. 68 Десантників 10, 54003)

З дипломною роботою можна ознайомитися в бібліотеці Чорноморського національного університету імені Петра Могили, (місто Миколаїв, вул. 68 Десантників 10, 54003)

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми дослідження.** Відповідно до подальшим розвитком сучасного суспільства, його соціально-економічними потребами, вдосконаленням освіти, реалізацією національної освітньої ініціативи випускники дошкільних освітніх установ повинні володіти основними культурними способами діяльності, проявляти ініціативу і самостійність в різних видах діяльності, легко адаптуватися до стрімко мінливих умов життя на основі високого рівня здоров'я, розвитку фізичних, інтелектуальних і особистісних якостей.

Рішення зазначених урядом завдань можливо в рамках «... модернізації системи фізичного виховання різних категорій і груп населення, в тому числі в дошкільних, ... освітніх установах ...».

Дослідження показують, що одним з ключових інструментів у вирішенні поставлених завдань в дошкільному віці виступає фізичне виховання. Результати такого впливу знаходять своє відображення в удосконаленні фізіологічних функцій, які забезпечують функціонування психічних процесів, ефективну інтелектуальну діяльність, нормальний душевний стан, забезпечуючи тим самим належне розвиток особистісних якостей людини.

Повноцінний розвиток особистості дошкільника повинні забезпечувати специфічні форми роботи в дитячих садах, які будуть враховувати унікальність і самоцінність дитинства як важливого етапу в загальному розвитку людини. Рішення задач фізичного виховання і розвитку дошкільнят, необхідно реалізовувати у формі гри, так як саме ця форма занять характерна для дітей даного віку.

Засобом фізичного і загального соціального виховання дітей виступає гра, так як вона є найбільш ефективним засобом самореалізації в суспільстві, радості життя, проведення вільного часу. Універсальним і популярним засобом фізичного виховання всіх категорій населення є спортивні ігри. Значний потенціал командних спортивних ігор в процесі фізичного виховання підростаючого покоління представляє їх освітній аспект і те, що вони мають більші виховними можливостями. Вони привчають долати різні ситуаційні труднощі, виховують

витримку, характер. Необхідність впровадження командних спортивних ігор, в яких задалегідь прописаний певний звід правил в практику фізичного виховання дітей дошкільного віку, відзначається багатьма вченими і фахівцями. Значний потенціал командних спортивних ігор в процесі фізичного виховання підростаючого покоління представляє їх освітній аспект, і те, що вони мають більші виховними можливостями.

Ступінь наукової розробленості проблеми. В даний час є певний науково-дослідний досвід включення елементів командних спортивних ігор в процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. Дослідження Е.Й. Адашкявічене, Г.Л. Драндрова, М.Н. Чапуріна вказують на «... можливість формування школи м'яча у дітей дошкільного віку в таких спортивних іграх як баскетбол, футбол і волейбол». В.П. Арсентьева розглядає спортивні ігри як засіб підвищення рухової активності дошкільнят. Л.Н. Волошина, Г. Тиунова, Ю.Н. Єрмакова за допомогою елементів гри в футбол вирішують питання підвищення рівня фізичної підготовленості дітей. А.Ю. Журавльова пропонує використовувати методику навчання дітей основам гри в теніс. Можливість використання спортивних ігор в навчанні руховим діям показана в дослідженнях, виконаних на матеріалі волейболу, гандболу.

**Об'єкт дослідження** - процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

**Предмет дослідження** - засоби, методи і організаційні форми використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні старших дошкільників, доступних для дітей 6-7 років і спрямованих на їх фізичне і соціально-психологічний розвиток.

**Мета дослідження** - розробити і обґрунтувати методику використання командних спортивних ігор спрямовану на підвищення рівня фізичного та соціально-психологічного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

**Гіпотеза дослідження.** Методика використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку буде педагогічно доцільною і ефективною якщо:

- педагогічний процес буде спрямований не тільки на фізичне, а й соціально-психологічний розвиток дітей;

- кошти будуть класифікуватися відповідно до технічної складності спортивних ігор і рівнем взаємодії дітей в рамках їх виконання, з виключенням елементів пов'язаних з протидією суперників в боротьбі за м'яч;

- педагогічний процес буде здійснюватися з урахуванням фізичної і психічної готовності дітей, і представляти собою послідовно реалізовані завдання загальної фізичної підготовки на оволодіння елементарними ігровими прийомами і спортивні ігри за спрощеними правилами;

- реалізація педагогічного процесу буде здійснюватися в межах варіативної частини програми з фізичного виховання.

#### **Завдання дослідження:**

1. Виявити передумови для успішного використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дошкільників.

2. Визначити доступні для дошкільнят 6-7 років кошти командних спортивних ігор і систематизувати їх з урахуванням впливу на фізичний і соціально-психологічний розвиток дитини.

3. Розробити методику використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку, спрямовану на підвищення фізичного і соціально-психологічного розвитку.

4. Експериментально обґрунтувати ефективність розробленої методики в практиці фізичного виховання старших дошкільників.

#### **Наукова новизна результатів дослідження** полягає в тому, що:

- виявлено передумови успішного використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дошкільників: вікові особливості дошкільників, їх орієнтація на ігрову діяльність; можливості командних спортивних ігор для фізичного і соціально-особистісного розвитку дітей; встановлений недостатній рівень фізичної підготовленості і соціально-психологічного розвитку дошкільників 6-7 років;

- визначено та систематизовано доступні для дітей старшого дошкільного віку кошти командних спортивних ігор (баскетбол, гандбол, футбол) з виключенням елементів, пов'язаних з протидією суперників в боротьбі за м'яч;

- теоретично розроблена і обґрунтована експериментальна методика використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку, спрямована на підвищення рівня їх фізичної підготовленості та поліпшення показників соціально-психологічного розвитку;

- отримані нові об'єктивні дані про рівень фізичної підготовленості старших дошкільників і показниках їх соціально-психологічного розвитку в рамках реалізації методики використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні.

**Теоретична значимість результатів** дослідження полягає в доповненні і розвитку теорії та методики фізичного виховання дошкільнят положеннями і висновками дисертації, в яких:

- викладені теоретично обґрунтовані наукові відомості про доцільність використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дітей дошкільного віку з урахуванням впливу на розвиток дитини;

- представлено опис змісту експериментальної методики організованої діяльності з фізичної культури в дошкільних освітніх установах на основі реалізації ідей включення командних спортивних ігор в процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку;

- пояснюються шляхи позитивного впливу організованої діяльності з фізичної культури на соціально-психологічний розвиток старших дошкільників в контексті обліку фізичної підготовленості дітей;

- конкретизовані кошти, методи і форми організації навчально-виховного процесу на основі включення в його зміст командних спортивних ігор, технологічно забезпечують засвоєння цього змісту.

**Практичне значення одержаних результатів** дослідження полягає в тому, що їх впровадження в педагогічну практику дозволяє істотно підвищити рівень рухової підготовленості та показники соціально-психологічного розвитку особистості дошкільнят. Отримані результати дослідження, висновки і положення

дисертації можуть використовуватися для вдосконалення змісту професійної підготовки і підвищення кваліфікації фахівців з фізичної культури в системі вузівського і після вузівської освіти, а також для якісного поліпшення навчально-тренувального процесу на етапах початкової підготовки в освітніх установах додаткової освіти, які здійснюють фізичне розвиток дітей з переважним використанням командних спортивних ігор.

**Структура й обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел (182). Загальний обсяг дипломної роботи складає 86 сторінок, вона містить 8 таблиць.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі розкрито актуальність теми магістерської роботи, наведено зв'язок з науковими програмами, сформульовано мету та завдання, предмет та об'єкт, методи та інформаційну базу дослідження, представлено наукову новизну і практичне значення одержаних результатів, апробацію результатів дослідження, а також подано структуру роботи.

У першому розділі «**Огляд літературних джерел**» проведено теоретичний аналіз і узагальнення вітчизняної та зарубіжної науково-методичної літератури з проблеми наукового дослідження; розглянуто сучасні напрямки вдосконалення фізичного виховання в дошкільному віці. Місце командних спортивних ігор в системі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Особливості розвитку старших дошкільників, що обумовлюють можливості використання командних спортивних ігор.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» обґрунтовано й описано методи дослідження, відповідно до мети і завдань роботи, використовується вивчення та аналіз науково-методичної літератури, анкетування й інтерв'ювання, антропометричні вимірювання, педагогічні спостереження, психолого-педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

У третьому розділі «Результати дослідження та їх обговорення» встановлено, що передумовами до використання командних спортивних ігор в дошкільному віці є: вікові особливості фізичного і соціально-психологічного розвитку дошкільників; значні розвиваючі можливості командних спортивних ігор; вимоги дошкільної освіти до формування початкових уявлень про види спорту; недостатній рівень фізичної підготовленості дошкільників 6-7 років.

До дослідження були залучені 160 дітей старшого дошкільного віку (86 хлопчиків і 74 дівчинки). Результати дослідження представлені в Таблиці 1.

Таблиця 1

### Показники фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку

Тестові вправи	Хлопчики			Дівчата				
<i>Швидкісні здібності</i>								
Біг 10 м з ходу, с	2,64	0,38	0,04	2,93	0,41	0,05	1,81	<0,05
Біг 30 м, с	7,51	0,40	0,04	7,87	0,68	0,08	4,04	<0,001
<i>Витривалість</i>								
Біг 300 м, с	88,45	14,15	1,52	93,33	10,08	1,17	2,93	>0,01
<i>Швидкісно-силові здібності</i>								
Стрибок в довжину з місця, см	110,50	20,41	2,19	97,67	17,69	2,05	4,23	<0,001
Метання малого м'яча, м	9,01	4,02	0,43	6,87	2,95	0,34	2,54	<0,001
<i>Координаційні здібності</i>								
Човниковий біг 3x5 м, с	6,63	0,93	0,10	6,81	0,87	0,10	0,17	>0,05
Тест Бондаревського, с	6,18	2,43	0,26	6,92	2,27	0,26	2,00	<0,05
<i>Гнучкість</i>								
Нахил вперед, см	3,36	1,28	0,13	4,11	1,46	,16	4,21	<0,001
<i>Силові здібності</i>								
Динамометрія кисті руки, кг	8,92	1,58	0,18	7,81	1,58	1,63	0,19	<0,01

Аналіз отриманих нами результатів і співвіднесення їх з орієнтовними показниками фізичної підготовленості дітей 6-7 років показав, що за більшістю досліджуваних показників діти показують результати, що відносяться до середнього і нижче середнього рівня.

Рівень розвитку швидкісних здібностей проводився за результатами, показаним випробуваними в бігу на 10 м з ходу і бігу на 30 м з високого старту. Як у хлопчиків ( $2,64 \pm 0,04$  с), так і у дівчаток ( $2,93 \pm 0,05$  с) в тесті «біг 10 м з ходу»



середньо-групові результати відповідають середньому рівню. Середньо-груповий результат дівчаток значно і статистично достовірно нижче, ніж у хлопчиків (0,29 с). У бігу на 30 метрів з високого старту хлопчиками показаний результат  $7,51 \pm 0,04$  с, а дівчатками -  $7,87 \pm 0,04$ с. Отримані показники відповідають рівню нижче середнього розвитку даної якості. Результат хлопчиків перевершує показник дівчаток на 0,36 с.

Для розгорнутої характеристики рівня фізичної підготовленості було проведено кількісне вивчення розвитку окремих рухових здібностей дошкільнят, які беруть участь в педагогічному експерименті. Найбільша кількість високих, вище середнього і середніх результатів зафіксовано в тестах, які демонструють силові і швидкісні здібності, а також гнучкість. Роздільний по групах хлопчиків і дівчаток аналіз досягнутих результатів чітко показує, що кількість дошкільнят, які продемонстрували середні і вищі результати, більше серед хлопчиків (Таблиця 2).

Таблиця 2

### Оцінка розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку, %

Рівень розвитку фізичних здібностей	Всі діти (n = 160)	З них дівчат (n = 74)	З них хлопчиків (n = 86)
1	2	3	4
<i>Біг 10 м с хода</i>			
Високий рівень	14,1	4,7	9,4
Рівень вище середнього	9,4	4,0	5,4
Середній рівень	30,5	11,3	19,2
Рівень нижче середнього	26,7	18,5	8,2
Низький рівень	19,3	10,2	9,1
<i>Біг 30 м</i>			
Високий рівень	12,3	4,7	7,6
Рівень вище середнього	12,3	4,1	8,2
Середній рівень	32,2	12,0	20,2
Рівень нижче середнього	21,6	11,5	10,1
Низький рівень	21,6	12,7	8,9
<i>Стрибки в довжину з місця</i>			
Високий рівень	7,0	1,9	5,1
Рівень вище середнього	15,4	7,4	8,0
Середній рівень	33,2	10,9	22,3
Рівень нижче середнього	27,9	13,6	14,3
Низький рівень	16,5	13,3	3,2
<i>Кидання малого м'яча</i>			
Високий рівень	7,0	3,4	3,6
Рівень вище середнього	12,4	4,2	8,2

Середній рівень	27,0	12,1	14,9
Рівень нижче середнього	24,8	15,5	9,3
Низький рівень	28,8	18,5	10,3
<i>Човниковий біг 3x5 м</i>			
Високий рівень	9,3	5,1	4,2
Рівень вище середнього	18,2	9,8	8,4
Середній рівень	28,4	14,8	13,6
Рівень нижче середнього	24,0	11,4	12,6
Низький рівень	20,1	10,8	9,3
<i>Нахил вперед</i>			
Високий рівень	15,8	9,5	6,3
Рівень вище середнього	10,9	7,6	3,3
Середній рівень	33,4	18,3	15,1
Рівень нижче середнього	24,4	9,4	15,0
Низький рівень	11,5	4,1	7,4

В рамках даного дослідження, для виявлення найбільш ефективної форми проведення організованої діяльності з фізичної культури в старшому дошкільному віці ( $n = 20$ ) визначали інтенсивність різних видів занять з фізичної культури. Частоту серцевих скорочень вимірювали до початку організованої діяльності з фізичної культури, в ході її проведення (після водно-організаційної частини, після проведення комплексу загальнорозвиваючих вправ, після основних видів рухів, після рухомий гри) і по завершенні (Таблиця 3).

Таблиця 3

**Показники частоти серцевих скорочень у дітей старшого дошкільного віку в залежності від змісту діяльності з фізичної культури**

Частини організованої діяльності з фізичної культури	Вид діяльності			
	Традиційна	Южетно-ролева	Ігрова	С використанням елементів спортивної гри
До початку	83,5 ± 3,5	82,12,9	83,5 ± 3,5	83,7 ± 3,3
	$t=0,30$		$t_1=0$	$t_2=0,08$
Після підготовчої частини	95,4 ± 3,4	98,2 ± 2,9	98,5 ± 4,4	100,4 ± 4,6
	$t=0,63$		$t_1=0,55$	$t_2=2,87^{**}$
Основна частина: після ОРУ	102,1 ± 4,8	123,1 ± 4,3	95,1 ± 5,3	122,8 ± 3,3
	$t=3,28^{**}$		$t_1=0,97$	$t_2= 3,55^{***}$
Після виконання основних рухів	115,7 ± 5,2	130,5 ± 3,1	113,1 ± 5,4	140,6 ± 5,2
	$t= 2,44^*$		$t_1=0,34$	$t_2=3,35^{**}$
Після рухливої гри	138,3 ± 3,9	142,3 ± 3,1	147,8 ± 4,6	157,4 ± 4,4
	$t=0,81$		$t_1=1,58$	$t_2=3,29^{**}$
По закінченню	90,8 ± 2,8	87,3 ± 3,6	107,1 ± 3,1	105,2 ± 5,5

	$t=0,77$	$t_1=3,88^{***}$	$t_2=2,38^*$
--	----------	------------------	--------------

Результати проведеної експериментальної роботи дозволили зафіксувати, що у дошкільнят обох груп, що беруть участь в експерименті, відбулося поліпшення показників, що характеризують сформований рівень рухової підготовленості. Але при цьому в групі, що займалася за розробленою авторською методикою, зміни носили більш істотний і статистично значимий характер (Таблиця 4).

Таблиця 4

**Показники фізичної підготовленості старших дошкільників до і після експерименту**

Показники фізичної підготовленості	Експериментальна група			Контрольна група		
	до експерименту	після експерименту	P	до експерименту	після експерименту	P
<i>Швидкісні здібності</i>						
Біг 10 м с хода, с	3,02±0,05	2,73±0,04	<0,001	3,01±0,03	2,88±0,05	> 0,05
Біг 30 м, с	7,58±0,18	6,78±0,11	<0,001	7,17±0,23	7,27±0,09	> 0,05
<i>Витривалості</i>						
Біг 300м, с	90,52±1,42	86,75±1,00	<0,01	90,92±1,58	88,00±0,97	>0,05
<i>Швидкісні-силові здібності</i>						
Кидання м'яча, м	8,00±0,39	9,18±0,41	<0,05	7,91±0,43	8,34±0,40	>0,05
Стрибок вдовжину з місця, см	107,88±2,27	114,75± 2,27	<0,01	6,15±0,47	7,03±0,41	>0,05
<i>Координаційні здібності</i>						
Біг 3х5м, с	7,11±0,13	6,17±0,09	<0,001	7,00±0,12	6,42±0,08	<0,001
Тест Бондаревського, с	6,07±0,34	7,45±0,34	<0,01	6,15±0,47	7,03±0,41	>0,05
<i>Гнучкість</i>						
Нахил вперед, см	3,60±0,64	4,47±0,40	>0,05	3,52±0,50	3,97±0,48	>0,05
<i>Силові здібності</i>						
Нахил вперед, см	10,45±0,45	12,58±0,34	<0,001	10,60±0,42	11,54±0,42	>0,05

Середньо-груповий показник в експериментальній групі в човниковому бігу 3х5 м, що характеризує розвиток координаційних здібностей, покращився на 15,2% (0,54 с). Представлене зміна результатів статистично достовірно ( $p < 0,001$ ). Зростання результатів у контрольній групі теж вказує на значне збільшення результатів, що склало 9,0% ( $p < 0,05$ ), але за підсумками експерименту показники

експериментальної групи в цьому тесті виявилися істотно ( $p < 0,05$ ) вище, в порівнянні з контрольною .

У тесті Бондаревського середньо-груповий показник в експериментальній групі збільшився на 1,8 с, що склало 22,7%, в контрольній групі відбулися зміни результатів складають 14,3% (0,88 с), ці зміни не є статистично достовірними.

Істотний приріст в показниках розвитку швидкісних здібностей відзначається у випробовуваних обох груп по тестах «біг 30 м» і «біг 10 м». Результати в бігу на 10 м в експериментальній групі збільшилися на 10,6%, а в контрольній - на 4,6% ( $p < 0,001$  в експериментальній групі;  $p < 0,05$  в контрольній). Отримані середньо-групові результати характеризуються як середні.

Таблиця 5

#### Достовірність міжгрупових відмінностей в показниках фізичної підготовленості старших дошкільників

Показники фізичної підготовленості	Період	
	До експерименту	Після експерименту
Біг 10м с хода, с	$P > 0,05$	$P < 0,01$
Біг 30 м, с	$P > 0,05$	$P < 0,01$
Біг 300 м, с	$P > 0,05$	$P > 0,05$
Біг 3x5 м, с	$P > 0,05$	$P < 0,05$
Тест Бондаревського, с	$P > 0,05$	$P > 0,05$
Стрибки в довжину з місця, см	$P > 0,05$	$P < 0,05$
Метання, м	$P > 0,05$	$P < 0,01$
Нахил вперед, см	$P > 0,05$	$P < 0,05$
Динамометрія кисті, кг	$P > 0,05$	$P < 0,05$

При аналізі показників сили провідної руки було встановлено, що приріст абсолютних показників в експериментальній групі склав 20,4% ( $p < 0,001$ ). У контрольній групі, де заняття проводилися за традиційною методикою, приріст показників менш виражений і не є статистично достовірним - 8,9% ( $p > 0,05$ ). Після закінчення досліджень була відзначена значна різниця в результатах по даному тесту ( $p < 0,05$ ). Середньо-групові показники гнучкості в експериментальній і контрольній групах відрізняються незначним і статистично недостовірним збільшенням результатів в обох групах: 24,1% і 12,8% відповідно.

## ВИСНОВКИ

1. На основі аналізу даних науково-методичної літератури, нормативно-правових актів, результатів констатуючого експерименту встановлено, що передумовами до використання командних спортивних ігор в дошкільному віці є:

- вікові особливості фізичного і соціально-психологічного розвитку дошкільників;

- значні розвиваючі можливості командних спортивних ігор;

- вимоги ФГОС дошкільної освіти до формування початкових уявлень про види спорту;

- недостатній рівень фізичної підготовленості дошкільників 6-7 років: показників швидко-силових здібностей (стрибок у довжину з місця, метання малого м'яча) - рівень нижче середнього і низький мають відповідно 44,4%, 53,6% дітей; швидкісних здібностей (біг 10 м сходу, біг 30 м) - 46,0%, 43,2%; координаційних здібностей (човниковий біг 3x5 м, тест Бондаревського) - 44,1%, 47,9%; гнучкості (нахил вперед) - 35,9%, витривалості (біг 300м) - 43,5%;

- недостатній рівень соціально-психологічного розвитку дошкільників: наявність вище середнього і високого рівня показника тривожності у 28,0% дітей; занижена (23,6%) або завищена (34,1%) самооцінка після їх участі в рухливих іграх; 14,3% дітей належать до групи «Знедолених» і «ізолюваних»; у 34,6% дітей - низький рівень розуміння емоційного стану однолітка.

2. Аналітичним шляхом визначено, що для дошкільнят 6-7 років доступними засобами командних спортивних ігор є:

- елементарні технічні прийоми баскетболу, гандболу та футболу;

- рухливі ігри з використанням елементарних технічних прийомів спортивних ігор;

- командні спортивні ігри за спрощеними правилами, що забезпечують умови для формування вмінь діяти за правилами, розуміти партнера по грі і взаємодіяти в колективній грі.

Поряд з цим виявлено Нерекомендовані до використання в роботі з дошкільнятами елементи спортивних командних ігор, пов'язані з протидією

суперників в боротьбі за м'яч.

В основі систематизації засобів спортивних ігор лежить облік впливу на фізичний і соціально-психологічний розвиток дитини за ознаками: переважний вид рухів, розвиток фізичних якостей, взаємодія дітей у грі; взаємовідношення гравців команд-суперників і облік позитивного перенесення рухового вміння від баскетболу до гандболу і футболу.

3. Розроблена методика використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку включає цільовий, процесуально-діяльнісний і критеріально-оцінний компоненти.

Особливостями експериментальної методики є:

- орієнтація на вимоги Федерального державного освітнього стандарту дошкільної освіти до забезпечення особистісного розвитку та інтеграції основних напрямків розвитку дошкільника (освітніх областей);

- використання доступних для дітей 6-7 років коштів спортивних ігор (без елементів, пов'язаних з протидією суперників в боротьбі за м'яч), що забезпечують освоєння елементарних технічних прийомів в баскетболі, гандболі та футболі, формування вміння працювати за правилами, розуміти партнера по грі і працювати в колективі;

- облік позитивного перенесення рухових умінь гри в баскетбол, гандбол і футбол.

4. В ході педагогічного експерименту встановлено ефективність авторської методики використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дошкільників. Вона висловилася в більш високому прирості результатів експериментальної групи в порівнянні з контрольною за показниками фізичної підготовленості при достовірній різниці результатів:

- у розвитку швидкісних здібностей (в бігу на 30 м, і 10 м з ходу) різниця результатів в експериментальній і контрольній групах на заключному етапі експерименту склала 7,2% і 5,5% при  $p < 0,01$ ;

- у розвитку силових здібностей (в тесті «динамометрія кистей рук») середньо-груповий результат в експериментальній групі після закінчення експерименту

перевершував аналогічний показник контрольної групи на 9,0% ( $p < 0,05$ );

- у розвитку координаційних здібностей в експериментальній групі показники тесту «човниковий біг 3x5 м» перевершують результати, показані дітьми контрольної групи на 4,1% ( $p < 0,05$ );

- в розвитку швидко-силових здібностей (в стрибках в довжину з місця) на завершальному етапі експерименту середньо-груповий результат експериментальної групи дітей перевершував аналогічний показник контрольної на 3,6% ( $p < 0,05$ ), а в метанні малого м'яча - на 10,0% ( $p < 0,01$ ).

Практична реалізація експериментальної методики дозволила поліпшити параметри соціально-психологічного розвитку особистості дошкільнят при достовірному перевагу результатів експериментальної групи над контрольною:

- вміння діяти за правилами (показник, що характеризує можливість дітей виконувати не тільки безпосередні вказівки дорослого, але і продовжувати завдання самостійно, перевершував аналогічний, показаний дітьми контрольної групи, на 6,5% ( $p < 0,01$ )).

## АНОТАЦІЇ

**П. І. П. Розробка інтегральних програм для підвищення фізичного рівня дітей дошкільного віку з використанням засобів спортивних ігор.** – На правах рукопису.

Дипломна робота на здобуття кваліфікації магістра за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт». – Назва закладу, Місто, 2020.

Магістерська робота присвячена питанню розробки і обґрунтування методики використання командних спортивних ігор спрямованих на підвищення рівня фізичного та соціально-психологічного розвитку дітей старшого дошкільного віку. В процесі досліджень виявлено передумови успішного використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дошкільників: вікові особливості дошкільників, їх орієнтація на ігрову діяльність; можливості командних спортивних ігор для фізичного і соціально-особистісного розвитку дітей; встановлений недостатній рівень фізичної підготовленості і соціально-психологічного розвитку

дошкільників 6-7 років. Визначено та систематизовано доступні для дітей старшого дошкільного віку кошти командних спортивних ігор (баскетбол, гандбол, футбол) з виключенням елементів, пов'язаних з протидією суперників в боротьбі за м'яч. Теоретично розроблена і обґрунтована експериментальна методика використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку, спрямована на підвищення рівня їх фізичної підготовленості та поліпшення показників соціально-психологічного розвитку. Отримані нові об'єктивні дані про рівень фізичної підготовленості старших дошкільників і показниках їх соціально-психологічного розвитку в рамках реалізації методики використання командних спортивних ігор в фізичному вихованні.

**Ключові слова:** інтегральні програми, засоби спортивних ігор, діти дошкільного віку, підвищення фізичного рівня.