УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ПАВЛА ТИЧИНИ
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ЕКОНОМІЧНОЇ ОСВІТИ
КАФЕДРА СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР І ЗАБАВ

ЛЕКЦІЇ

80-річчю від дня заснування
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ



УМАНЬ – 2010

УДК 75.55 р 30
ББК 796 (075)
Т 32

Рецензенти:

Пащенко Д. І. – доктор педагогічних наук, професор, завкафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

Зубалій М. Д. – кандидат педагогічних наук, заслужений працівник фізичної культури і спорту, завідувач лабораторії фізичного виховання ІПВ АПН України

Безверхня Г. В. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, декан факультету фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

Рекомендований до друку факультетом фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
(протокол № 1 від 30 серпня 2010 р.)

Рекомендовані до друку кафедрою спортивних дисциплін Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
(протокол № 1 від 27 серпня 2010 р.)

Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав (лекції) : методичні рекомендації / Укл.: **З.М. Діхтяренко** – Умань, 2010. – 122 с.

Автором упорядковані лекції для студентів вищих навчальних закладів зі спеціальності ”Фізичне виховання”; психолого-педагогічна схема аналізу проведення уроку з рухливими іграми; схема спостережень за рухливою грою; зразки написання гри, плану-конспекту уроку фізичної культури з теми: “Рухливі та народні рухливі ігри”; тематика рефератів для самостійного опрацювання дисципліни “Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав”; короткий психолого-педагогічний словник найбільш вживаних термінів.

УДК 75.55 р 30
ББК 796 (075)
© Діхтяренко З. М., 2010

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Мета та завдання дисципліни

Програма з теорії і методики викладання рухливих ігор і забав – керівний та робочий документ на підставі якого викладач планує і проводить навчальний процес.

Одним із основних завдань держави у галузі освіти є турбота про здоров'я нації, виховання фізично загартованого підростаючого покоління. Цим зумовлена необхідність посилення виховної роботи у загальноосвітніх, професійно-технічних та вищих навчальних закладах України й обґрунтування ефективних методик навчання та виховання учнів, студентів здатних наполегливо навчатися та займатися фізичною культурою.

Основні підходи до зміцнення здоров'я в учнів, у студентів через ігри, загартування тощо окреслено у Державній національній програмі "Освіта" (Україна XXI століття), Законі України "Про фізичну культуру і спорт", Національній доктрині розвитку освіти України у XXI столітті, Державному стандарті базової і повної загальної середньої освіти, Державній програмі розвитку фізичної культури та спорту на 2007-2011 роки.

Суспільство кінця XX початку XXI ст. характеризується негативним впливом засобів масової інформації на фізичне, розумове, психічне, соціальне, емоційне, особистісне й духовне здоров'я молодшого школяра. Це призводить до того, що поведінка більшості дітей відзначається підвищеною нервозністю, надмірною вразливістю, емоційною неврівноваженістю, гарячковістю. Логічним поясненням цьому є те, що значна частина їх не має можливості відвідувати спортивні клуби за інтересами, гуртки, секції, оскільки вони майже всі платні. У вільний час вони часто попадають під вплив вулиці з її жорстокими законами. Саме вулиця навчає агресії, що несе негативну інформацію для нормального розвитку дитини. З іншого погляду, функціонально-емоційний стан молодших школярів погіршується у зв'язку зі зниженням опорної здатності дитячого організму до захворювань. Відомо, що ігрова діяльність – важливий засіб подолання негативних тенденцій, що склалися у сучасному суспільстві.

До початку XX століття у науці виділено два підходи до керівництва ігровою діяльністю: стихійний і педагогічно

упорядкований. Тривалий час соціокультурна регуляція ігрової діяльності здійснювалася інтуїтивно та безсистемно, що послужило поштовхом до розгортання наукових досліджень. На початок XXI століття ігрова діяльність стає об'єктом вивчення науковців, педагогів, психологів, філософів та вчених інших галузей, які прагнули дослідити її історичне походження.

Гра – один з видів діяльності дітей дошкільного віку, а також для школярів, хоча пріоритетним у 6-7 років життя кожної дитини – стає навчання. Рухлива гра є різновидом ігор. Як явище багатогранне, її можна розглядати як особливу форму існування усіх, без винятку, сторін життєдіяльності колективу. Велику роль відіграє гра у розвитку й вихованні, становлення особистості школяра, вона виступає своєрідним і незамінним засобом у самовихованні, самонавчанні, самопізнанні та самореалізації кожного. Виховання у школярів, студентів стійкого інтересу до рухливих ігор є важливою передумовою забезпечення їхнього фізичного розвитку, вдосконалення не тільки фізичних сил, а й морально-вольових якостей.

Метою курсу "Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав" передбачено вивчення студентами факультету фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини теорії і методики викладання рухливих ігор і забав; опанування технікою виконання основних рухових дій; набуття необхідних знань, умінь та навичок у проведені та аналізу рухливих ігор і забав у навчальній, позакласній роботі з фізичного виховання у школі, оздоровчих таборах, за місцем мешкання; оволодіння сучасними методами дослідження та впровадження їх у практичну діяльність; творчо використовувати набуті знання з навчальною та виховною метою у подальшій роботі.

Завдання курсу:

1. Оволодінні студентами завданнями, змістом та основними поняттями всіх складових навчальної дисципліни.
2. Вихованні стійкого інтересу до навчальної дисципліни.
3. Навчанні підбирати ігри для уроків із визначеною темою, враховуючи вікові особливості школярів, їхню підготовленість та умови проведення.

4. Бажанні наполегливо вивчити та вміло використовувати у подальшій роботі теоретичні й практичні знання, вміння, навички з даного курсу.
5. Навчанні складати конспекти ігор на уроці, ігрових уроків, спортивних свят, змагань тощо та самостійно проводити різноманітні ігри для різних класів.
6. Розвитку навички у студентів щодо систематичної підготовки місця для проведення ігор, необхідного інвентарю та обладнання.
7. Навчанні організовувати гравців для проведення гри, керування процесом гри, підводити позитивні та заохочувальні підсумки.
8. Оволодінні студентами вміннями спостерігати за грою та схематично підводити підсумки з власними побажаннями та рекомендаціями.
9. Навчанні аналізувати проведення ігор іншими студентами.
10. Навчанні проводити та судити змагання з рухливих ігор, естафет.
11. Здобуті знання з курсу “Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав” застосовувати для зміцнення фізичного, психічного, емоційного та духовного здоров’я школярів.
12. Особистому усвідомленні та переконання у необхідності реалізувати власні знання з даного курсу для загартування та зміцнення підростаючого покоління через національні забави тощо.

Методи навчання: конспект лекцій, практичні та семінарські заняття, самостійна, лабораторна та індивідуальна робота.

На ***лекціях*** подається найважливіший програмовий матеріал з курсу “Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав”; даються загальні та індивідуальні вказівки; визначається напрямок для самостійного, індивідуального, більш докладного, вивчення курсу; висвітлюється новий матеріал, який не вміщений у посібниках та підручниках.

На ***практичних*** заняттях студенти оволодівають технікою рухових дій, відповідних рухливих ігор; набувають знання та початкові вміння з методики викладання. Під час демонстрації практичних вмінь та навичок, звертається увага на: техніку безпеки під час проведення рухливих ігор і забав; вплив рухливих ігор і забав на функціональний стан організму школярів, студентів.

На ***семінарських*** заняттях поглиблюються і деталізуються окремі найважливіші питання теоретичного розділу та перевіряються знання студентів.

Самостійна робота студентів передбачає вивчення окремих питань з курсу "Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав", виконання домашніх завдань у формі письмових робіт, написання конспектів та рефератів.

На ***лабораторних*** заняттях закріплюються знання студентів з теоретичного та практичного розділів у письмовій формі (н-д: розпис гри із схематичним малюнком; тестування студентів).

Індивідуальна робота передбачає вивчення питань з курсу "Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав"; періодичне відвідування лекцій, практичних і семінарських занять; виконання завдань у формі письмових робіт; написання конспектів та рефератів.

ІНДЗ – доповіді на конференціях; публікації статей.

Первірка знань студентів проводиться на протязі всього періоду вивчення предмету.

Тема І:
“Основні поняття про ігри“

План

1. Виникнення та розвиток гри:
   1.1. Ігри у родовому та рабовласницькому суспільстві
   1.2. Роль гри у Стародавній Греції та Римі
   1.3. Місце гри у середні віки та новий час
   1.4. Розвиток гри на межі XIX – XX століть
   1.5. Дослідження рухливих та українських народних рухливих ігор у кінці XX та на початку XXI століть
2. Поняття “гра”, “ігрова діяльність”, “рухлива гра”, “українські народні рухливі ігри”
3. Педагогічна класифікація рухливих та українських народних рухливих ігор:
   3.1. Класифікація ігор за І. Боберським, Л.В. Билеєвою та І.М. Коротковим, Е.С. Вільчковським, К. Гроссом, Д.А. Колоццою, Е. Клапаредом, Е.А. Покровським, С.Ф. Русовою та ін.
   3.2. Класифікація рухливих ігор за С.М. Мудриком
   3.3. Класифікація українських народних рухливих ігор за А.Я. Вольчинським, Г.В. Довженок, О.В. Кенеман, Н.В. Кудикіною, М.Г. Стельмаховичем, А.В. Цьосьом та ін.
4. Функції гри
5. Структура гри

1. ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТОК ГРИ

Засновником теорії гри вважають німецького філософа Шіллера, послідовниками якого були К. Бюхер і К. Гросс (Німеччина), Г. Спенсер (Англія) і Летурно (Франція).

1.1. Ігри у родовому та рабовласницькому суспільстві

Уперше ігри з'явилися у родовому суспільстві.

Діти первісних австралійців з раннього віку вправлялися у стрільбі з лука, метанні різних предметів, грі з м'ячем, ходили разом із дорослими на полювання й риболовлю тощо.

У первісних народів Америки (індіанців, ескімосів та ін.) відомими були ігри, які пов'язані з киданням м'яча в ціль, бігом на великі дистанції, підніманням каміння, плаванням, перегонами на човнах…

Первісні племена Африки широко використовували у вихованні дітей, підлітків та юнаків фехтування на палицях, боротьбу, ігри з бігом і стрибками, стрільбу з лука, метання списа, вправи з розкачуванням на ліанах з наступними стрибками.

Розповсюдженими, особливо серед землеробських племен, вважалися рухливі ігри з використанням різних видів вправ та залученням великої кількості учасників, вони проводилися упродовж декількох днів. Колективний досвід, допомога, систематичне спілкування сприяли виникненню колективних ігор.

У багатьох народів існував обряд – ініціації (посвячення). Так, в Україні період Козацької доби, такі посвячення мали місце при переході з однієї вікової групи до іншої, при прийомі у рід або плем'я. Мета обряду – ввести людину в товариство повноправних членів роду, підготувати її до цього фізично та морально.

У родовому суспільстві зародилися відмінності у вихованні хлопчиків і дівчаток, що знайшло відображення в іграх. Перші грали в мисливські та військові ігри, а другі займалися танцями, вправами, іграми, які відображали побут і працю жінки. Поступово ігри перетворилися у важливий засіб виховання підростаючого покоління.

Як зазначають дослідники, ігри в період розпаду первісного суспільства набували військової орієнтації. Це було пов'язано з розповсюдженням металевого знаряддя, яке використовувалося у землеробстві, ремеслах; індивідуальної власності тощо. Свій авторитет і владу знать нерідко зміцнювала кращою військово-фізичною підготовленістю та перемогами в іграх і змаганнях. Рядові члени племені та роду все більше усувалися від участі в суспільному житті, а їх долею стали важка праця та обслуговування аристократії.

Рабовласницьке суспільство виникло у IV-III тис. до н.е.

У стародавній Месопотамії насамперед цінилися витривалість, сила, наполегливість, загартованість людей, воїнів, а подвиги оспівувалися в епічних піснях.

У Вавилоні свідчать теракотові зображення стрільби з лука, кулачного бою та змагань на колісницях. В Ассирійській державі поширеними були плавання, фехтування на мечах і метання списа, у Персії – боротьба, біг, верхова їзда, метання списа, стрільба з лука, рухливі ігри індійського походження.

У Стародавньому Єгипті в епоху Стародавнього царства (XXVIII-XXVII ст. до н.е.) основними засобами фізичного виховання були: боротьба, акробатичні вправи, біг, стрибки, метання, плавання, пірнання, стрільба з лука, підняття ваги та ігри (їзда верхи на людях, утримання рівноваги, перетягування один одного, спеціальні стрибки вгору тощо); у Середньому царстві (XXI-XVIII ст.до н.е.) – ігри з м'ячем, боротьба, змагання, які керуються суддями; у Новому царстві (XVI-XI ст.до н.е.) та Пізньому періоді (VII-VI ст.до н.е.) – ігри військового походження: їзда на колісницях, верхова їзда, стрільба з лука, кулачні бої.

Стародавня Індія надавала перевагу верховій їзді, фехтуванню на мечах, перегонам на колісницях, стрільбі з лука, іграм з м'ячем і палицею, самообороні без зброї. Давні індіанці володіли оздоровчою гімнастикою та масажем.

У Стародавньому Китаї в 2398 р. до н.е. була написана книга "Кунфу", яка містила систематизовані рухливі ігри, інформацію про лікувальну гімнастику, знеболюючий масаж, ритмічні та бойові танці. Давні китайці проводили змагання на колісницях, зі стрільби з лука, метання списа; організовували полювання, рукопашний бій без зброї. У XI-III ст. до н.е. грали у гру "чжу ке" (сучасний футбол).

У Стародавньому Сході жінкам в іграх не відводилося ніякої ролі.

1.2. Роль гри у Стародавній Греції та Римі

Про ігри та заняття фізичними вправами у героїчній Греції дізнаємося зі стародавніх літературних джерел: поеми Гомера "Іліада" (описані змагання з боротьби, кулачного бою, бігу, перегонів на колісницях, метання списа, стрільби з лука у ціль), "Одісея" (ігри-змагання з бігу, боротьби, метання диску, стрибків).

У Стародавній Греції фізична культура досягла найвищого розквіту у VIII-IV ст. до н.е. під час розквіту рабовласницьких відносин. Жінки-гречанки повинні були серйозно турбуватися про свій тілесний та духовний розвиток, щоб дарувати державі фізично здорове покоління (у Спарті слабких дітей скидали з обриву гірського хребта Тайгету, бо такі діти не потрібні ні матері, ні державі). У Спарті військовозобов'язаними були чоловіки віці 20-60 років. До 7 років хлопчики жили з батьками (грали в рухливі ігри); від 7 до 14 років – в інтернаті (училися бігати, метати, стрибати, боротися тощо); у 15-18 років займалися фізичною підготовкою та допомагали у фізичному вихованні менших; у 20 років зараховувалися до загонів ефебів (складова частина війська); з 30 років і до старості – військова служба. Спартанський цар Агезілай не соромився їздити з дітьми на лозі верхи.

В Афінах – фізичне виховання поєднувалося з моральним, розумовим, естетичним; воно передбачало розвиток сили, наполегливості, рішучості. До 7 років діти виховувалися у сім'ї – під наглядом раба або рабині-педагога грали в рухливі ігри; з 7 до 16 років юнаки перебували у державній або приватній школі, дівчата – вдома; з 16 років навчання проводилось у гімназії; з 18–20 років юнаки відвідували державну військову організацію – ефебію, а потім самостійно піклувалися про своє здоров'я. Афіняни вміли: фехтувати, стріляти з лука, метати спис, їздити верхи, на колісниці, плавати тощо.

У Стародавній Греції ігри складали розділ гімнастики. Вони передбачали вправи з м'ячем, палицею, колесом, кулею, змагання по перетягуванню каната, метання тощо. Тут уперше зароджується педагогічна теорія фізичного виховання. У публічних виступах і творах філософи – Аристотель, Демокріт, Платон, Сократ – висловлювали думку про необхідність фізичного навантаження

для зміцнення здоров'я. За словами Платона, гімнастика є цілющою частиною медицини.

Продовжувачем ідей Платона став його учень Аристотель, вихователь Олександра Македонського.

У Стародавньому Римі імператор Август в 31 р. до н.е. заснував Акційні ігри з широкою програмою. Вони проводилися до падіння Римської імперії. Публічні ігри організовувалися з нагоди релігійних свят: на честь бога Юпітера, на честь Аполлона, ігри Великої Матері. До кінця I ст. до н.е. ігри відбувалися 65 днів на рік, в I ст. до н.е. – 88 днів, в II ст. до н.е. – 135 днів, в IV ст. до н.е. – 176 днів. Імператор Август побудував у Римі для проведення ігор спеціальний стадіон на Марсовому полі, який вміщував 15000 глядачів. У творах Ювенала вперше зустрічається вислів, який набув популярності в усьому світі: "У здоровому тілі – здоровий дух".

1.3. Місце гри у середні віки та новий час

В епоху середньовіччя, коли виникає феодалізм, у європейських країнах популярним був футбол (Франція, Англія). Діти грають рухливі ігри вдома. Великого розмаху набули публічні свята, під час яких проводилися ігри з м'ячем, бойові змагання з бігу, стрільба з лука, їзда верхи, фехтування (Німеччина, Ірландія, Італія); проводилися народні ігри з м'ячем, кулями, кеглями, метали жердини, каміння та молот (Шотландія, Швейцарія). Рухливі ігри сприяли зародженню науково-методичної думки. У своїх працях учені-гуманісти переконують, що рухливі ігри позитивно впливають на фізичний та інтелектуальний розвиток дитини.

Вітторіо да Фельтре, директор школи "Будинок радості" в Мантуе, заперечував тілесне покарання. У його школі були: ігри з м'ячем, боротьба, фехтування, змагання з бігу, стрільба з лука, плавання, верхова їзда, стрибки тощо".

Автор роману Франсуа Рабле "Гаргантюа і Пантагрюель" описав два принципи суспільного виховання і вперше згадав про рухливу гру "Лапта".

Іеронім Меркуліаліс, автор твору “Мистецтво гімнастики”, рекомендував для підтримки доброго фізичного стану різні види рухової активності, оскільки вони приносять користь людському організму, а рухливі ігри сприяють стрункості.

У творі Ричарда Малкастера “Дослідження усіх обставин, обов’язкових у справі навчання дитини, чи йде мова про виховання Духа або тіла” описані народні англійські ігри.

Книга Мішеля Монтеля “Досліди” (1580) містить ігри та вправи, які є сприяють навчанню: бігові, боротьби, танців, полювання, верхової їзди, фехтування.

Чеський педагог-гуманіст, мислитель Я.А. Коменський, автор праць “Велика дидактика”, “Світ чуттєвих речей у малюнках”, “Материнська школа”. Мислитель удавався до порівняння тіла дерева, яке потребує сильних рухів, з людським тілом, якому потрібні серйозні ігри.

Новий час – епоха ренесансу і гуманізму (XVII-XVIII ст.) принесла відродження ігрового елементу в житті людей та у вихованні дітей.

Англійський філософ, педагог та просвітитель Джон Локк писав: “Здоровий дух у здоровому тілі – ось короткий, але повний опис щасливого стану у цьому світі”. Теоретичні обґрунтування необхідності виховання здорового та щасливого підростаючого покоління сприяли введенню у навчальний процес Англії занять із фізичного виховання.

Французький педагог, філософ, композитор та просвітитель Ж.Ж. Руссо, автор творів “Еміль, або Про виховання”, “Листи про мораль наполягав на тому, щоб діти грали тільки колективні ігри під наглядом дорослих, переслідуючи єдину ціль, що збуджує дух суперника і дух змагання.

Послідовником педагогічних ідей Ж.Ж. Руссо був Й.Г. Песталоцці, швейцарський педагог, теоретик народної школи, автор творів “Лінгард і Гертруда”, “Як Гертруда вчить своїх дітей”, “Лебедина пісня”, “Елементарна гімнастика”. Він виступав за необхідність поєднання трудового і фізичного виховання, за можливість навчатися граючись.

Німецький педагог Вільгельм Август Лай вбачав у грі дитини природжені рефлекси, реакції та інстинкти, що ведуть до

успішного самовиховання – це повинно стати основою і вихідним пунктом усього виховання. Це біологічна сторона виховання. На його думку, дитина прагне до діяльності, її самоосвіта у грі є не що інше, як діяльність. Завдяки діяльності розвиваються фізичні та духовні сили.

1.4. Розвиток гри на межі XIX-XX століть

Філософи кінця XIX століття стверджували, що в житті суспільства **"**гра старіша за працю", а "праця є дитиною гри". Ці погляди знайшли підтримку у багатьох сучасних філософів, соціологів та істориків (К. Дім, Бюхер, К. Гросс, В. Кребе (Німеччина), Б. Жиллет (Франція), С. Холл та ін.). Існують й інші думки. Так, Г.В. Плеханов стверджує, що гра є дитиною праці і праця є настільки старша за гру, наскільки батьки старші за дітей, а суспільство – за своїх окремих членів. "Дитя гри, – писав В. Амент, – мистецтво".

Організатора першого у Німеччині дитячого садка – Фрідріх Фребель – у якому гра була важливою складовою частини виховання, вважають засновником "школи гри". Він говорив, що кожний міцний і самостійний рух дитини, всього її тіла чи частини, дає відчуття радості через відчуття сили. Ф. Фребель першою дитячою грою вважав *хоровод*.

Під грою, Зігмунд Фрейд, розумів "велику культурну роботу дитини над собою", яка передбачає відмову від задоволення власних потреб. За словами З. Фрейда діти повторюють у грі все те, що має для них велике значення. Ігри підпорядковані бажанню дітей – стати дорослими і робити так, як це роблять дорослі.

Учені К. Бюхер і К. Гросс, Г. Спенсер й Летурно стверджували, що трудові процеси та ігри виникли з ігор тварин: спочатку стародавня людина спостерігала за іграми тварин, згодом переймала ігрові рухи та застосовувала їх у своїх іграх. Людина, як і тварина, грається тому, що у неї є надлишок сил. Г. Спенсер стверджував, що гра – мистецтво застосування енергії, яка розтрачується на уявні дії, якщо її не використати.

Учення Ч. Дарвіна та теорія К. Гросса стали основою для концепцій ігрової діяльності Е.А. Аркіна, Г. Джонсона, Дж. Селлі,

Е. Канта, Е. Клапареда, В. Штерна, К. Бюхера, Ж. Піаже, І.О. Сікорського та ін.

Звернув увагу Е. Кант на те, що в іграх, наприклад, палиця замінює коня (на цю функцію гри також звертав Л.С. Виготський); багато ігор (жмурки) було відомо ще грекам. Згодом вони відмовляються від інших речей і поступово привчаються обходитися без чогось більшого.

Визначає та описує Едуард Клапаред чотири теорії гри: 1) теорія відпочинку; 2) теорія надлишку енергії; 3) теорія атавізму (закон Геккеля); 4) теорія підготовчої вправи. Він пише, що зацікавленість і гра повинні лежати в основі будь-якого виховання.

Теорію ігрової діяльності, відомої під назвою "теорії двох світів", розробив Ж. Піаже. Визначальним у запропонованій теорії є боротьба двох тенденцій – егоцентричної природи дитини, з одного боку, і примусової соціалізації всіх форм її життя дорослими, з іншого.

"Якщо гра розумно організована, – зазначав вітчизняний учений І.А. Сікорський, – вона викликає інтерес, даючи поштовх таємничій процедурі згадування і впровадження цілої серії припущених думок і образів, які бажано визвати у розумі дитини". Він вважає, що цінність гри у розумовому розвитку. Гра – це школа суджень і думок; творча сила і фантазія, яка проявляється у ній, це не байдужа перехідна сходинка для її розумового розвитку**…**

Кінець XIX та початок XX століття – період глибокого і безпомилкового осмислення стрімкого розвитку різних наук, які намагаються описати певні явища у різних аспектах. Однак, у цей час намітилися суперечливі тенденції між психолого-педагогічними теоріями, згідно з якими гра розглядалася як інстинктивна діяльність дитини, і педагогічною практикою, що вбачала в грі спосіб розвитку дитячої особистості. Біологічне розуміння ігрової діяльності не дозволяло цілеспрямовано керувати нею у педагогічному процесі.

Теоретично обґрунтовуючи суть гри, К.Д. Ушинський звертає увагу на те, що гра для дитини – не гра, а дійсність, яка значно цікавіша за ту, що її оточує. Усе цікаве є зрозумілим, а усе зрозуміле – це власний витвір дитини. У грі дитина живе, і сліди цього життя глибші, ніж сліди справжнього життя, у яке вона не може ще увійти за складністю його явищ та інтересів; вона пробує свої сили і самостійно керує своїми ж витворами. Гра тому і є грою, що вона самостійна для

дитини; будь-яке втручання дорослого в гру позбавляє її реальної формуючої сили".

Методи виховання Марії Монтессорі викликають інтерес фахівців із різних країн. Ігрова діяльність, яка входила в орієнтовний розклад "Будинку дитини", передбачала: виховання дітей через фізичні вправи, враховуючи вікову категорію; опосередкований вплив педагога на самостійну діяльність кожної дитини тощо.

Відомий теоретик Г. Спенсер у своїй книзі "Воспитание умственное, нравственное и физическое" пише, що в Англії дітям загальних і приватних шкіл відводиться зручне місце для ігор. Чотири рази на день усі хлопчики граються (наприклад, їздять один на одному), що дуже добре впливає на їхнє здоров'я. Дівчатка навчаються у "Закладі для молодих леді", і їм не дозволяється грати у галасливі ігри (галаслива гра вважається кримінальним злочином) щоб не набути через них дурних манер.

У 1909 р. опубліковано ґрунтовне дослідження Д.А. Колоцца "Детские игры", у якому систематизовано думки, погляди видатних філософів, педагогів і психологів щодо гри: Бена, К. Гросса, Е. Канта, Неккер де-Соссюр, Моссо, Жана Поля, Г. Спенсера, Форнари, Фребеля, Шабреля, Шіллера, Штеллера та ін. Перевіряючи теорію "надлишку сил у грі", Д.А. Колоцца робить висновок, що чим більший запас сил у народу, тим більшого розповсюдження і розвитку досягає гра. Приводити цю силу у дію – значить грати, тому що гра в усіх своїх проявах являє собою еквівалент відомого надлишку сил".

Відомий спеціаліст у галузях анатомії, антропології, педагогіки, П.Ф. Лесгафт, розробив оригінальну систему фізичного виховання у Росії (у якій чільне місце займають рухливі ігри). Він писав, що "гра – це вправа у діях, які використовуються у житті; ігри мають поступово ускладнюватися, відповідати вмінням дітей і викликати почуття задоволення. Дитина завжди є дзеркалом середовища; через ігри вона засвоює всі звички й обряди свого середовища, сприймаючи все, що часто бачить і пізнає від інших". Ці положення знаходять відображення у роботах вітчизняних педагогів: (А.І. Бикової, С.Я. Лайзане, Л.І. Михайлової, Т.І. Осокіної, Є.А. Тімофеєвої та ін.), які сприяли у розробці методики проведення ігор серед дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.

Дослідження П.Ф. Лесгафта про рухливі ігри продовжили в своїх працях Є.А. Аркін і В.В. Гориневський – лікарі-гігієністи.

Найбільшого поширення набуло психолого-педагогічне обґрунтування ігрової діяльності у XX столітті. У дослідженнях цього періоду розкрито питання історичного походження гри, розуміння її соціальної сутності та психологічного механізму діяльності дитини. Категорія "діяльності" була виділена як провідна серед детермінантів психічного розвитку дитини. Вона започаткована відомими психологами – Б.Г. Ананьєвим, П.П. Блонським, Л.С. Виготським, Д.Б. Ельконіним, О.В. Запорожцем, В.В. Зеньківським, Г.С. Костюком, О.М. Леонтьєвим, Г.О. Люблінською, С.Л. Рубінштейном, С.Ф. Русовою, Ф. Фребельом, А.В. Черковим та ін. і має глобальне значення для розвитку теорії ігрової діяльності.

У Росії ігрову діяльність з психолого-педагогічного погляду досліджував П.П. Блонський. Учений вивчав поведінку дитини у грі та вплив на неї соціального середовища. В організації навчально-виховного процесу школи гра та праця, зазначав П.П. Блонський, повинні займати першорядне місце, адже гра сприяє самовизначенню, вихованню, організації власного життя.

Обґрунтовуючи теорію гри, Л.С. Виготський описує теорії різних учених та звертає увагу на гру людей і тварин: "Гра є звичайною школою тварин". Вчений експериментально довів, що кожний віковий період життя тісно пов'язаний з ігровою діяльністю дитини, яка проходить поза реальним сприйняттям – у вигаданій ситуації. Через знаки (мову) дитина вчиться спілкуватися у грі з іншими. Але у грі і у мові їй чуже усвідомлення умовності, довільності поєднання знаку і значення. Для того, щоб бути знаком речі, слово повинно мати опору у якості визначеного об'єкту. Не "все може бути усім" у грі. Учений зазначив, що кожний етап розвитку суспільства впливає на культурно-історичний характер розвитку особистості, а гра є основним шляхом культурного розвитку дитини і її знакової діяльності. Знакові операції – результат складного процесу розвитку. Через гру дитина стає особистістю.

Гра, на думку В.В. Зеньківського, є першим кроком у дитинство; важливим чинником буття дитини; вона має великий вплив на її психічне життя: „Таємниця дитячої душі не така поверхова, як це нам часто здається; чим глибше входимо у

вивчення дитячих ігор, тим ясніше виступає перед нами роль індивідуальності в іграх, інтимний зв'язок ігор з життям, почуттями і задумами дитини". За словами дослідника з 5-ти років починається "друге" дитинство, яке можна назвати "героїчним періодом": у цей час у дитячій душі народжуються "програми" майбутнього життя, вибудовуються плани. У грі з'являється фабула, що є душею гри, її психічним центром – у ній розкриваються й усвідомлюються почуття.

Видатний психолог С.Л. Рубінштейн стверджує, що гра пов'язана з діяльністю певного виду: у тварин – з основними формами інстинктивної життєдіяльності, за допомогою яких підтримується існування; а у людини – з трудовою діяльністю (з цим висновком погоджується і Г.В. Плеханов). На думку психолога, у грі формується дитяча психіка. "Дитина грає тому, що розвивається, і розвивається тому, що грає. Гра – практика розвитку".

Проблему ігрової діяльності намагався вирішити Е.А. Покровський, який намагається по-своєму кваліфікувати терміни "гра" та "дитяча гра"; торкається питань розвитку гри у формах наслідування, експерименту, аналізу, творчості тощо; описує ігри древніх народів; з'ясовує значення гри у зв'язку з етнографією, археологією, антропологією, фізіологією, психологією, педагогікою та гігієною; обґрунтовує позитивний вплив вправ на розвиток дитячого організму тощо.

У книзі "Руханка гри – забава" Е. Жарський подає перелік і описує найрізноманітніші дитячі ігри: "Двобій півників", "Живий обруч", "Китиця", "Кіт і миш", "Княжі гінці", "Кочений м'ячик", "Перетягання линвою", "Стонога", "Третяк", "Яструб" тощо.

У своїй праці "Історія й теорія руханки" Т. Франко розробив спробу диференціювати поняття "гра" та "забава". На його думку, різниця між забавами й іграми полягає у тому, що останні важкіші, у них обов'язково хтось виграє, тоді як у забаві немає переможців і переможених.

Намагання описати гру як метод навчання і виховання учнів різних вікових категорій знаходимо у науковій спадщині видатних педагогів, які працювали в історично та соціально різних умовах – Ш.О. Амонашвілі, Н.К. Крупська, А.С. Макаренко, С.Ф. Русова, В.О. Сухомлинський та ін. Вони дійшли висновку про виняткову

цінність гри для дитини і про необхідність її цілеспрямованого використання. У працях учених ідея керівництва грою у навчально-виховній роботі набула стартового теоретичного обґрунтування.

Як відомо, через гру педагог Ш.О. Амонашвілі використовував різні методи та прийоми впливу на колектив, на кожну особистість, обираючи найкращі шляхи реалізації задуманого. З цього приводу практик і теоретик писав: ”Прагнучи пізнати таємницю дитячої душі, педагогічної майстерності та науки Педагогіки, буду бачити в кожній дитині свого вчителя і вихователя“

Завдяки зусиллям Н.К. Крупської у навчально-виховний процес дошкільних і середніх загальноосвітніх закладів було введено ігри, оскільки, “кожна гра … вчить чого-небудь, а головне – дитина привчається до порядку, до праці, привчається не сваритися з товаришами і поступатися їм без примх і сліз… Гра здебільшого – наслідування”.

Немалий вплив на теорію і практику гри мали ідеї А.С. Макаренка. Досвід роботи з дітьми-правопорушниками переконав педагога у тому, що гра обов’язково повинна мати місце у дитячому колективі і її використання сприятиме вихованню школярів, їх позитивних емоцій. Гра відіграє важливе значення у дитячому житті: “Яка дитина в грі, така з багатьох поглядів вона буде в роботі, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається, насамперед, у грі”. Гра – багатофункціональний метод виховної роботи: вона виховує колективізм, творчість особистості, свідому дисципліну, організованість, розвиває інтелектуальні здібності, естетичні почуття, ініціативу, формує вміння долати труднощі, відповідально ставитися до своїх обов’язків, привчає людину до фізичних і психічних зусиль, які потрібні для роботи. Видатний педагог поставив питання керівництва ігровою діяльністю: “Педагог не може не грати. Не може бути педагога, який би не вмів грати… Але не можна грати сценічно, зовнішньо”.

Талановитий український педагог С.Ф. Русова у роздумах про нову школу соціального виховання звертає увагу на гру, через яку “дитина наче перевіряє свої переконання, враження, виявляє

свої нахили, фізичну силу, свою повну самосвідомість. …Гра дає розумові гнучкість, розвиває увагу, самостриманість і спритність”.

Видатний практик і теоретик В.О. Сухомлинський, який у своїх творах розкривав широкий спектр питань виховання і навчання дітей, не залишив поза увагою гру, – ту іскру, що захоплює вогник допитливості і любові до знань. За переконанням педагога-гуманіста, гра – найсерйозніша дитяча справа; через гру розкривається навколишній світ, творчі можливості особистості. Без неї не має повноцінного розумового розвитку. Гра – це величезне світле вікно, через яке у духовний світ дитини вливається життєдайний потік уявлень. Вона починається там, де є краса. Педагог, стверджуючи, що гра – це праця, застерігає про неможливість перетворення праці на гру. В.О. Сухомлинський велике значення надавав вихованню, однією з причин неспроможності педагогічних працівників перед складною дитиною вважав те, що їхня робота спрямована тільки на викорінення та попередження вад.

У розробці теорії педагогічного керівництва ігровою діяльністю дітей дошкільного і молодшого шкільного віку важливим є досвід відомих науковців у галузях дошкільної педагогіки і фізичного виховання, а саме: А.І. Аржанова (дитяче спілкування і колективна гра у психології), Л.В. Артемова (формування взаємовідносин дітей у грі, їхньої суспільної моральності); Р.Й. Жуковська (виховання дитини у грі); Б. Мчедлідзе (місце гри у педагогічному процесі дитячого садка); А.П. Усова (роль гри у вихованні дітей); Г.П. Щербовицький (методологічні зауваження до педагогічного дослідження гри) та ін.

1.5. Дослідження рухливих та українських народних рухливих ігор у кінці XX та на початку XXI століть

Кінець XX та початок XXI ст. – час змін у політиці, в освіті, яка по-новому почала підходити до розуміння ігрової діяльності з урахуванням напрацювань та досягнень педагогічної науки попередніх епох.

Відповідно до освітніх завдань науковці та методисти розробляють програми з фізичного виховання; контролю та оцінювання навчальних досягнень учнів початкових класів; концепції

підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні; наукові дослідження щодо методичного забезпечення навчально-виховного процесу школи (В.Г. Ареф'єв, І.Д. Бех, Т. Бойченко, А.Ф. Борисенко, О.М. Вавілова, Г.Г. Ващенко, В.М.Верхлін, Е.С. Вільчковський, Л.В. Волков, С.С. Волкова, А.Я. Вольчинський, С.І. Гальперін, Н.Ф. Денисенко, М.С. Дубовис, Г.А Єдинак, В.І. Завацький, М.Д. Зубалій, Я.П. Кодлюк, Г.С. Костюк, М.В. Кричфалуший, О.І. Курок**,** О. З. Леонов, В.В. Столітенко, Є.В. Столітенко, С.Ф. Цвек, Б.М. Шиян та ін.) у центрі уваги дослідників методика педагогічного керівництва ігровою діяльністю, застосування рухливих та народних ігор в усіх класах ЗОШ; дослідження ролі колективу у вихованні особистості школяра засобами гри; гра як педагогічний метод тощо.

У дослідженнях кінця ХХ ст. простежується тенденція вивчення ігор у поєднанні з молодшим шкільним віком, що пояснюється зміною провідних видів діяльності учнів початкової школи. Готуються до друку зошити та підручники з основ здоров'я і фізичної культури. У цей час з'являються наукові доробки, у яких об'єктом і предметом дослідження є рухливі та народні ігри, їх значення у житті дитини, види, зміст, методика розучування тощо (Г.М. Аксельруд, Н.В. Андрощук, Л.В. Билеєва, О.Л. Богініч, Г.А. Васильков, В.Г. Васильков, Е.С. Вільчковський, В.Ю. Володченко, В.В. Горбунов, Л.К. Грицюк, А.П. Демчишин, А.Б. Дзюбановський, М.С. Дубовис, І.С. Звізда, М.М. Звізда, Ю.І. Іванов, А.В. Кенеман, А.В. Кистяковской, О.В. Козуб, І.С. Колтакова, І.М. Коротков, О.Я. Кругляк, Н.П. Кругляк, Є.І. Михайлова, Т.І. Осокіна, В.І. Пепи, З.Н. Плечова, О.В. Поліщук, Є. Приступа, Н.О. Пустовіт, В.І. Семеренський, Н.П. Сивачук, І. Січовик, П.Г. Черемський, Л.Г. Шевцова, В.Г. Яковлев та ін.).

Серед наукових досліджень кінця ХХ ст. вирізняється робота О.Л. Кононко, у якій провідною є думка, що грі потрібно вчити, як і всьому іншому, і починати це потрібно з перших місяців появи дитини на світ; у перших дитячих іграх головним і необхідним учасником ще не один рік буде дорослий, який повинен грати ініціативно, творчо навіть тоді, коли йому цього не хочеться.

У 90-ті роки ХХ століття в історії педагогіки початкової школи введено поняття *народні* ігри. Науковцями розпочинаються дослідження ігрової діяльності у народознавчому аспекті (В.Г. Балушок, О.В. Бик, В.А. Коротєєва, А.М. Мудрик, О.С. Найден, Є.Н. Приступа, В.І. Семеренський, О.В. Слимаковський,

М.Г. Стельмахович, П.Г. Черемський). Відомі педагоги теж високо оцінювали ці ігри (Г.П. Ващенко, С.Ф. Русова, В.О. Сухомлинський, К.Д. Ушинський та інші).

А.В. Цьось писав, що вивчаючи історію будь – якого народу, практично неможливо залишити поза увагою ігрову діяльність людей, яка виконує важливі соціальні функції і є невіддільною складовою національної культури. Важливою, за його словами, є атрибутика українських народних ігор, тому він дає цінні рекомендації щодо її виготовлення.

Про можливість і необхідність використання українських народних ігор у навчально-виховному процесі говорить О.Л. Богініч. Вона пропонує врахувати тематику ігор, використовувати їх у різних природних умовах, за відповідною тематикою (у лузі – такі ігри "Віночок", "Подоляночка", біля водойми – "Міст", "Качки і рибалки" тощо); сезонно-обрядові ігри та Н.П. Сивачук – відповідно до сезону: перед святом Івана Купала розучувати з дітьми народну гру "Горю-буд", на Новий рік чи Різдво – народну гру "Калита", а також колядки і щедрівки з відповідними дійствами: навесні грати у гру – "Шум", "Кривий танок", улітку – "Хусточка", "Коза-дереза", восени – "Ходить гарбуз по городу", "У квача", а взимку – "Кіт і миші", "День і ніч". Радить перед грою розповідати про народні звичаї, легенди, повір'я, приповідки про історію походження гри та звичаю, послуговуватися різними жанрами усної народної творчості: загадками, закличками, лічилками, пісеньками, народною казкою тощо. "Невід'ємним компонентом календарних ігор, – писав А.В. Цьось, – було закликання добра, багатства та успіху у дім і родину".

Аналіз наукової літератури засвідчує, що педагогічне значення народних рухливих ігор пояснюється їх культурно-історичним походженням. Фізичні вправи та народні ігри були обов'язковими ще у традиційних культових дохристиянських обрядах та ритуалах, вони відігравали магічну роль (за дослідженнями А.В. Цьося.

В Україні збирання народних рухливих ігор започатковано у Х1Х ст. письменниками і діячами культури: Б. Грінченком, М. Грушевським, С. Русовою, Л. Українкою, П. Чубинським, Т. Франком.

Відома українська дослідниця дошкільного виховання Т.І. Піниманська, яка досліджувала особливості впливу гри на дитину з перших місяців її життя; робить висновки, що народні ігри мають важливе значення для морального виховання підростаючого покоління; правильне педагогічне керівництво ними розвиває особистість, створює сприятливі умови для взаємозбагачення дітей моральним досвідом.

Народні ігри пов'язані з культурою народу. Їхні образи створювали через народні казки про звірів, птахів, рослин тощо. Спільними для народних казок і ігор є образи-ролі кота, лисиці, мишей, ведмедя, вовка. Спільність образів – це ознака спільної фольклорної основи та спорідненого виховного впливу через ігри "У сірого вовка", "Вовк і лисичка", "Коза, коза – ме!", "Заїнько", "Бери коня" тощо (ці образи описані у народних легендах, традиціях та ритуалах). М.Г. Стельмахович у зв'язку з цим писав, що дитяча гра – один з основних видів діяльності дітей, спрямованої на практичне пізнання навколишніх предметів і явищ через відтворення дій та взаємин дорослих.

Досліджуючи народні ігри та забави Г.В. Воробей формує структурно-функціональну модель упровадження народного ігрового матеріалу у сучасну систему фізичного виховання школярів.

Детально у книгах О. Воропай, А.П. Пономарьов, В.Т. Скуратівський та ін. охарактеризували свята, їх ритуальність та прислів'я, які їх супроводжують; описали національне вбрання українців, житло, заняття, кухню, побут та ін.

На підставі вищеописаного можна погодитися з висновками С.Б. Мудрика, що національна специфіка рухливих ігор за народним календарем проявляється: у національній мові; у відтворенні психологічної особливості українського народу, його світобачення, моральних норм; у відображенні історії, культури, традицій, релігійних вірувань, звичаїв, громадського та побутового життя нації; у зв'язку рухливих ігор з національним фольклором; у любові до природи, до рідного краю, серед якого живе нація; у національній специфіці вираження загальнолюдських ідей добра та справедливості, суспільних інтересів тощо.

2. ПОНЯТТЯ “ГРА”, “ІГРОВА ДІЯЛЬНІСТЬ”, “РУХЛИВА ГРА”, “УКРАЇНСЬКІ НАРОДНІ РУХЛИВІ ІГРИ”

З метою з’ясування сутності понять “гра”, “ігрова діяльність”, “позакласна ігрова діяльність”, “українські народні ігри” звернемося до довідкових видань, щоб зрозуміти етимологію і значення слів-термінів.

Згідно етимологічного словника лексема *“гра”* старослов’янського походження, яке не має достовірної етимології; розвинулася з старослов’янського “jьgra” – іскра і давньоіндійського “aig” – різко рухатися; споріднене з старослов’янським “бавити” – замовляти, закликати; праслов’янським “baviti” – говорити, розповідати; індоєвропейським “bha” – говорити, розважати.

За українським педагогічним словником С.У. Гончаренка, *гра* – форма вільного самовияву людини, яка передбачає реальну відкритість світові можливого або розгортається у вигляді змагання і т.д.

По-різному тлумачать значення слова *“гра”* різні народи: у древніх греків – дія, яка притаманна дітям і виражається тим, що тепер називається “віддаватися хлопчатістю”; у євреїв – жарти та сміх; у римлян “Iodo” – радість, веселощі; по санскритськи “кляда” – гра, радість; у німців “spilan” – легкий плавний рух, на зразок руху маятника, який приносить задоволення; згодом усі європейські народи під грою розуміють, по-перше, неважку роботу, по-друге, роботу, від якої отримуєш утіху і радість.

За дослідженнями науковців-практиків Е.С. Вільчковського та В.І. Страшинського *“гра”* розглядається як історично сформоване соціальне явище, особливий вид діяльності людини, де творчо прямо або посередньо відбиваються явища навколишньої діяльності (праця і побут людей, імітація рухів тварин та ін.).

Гра – вид діяльності, мотив якої полягає не в її результатах, а в самому процесі. Значною мірою впливає на розвиток особистості, особливо у дитинстві.

Гра – це специфічна форма прояву дитячої активності в певному непродуктивному виді діяльності, спрямованому не на одержання результату, а на переживання задоволення від самого процесу.

За Г.О. Люблінською, основними *видами діяльності* є гра, навчання, праця. Ігри, у свою чергу, поділяються: рухливі (з правилами), дидактичні, ігри-драматизації, конструктивні. В.А. Крутенький, М.М. Фіцула звертають увагу на ці види діяльності.

В українському педагогічному словнику С.У. Гончаренка термін *"ігрова діяльність"* тлумачиться, як різновид активної діяльності дітей, у процесі якої вони оволодівають суспільними функціями, відносинами та рідною мовою як засобом спілкування між людьми. Довідкове видання подає також визначення позакласної роботи у школі.

У педагогічному словнику М.Д. Ярмаченка *ігрова діяльність* визначається, як форма діяльності в умовних ситуаціях, спрямована на відтворення та засвоєння суспільного досвіду, що фіксується у соціально закріплених засобах здійснення предметних дій…

Ігрова діяльність – форма діяльності в умовних ситуаціях, спрямована на відтворення та засвоєння суспільного досвіду, що фіксується в соціально закріплених заходах здійснення предметних дій. Ігрова діяльність є провідним типом діяльності дітей дошкільного віку.

Ігрова діяльність формує потребу дитини активно впливати на предмети, розвиває інтелектуальні, моральні й вольові якості дитини, формує особистість в цілому. *Ігрова діяльність* формує довільну поведінку дитини. Вона може мати індивідуальний або колективний характер (рольові ігри, ігри з правилами тощо).

Дитячі ігри – один з найважливіших засобів дитячого розвитку. Гра є провідною діяльністю дітей.

За висновками Е.С. Вільчковського та В.І. Страшинського ігри, в яких яскраво виявлена роль рухів (стрибки, метання, біг і т.д.), носять загальне умовне *найменування "рухливих ігор"*. Рухливі ігри сприяють фізичному вихованню дітей, розвитку сили волі, сміливості, наполегливості, витримки, рішучості. В цих іграх складаються перші колективи дітей.

Дитяча гра – це вид діяльності, який історично виник у людському суспільстві і полягає у відтворенні дітьми в доступній для них формі дій дорослих та відносин між ними і спрямована на пізнання навколишньої дійсності. У дошкільному віці гра є провідним видом діяльності і створює найсприятливіші умови для психічного і розумового розвитку. Розробки теорії дитячої гри

(Л. Виготський, О. Леонтьєв, Д. Ельконін) зазначають, що під час гри в дитини з'являється потреба здійснювати активний вплив на навколишні предмети, розвиваються інтелектуальні, емоційні, вольові та моральні якості, формуються всі сторони її особистості.

Гра за правилами – вищий рівень парної чи колективної гри у старшому дошкільному віці, в якій дії учасників та їх взаємини чітко визначені встановленими правилами і обов'язкові для всіх. Зароджується гра за правилами ще у рольовій грі, кожна роль у якій містить замасковані правила поведінки її виконавця. Поступово ускладнюючись і вдосконалюючись, гра за правилами стає улюбленою серед старших дошкільників і школярів, переростає в інтелектуальні і рухливі, спортивні ігри: шахи, шашки, футбол та ін. Гра за правилами супроводжує все свідоме життя людини і є популярною навіть серед людей похилого віку.

Ігри, які мають велику історію і дуже тісно поєднуються із національними обрядами та звичаями називають *народні ігри*. Це ігри, які постійно передавалися від старшого покоління до молодшого в усній народній творчості. Нові ігри виникали на основі старих із додаванням чогось нового. Тільки у народних іграх поєднуються різні рухи – біг, лазіння та стрибки; ловіння та ухиляння. Народна гра є дієвим методом всебічного виховання. З одного боку – гарний фізичний розвиток, а з іншого – опанування перших елементів грамотності, вивчення віршів, скоромовок, лічилок, пісень, наслідування різноманітних дій у житті людей, звірів, птахів, тварин і т.д. Народні ігри – гарна школа для майбутнього самостійного дорослого життя.

3. ПЕДАГОГІЧНА КЛАСИФІКАЦІЯ РУХЛИВИХ ТА УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР

3.1. Класифікація ігор за І. Боберським, Л.В. Билеєвою та І.М. Коротковим, Е.С. Вільчковським, К. Гроссом, Д.А. Колоццою, Е. Клапаредом, Е.А. Покровським, С.Ф. Русовою та ін.

Проблема класифікації ігор дітей молодшого шкільного віку давно привертала до себе увагу різних учених, оскільки гра має великий виховний і розвивальний потенціал. Аналіз публікацій у

педагогічній пресі та наукових робіт з окремої проблеми засвідчує, що за останні 100 років було вироблено різні підходи до класифікацій ігор. Звертали увагу на класифікації, давали визначення їм Г.С. Костюк та ін. Кожна з класифікацій ігор, запропонована авторами різних наукових шкіл, варта уваги, бо кожна нова класифікація узагальнює попередні знання про особливості групування ігор.

Перша класифікація ігор належить *К. Гроссу*, який поділив дитячі ігри на дві категорії: 1) ігри, що сприяють духовному розвитку дитини; 2) ігри, що стимулюють фізичний розвиток.

Дослідник Е.А. Покровський класифікував ігри за ознаками: 1) ігри з іграшками, 2) ігри з рухами, 3) ігри з обертальними рухами; 4) символічні ігри; 5) ігри з піснями і хороводами; 6) ігри з зав'язаними очима; 7) ігри з мотузкою; 8) ігри з метальною зброєю; 9) ігри з м'ячем і палками; 10) ігри з стрибанням; з жгутом, різними знаряддями; 11) ігри з шарами; 12) ігри з палками; 13) ігри з кістками; 14) ігри з камінчиками; 15) домашні та зимові ігри.

За трьома ознаками лікар М.І. Покровська класифікувала ігри: 1) врахування індивідуальності, віку, природної схильності дитини; 2) гра повинна бути пізнавальною, розширяти розумовий кругозір; 3) сприяння самодіяльності дитини у грі.

Видатний український педагог С.Ф. Русова класифікувала ігри за порами року: весняні, літні, осінні, зимові ігри.

За віковими категоріями М. Філітіс поділяв ігри: 1) ігри 1-го молодшого віку (діти 10-12 років); 2) ігри 2-го молодшого віку (12-13 років); 3) ігри середнього віку (13-16 років); 4) ігри старшого віку (старші 16 років).

Пропонував вивчати ігри у трьох аспектах Д.А. Колоцца: 1) психологічному; 2) історико-педагогічному; 3) педагогічному.

На дві категорії Е. Клапаред класифікує ігри: 1) ігри сенсорні, моторні, психічні; 2) ігри у боротьбу, у полювання, суспільні, сімейні, наслідувальні.

На межі Х1Х – ХХ ст. у педагогічній літературі поширилася назва *рухливі ігри*. Д.А. Колоцца вважав руховий елемент третім чинником вольового процесу. І.А. Сікорський у зв'язку з цим писав, що динаміка рухів сприяє вольовій напрузі, через яку досягається певна ціль.

На класифікацію ігор звертали увагу у своїх працях психологи: П.П. Блонський, Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн та

інші. Розглянемо найбільш суттєві класифікації ігор, які розроблені вітчизняними та зарубіжними науковцями.

Класифікація рухливих ігор, за висновками науковця С.Б. Мудрика зумовлюється: 1. Змістом шкільної програми. Згідно вимог цього документа фізичне виховання у школі передбачає формування основних життєво необхідних умінь та навичок. Найефективніший шлях заучування фізичних вправ лежить через ігрову діяльність. Тому доцільно застосувати ігри, що сприяють цілеспрямованому вивченню конкретних рухових дій. 2. Освітнім характером фізичного виховання. Він полягає у засвоєнні спеціальних знань у галузі фізичного виховання та формуванні рухових умінь та навичок. Рухливі ігри за своїм змістом сприяють вирішенню цих завдань.

Відповідно до статевих і вікових особливостей дітей, Гаркво і Пеллетьє, рухливі ігри класифікували на: 1) ігри для хлопчиків та дівчаток; 2) ігри для хлопчиків; 3) спокійні ігри для хлопчиків та дівчаток; 4) ігри для хлопчиків і дорослих.

Рекомендує такий поділ ігор І. Боберський: 1) забави; 2) власне ігри: дужанки, здогони, іманки.

В основу класифікації ігор Х. Шур поклав ознаки: а) місце перебігу ігор (у залі, на майданчику, на льоду, на снігу тощо), б) ступінь загального фізичного навантаження дитини у грі.

Досить змістовний поділ ігор пропонує І. Прокопенко: 1) спортивні ігри (італійська та американська лапта); 2) рухливі ігри (з рівновагою, комічний біг – біг у мішках, біг із зав'язаними ногами); 3) естафетні ігри; 4) ігри з опором; 5) атракціони з приладами.

Відповідно до вікових особливостей П.А. Рудик виділяє ігри для молодшого, середнього та старшого шкільного віку.

Педагогічну класифікацію колективних рухливих ігор пропонують Л.В. Билеєва та І.М. Коротков. Вони поділяються на дві групи: 1) без поділу на команди (без ведучого та з ведучим); 2) з поділом на команди (боротьба із суперником та без вступу у боротьбу із суперником).

До ступенів стимуляції різних типів психічної активності вихованців, О.І. Власова, змагання відносить до емоційних впливів.

Н.П. Волкова виділяє 2 групи ігор: 1) ігри-дозвілля та 2) педагогічні ігри, які класифікує на підгрупи: ігри творчі – сюжетно-рольові, конструкторські, ігрові драматизації з вільним розвитком

сюжету, ігри-жарти, ігри-розиграші; ігри за визначеними правилами – рухові, хороводні, спортивно-змагальні, настільні.

Г.С. Костюк пропонує власну класифікацію ігор: сюжетно-рольові, конструктивні, рухливі та настільні.

У класифікації ігор Л.К. Грицюка, Л.А. Завацької, О.С. Семенова, враховано: 1) ігри за змістом та способом проведення (рухливі, малорухливі, інтелектуальні, музичні, сюжетно-рольові, забави, конкурси); 2) ігри за мотиваційним спрямуванням (психо-чуттєві (сенсорні), рухові, соціальні, розважальні).

Такі науковці як О.Я. Кругляк, Н.П. Кругляк розподіляють ігри за: класом, спрямованістю рухових дій, ступенем розвитку рухових якостей та інтенсивністю.

Подібну класифікацію іграм знайдено у роботах А.Д. Леськова та А.Б. Дзюбановського, яка розроблена за такими ознаками: спрямованість рухових дій, інтенсивність, місце і час проведення та переважаючий розвиток фізичної якості.

Враховуючи вище наведені класифікації Н.В. Андрощук поділяє ігри на: рухливі, естафетні, командні.

Відповідно до пір року класифікує ігри Д.І. Пензулаєва: 1) рухливі ігри та вправи осіннього періоду; 2) рухливі ігри та вправи зимового періоду (лижна підготовка); 3) рухливі ігри та вправи весняного періоду; 4) рухливі ігри та вправи літнього періоду.

Підкріплюючи кожну із характеристик висновками психологів, педагогів, Н.В. Кудикіна розробила власну класифікацію ігор дітей молодшого шкільного віку, в яку входять всі відомі на сьогодні ігри.

Залежно від характеру рухових дій дослідниця О.Л. Богініч класифікувала рухливі ігри так: сюжетні та несюжетні ігри, ігрові вправи, ігри-естафети та ігри з елементами спорту. Посилаючись на визначення ігрових вправ Г.П. Саморуковою, вона здійснила класифікацію ігрових вправ із виділення структурних компонентів: 1) ігрові вправи, в основі яких лежать нескладні ігрові дії, дії з предметами; 2) ігрові вправи сюжетного характеру; 3) ігрові вправи імітаційного характеру; 4) ігрові вправи з елементами змагань.

І.С. Звізда та М.М. Звізда виділяють: ігри з елементами загальнорозвиваючих вправ (1 група – ігри, які охоплюють усі великі групи м’язів; 2 група – ігри, що тонізують м’язи тулуба, рук, ніг); ігри з бігом; ігри зі стрибками; ігри на рівновагу; ігри з елементами акробатики; ігри з елементами боротьби тощо.

О.І. Ламкова запропонувала розрізняти: 1) ігри в обмеженому просторі (ігри з м'ячем, на швидкість, на влучність, на силу, на гнучкість, увагу, спритність, координацію рухів, естафети); 2) ігри на свіжому повітрі (ігри у лісі, парку або саду, на снігу).

Серед ігор Е.С. Вільчковський та В.І. Страшинський виділяють такі їх різновиди: ігри без розподілу на команди, ігри з розподілом на команди, ігри на лижах, ігри на воді, ігри на місцевості. В іншій класифікації ігор автор Е.С. Вільчковський пропонує класифікувати ігри відповідно до вікової категорії: ігри з елементами ходьби, бігу, рівноваги, повзання, лазіння, кидання та ловіння предметів, стрибків, орієнтування у просторі, ігри-естафети, ігри на санках, лижах, ковзанах, на воді, з елементами хокею, бадмінтон, настільний теніс, баскетбол, футбол, хокей.

3.2. Класифікація рухливих ігор за С.М. Мудриком

Подібну класифікацію (класифікація Е.С. Вільчковського та В.І. Страшинського) знаходимо у *С.М. Мудрика*: ігри з елементами стройових вправ, ігри з елементами загальнорозвиваючих вправ, з ходьбою, з бігом, стрибками, метанням, з елементами прикладних вправ, на рівновагу, з елементами акробатики, боротьби, танцю, ігри на воді, ігри взимку (лижі).

3.3. Класифікація рухливих ігор за З.М. Діхтяренко

Вивчивши та проаналізувавши відомі нам класифікації рухливих ігор, доповнюємо класифікацію С.М. Мудрика, так як вона, на нашу думку є найбільш повною. Отже, систематика ігор доповнюється такими ознаками: 1) інтенсивність (низька, середня, висока), 2) вікова категорія (молодші школярі), 3) стать (хлопчики та дівчатка), 4) переважаючий прояв вольової якості (одна або декілька вольових якостей: цілеспрямованість, ініціативність, дисциплінованість, самостійність, рішучість, наполегливість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність і т.д., притаманні одній грі), 5) малі фольклорні форми (загадки, заклички, жеребкування, лічилки, мирилки, примовки, скоромовки тощо), 6) час і місце проведення; 7) ігри, які визначають розвиток фізичних якостей (швидкість, витривалість, гнучкість, сила,

спритність, швидкісно-силова якість); 8) ігри з елементами футболу (Таблиця № 3.1).

Класифікація рухливих ігор за характером рухової діяльності та впливом на розвиток фізичних і вольових якостей (відповідно до програмових вимог можна використати всі фізичні вправи за ознаками переважного впливу на прояв фізичних якостей у вигляді ігор для вивчення їх впливу на організм, розвитку та удосконалення відповідних фізичних якостей, виховання вольових якостей: наполегливості, рішучості тощо):

1) ігри, які визначають розвиток фізичних якостей: а) *швидкість* – короткочасне виконання рухових дій з максимальною швидкістю, наприклад, гра "Хто швидше ?, або естафетний біг?" Ця фізична якість розвивається під час усіх рухливих ігор; б) *витривалість* – тривале виконання рухових дій без перерви для відпочинку, неодноразове виконання до втоми, наприклад, гра "Витривалі бігуни". Ця фізична якість розвивається під час ігор з елементами ходьби, бігу, прикладних вправ, боротьби, танцю та футболу; в) *гнучкість* – передбачає виконання рухових дій з максимальною амплітудою, наприклад, гра "Ведмеді на полюванні". Ця фізична якість розвивається під час ігор з елементами ЗРВ, ходьби, прикладних вправ, рівноваги, акробатики, боротьби, танцю, футболу; г) *сила* – короткочасне виконання рухових дій з подоланням опору, наприклад, гра "Естафети павуків". Ця фізична якість розвивається під час ігор зі стрибками, з метанням, на воді, взимку; з елементами прикладних вправ, з рівноваги, акробатики, боротьби, футболу; д) *спритність* – передбачає перебудову рухової діяльності у зв'язку з ситуаційними змінами під час складно координаційних дій або незвичайних вихідних положень верхніх та нижніх кінцівок, наприклад, "Хто швидше ?, або естафетний біг ?" Ця фізична якість розвивається під час усіх рухливих ігор; е) *швидкісно-силова якість* – докладання максимальних зусиль за короткий проміжок часу, наприклад, гра "Молодці – стрибунці". Ця фізична якість розвивається під час ігор зі стрибками.

2) ігри з елементами стройових вправ ("До своїх прапорців", "В шеренгу шикуйсь", "Клас, струнко", "Виклик номерів", "Слухай сигнал", "Чия ланка швидше збереться?", "У дітей порядок строгий") своїм змістом і діями спрямовані на організацію учнів під час уроку та можуть використовуватися в будь-якій частині його. Вони стимулюють

виховання в учнів організованості, дисциплінованості та розвитку уваги, навичок колективних дій. При використанні цих ігор у школярів засвоюються поняття: стрій, шеренга, колона, коло, направляючий, замикаючий тощо. Вони сприяють формуванню правильної постави та точності рухів, розвитку спритності та швидкості. *Шикування* та *перешикування* є стимулом до виконання швидких дій. Домінуючими фізичними якостями виступають спритність та швидкість.

3) ігри з елементами загальнорозвиваючих вправ (“Батько”, “Мак”, “Шевчик”, “Дрова”, “Адам і Єва”, “Ой вийтеся, огірочки”, “Боротьба кажана з вітром”, “Кіт потягується”, “Гуси на воді”, “Пташка”, “Мокрий кіт”, “Пузир”, “Боцюн і криниця”, “Заборонений рух”), які поділяються на дві групи:

До першої групи увійшли ігри, які охоплюють усі великі *групи м’язів* та їх проводять у першій частині уроку, щоб підготувати дитячий організм до максимальних фізичних навантажень в основній частині уроку та запобігти травматизму школяра. Це колективні ігри: “Батько і діти”, “Мак”, “Шевчик”, у яких використовується велика кількість рухів, але кожний рух повторюється багато разів, та ігри-імітації явищ природи, звірів, птахів, праці людей: “Боротьба кажана з вітром”. Під час проведення таких ігор у дітей добре розвивається уява, увага, можуть швидко перевтілюватися в обрані образи. Ігри з елементами ЗРВ забезпечують засвоєння учнями різноманітних рухів, активізують роботу різноманітних м’язів, сприяють їх зміцненню, покращують рухливість суглобів, підвищують діяльність внутрішніх органів, поліпшують поставу та координацію, посилюють організованість, дисципліну, виробляють навички до узгодження колективних рухових дій.

До другої групи увійшли ігри, що тонізують *м’язи* тулуба, рук та ніг. Це ігри низької інтенсивності: “Пузир”, “Пташка” тощо. Вони застосовуються тоді, коли певна група м’язів отримала відповідне навантаження. Домінуючою фізичною якістю є швидкість, на другому місці – спритність та гнучкість.

4) ігри з ходьбою (“Петре, де ти?”, “Жмурки”, “Підхід вартових”, “Звідки ти?”, “Гарбуз”, “Огірочки”, “Міст”, “Нічний марш”, “Дуб чи береза”). Ходьба є природним рухом і займає одне з основних місць у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку. Важливо проводити такі ігри з зав’язаними очима, бо вони сприяють формуванню правильної постави та красивої ходьби у дітей. Якщо

спостерігати за ходою людей, які не бачуть, то можна помітити, що вони при ходьбі завжди тримають спину рівно, плечі розвернутими. У давнину широко застосовували ігри з закритими очима: “Панас”, “Жмурки”. Ігри з ходьбою бажано проводити щодня у різних умовах *ґрунту та рельєфності*. В іграх з ходьбою можна використовувати різні *предмети.*

Домінуючою фізичною якістю є витривалість, на другому місці – спритність та гнучкість.

5) ігри з бігом (“Іду на Ви!”, “Гуси”, “Пень”, “День і ніч”, “Хатина”, “Регіт”, “Дуб”, “Запорожець на Січі”, “Панас”, “Проводи русалки”, “Скажений бугай”, “Рибалки і риби”, “Квачі парами”, “Доганяй, втікаючи”, “Ворон”, “Воробей”, “Дикі кози”, “Яструб”, “У колдуна”, “Хрещик”, “Лисиця і заєць”, “Сірий кіт”, “Кавуни”, “Мур”, “Ковбаса”, “Біг по коридору”, “Біг з перешкодами”, “Третій зайвий”, “Зустрічні старти”, “Естафетна паличка”, естафета “Потяг”) формують навички вільного бігу з дотриманням правильної постави, збільшують навантаження на м’язовий апарат, на дихальну та серцево-судинну систему. Дослідження показують, що *витривалість, спритність, швидкість* як домінуючі фізичні виробляються у молодшому шкільному віці, а їхнім критерієм є інтенсивність рухової дії. Ігри з бігом поділяться на дві групи:

1 група – ігри (“Гуси”, “День і ніч”, “До цілі”), які сприяють розвиткові швидкості у дітей. Вони передбачають максимальну інтенсивність і частоту рухів упродовж короткого проміжку часу – не більше шести секунд. Відстань між гравцями і предметами у таких іграх не повинна перевищувати 20 метрів. Це сприяє збільшенню швидкості одинарних простих рухів і частоти рухів у локомоторних, тобто тих, що пов’язані з переміщенням усього тіла у просторі, у діях.

2 група – ігри (“Рибалки і риби”, “Квачі парами”, “Кіт і миша” тощо), які сприяють підтримці належної фізичної працездатності організму. Вони характеризуються тим, що упродовж тривалого часу необхідно проявити наполегливість для досягнення необхідної мети. Але діти молодшого шкільного віку не відрізняються високим рівнем розвитку фізичної витривалості. Втомлюваність організму (почервоніння обличчя, задишка, прискорення серцебиття, уповільнення рухів) під час гри настає через 4-9 хвилин (це залежить від змісту гри та фізичної підготовленості дітей). Для відновлення функціональних можливостей організму потрібно робити

недовготривалі перерви (1-2 хвилини). Лише після цього гру можна поновлювати або пропонувати іншу, що відповідатиме емоційно-психічному стану дітей.

6) ігри зі стрибками (“Вовк і кози”, “У довгі лози”, “Переправа через річку”, “Струмок”, “Гречка”, “Тинок”, “У річку гоп”, “Спутані коні”, “Півник”, “Стрибки по купинках”, “Гігантський крок”, “На одній нозі по прямій”, “Абетка”, “Естафета з стрибками через гімнастичну лаву”, “Стрибки командою”) характеризуються короткочасними швидкісно-силовими напруженнями м’язів ніг. Вони проявляються у режимах м’язового скорочення і забезпечують швидке переміщення тіла та його ланок у просторі. Максимальним вираженням таких рухових дій є так звана вибухова сила, під якою розуміється дія максимальних напружень протягом мінімально короткого проміжку часу.

За даними досліджень та практики, молодші школярі набагато краще переносять швидкісно-силове навантаження при застосуванні вправ та ігор стрибкового характеру. Під час стандартного уроку, на якому вивчається техніка певного стрибка, учні повторюють вправу у середньому до десяти разів, тоді як в іграх (“Вовк і кози”, “У довгі лози”, “Переправа через річку”, “Струмок”) виконують 25-45 стрибків з максимальним напруженням м’язів ніг. Отже, рухова активність у грі набагато вища. На уроці витрачається багато часу на черговість виконання вправи (стрибають 1-4 учні) та на її пояснення (коли вчитель пояснює, а всі діти чекають команди для виконання стрибка). У грі швидка зміна подій змушує дітей виконувати багато стрибків, вкладаючи всю свою енергію у кожний з них. Ігри зі стрибками сприяють зміцненню опорно-рухового апарата та функціональному розвитку серцево-судинної та дихальної систем. У молодшому шкільному віці потрібно проводити рухливі ігри з подоланням маси власного тіла – *стрибки у довжину, висоту, через предмети, які закріплені на місці або рухаються.* Домінуючими фізичними якостями є швидкість і сила, а також спритність.

7) ігри з метанням (“Бабу перевозити”, “Хто далі кине”, “Влучний стрілець”, “Захисник фортеці”, “Пошивай”, “Квач з м’ячем”, “Штандер”, “Квочка”, “Круговий”, “На полюванні”, “Мисливець і качки”, “Перепелиця”, “Мушка”, “Шкандибки”, “Бабок”, “У скраклі”, “Вибий ведучого”, “Влучно в ціль”) потребують певної координації рухового апарата, вміння розраховувати силу і точність кидка залежно

від відстані та розміщення цілі у просторі (рухома чи нерухома, горизонтальна або вертикальна). Отже, вони передбачають складні рухові реакції, які важкі для молодшого школяра. Тому ігри з метанням поділяємо на *прості* та *складні*. П*рості* – ігри, у яких метання виконується *з місця* на дальність: "Хто далі кине", "Влучений стрілець", "Захисник фортеці". До *складних* відносимо ігри з реакцією дітей на об'єкт, що *рухається,* та реакцією вибору. Для розвитку та удосконалення у дітей здатності швидко фіксувати очима предмет, що рухається, необхідно використовувати ігри з великими м'ячами ("Квач з м'ячем", "Штандер") і малими ("Квочка", "Мисливець і качки") та з палицями ("Перепелиця", "Циганка"). Під час кидка спрацьовують: зоровий аналізатор, який контролює політ м'яча; ЦНС, яка об'єктивно оцінює результат кидка та оперативно порівнює м'язову силу, щоб внести потрібні корективи при наступних кидках – найточніше вибирати відстань і ціль.

Високе фізичне та психологічне навантаження спостерігається при поєднанні метання з бігом, стрибками, силовим єдиноборством. Поліпшення просторової точності рухової орієнтації рук і плечового поясу позитивно впливають на розвиток координації рухів.

Домінуючою фізичною якістю є сила, а згодом – спритність.

8) ігри з елементами прикладних вправ ("Дістати сало", "Стовп", "Повінь", "Скалолаз", "Кубло", "Незграбний ведмідь", "Западня", "Павук", "Куниця і білки", "Підвісний міст", "Тунель", "Спритний вуж"), а саме:: *лазіння* – пересування по гімнастичній драбині, лаві (однойменним та різнойменним способами), канату; *перелізання* (різна висота перешкод); *переповзання та пересування* по підлозі (землі) в положенні лежачи на грудях або навколішки. Такі ігри є дієвим засобом розвитку м'язів плечового поясу, сили м'язів верхніх та нижніх кінцівок. Ігри з *лазінням* ("Дістати сало", "Стовп") мають в основному силовий характер і містять у собі різні способи пересування по підлозі, по приладах (в природі по деревах, висячих або лежачих колодах, горах) за допомогою рук і ніг або тільки рук. Для молодших школярів необхідно обмежувати час гри та подолання висоти знаряддя (канат, драбина, стовп, колода, гімнастична лава), щоб не порушувати частоту серцевих скорочень, частоти дихання, напруження грудної клітки. Ігри з *перелітанням* можуть використовуватися як з місця, так і з розбігу ("Незграбний ведмідь", "Павук"). У першому випадку (з місця) розвивається сила, а в другому (з розбігу) – спритність. Ігри з

переповзанням (“Підвісний міст”) мають велике прикладне значення. Ці ігри не складні, хоч пов’язані з витратою значних зусиль. Домінуючими фізичними якостями є сила та спритність, допоміжними – витривалість, швидкість і гнучкість.

9) ігри з елементами рівноваги (“Гойдалки”, “Журавель”, “Ластівка”, “Навпереваги”, “Жук”, “Рак-неборак”, “Пересування на бочці”, “Дресирування звірів”, “Метелиця”, “Круть-верть”, “Млин”) покликані розвивати уміння утримувати стійке положення тіла на різних опорах, тобто сприяти поліпшенню загальної рухової координації. Умовою для збереження рівноваги є розміщення центру ваги над площею опори, бо чим більша площа опори і нижче центр ваги, тим стійкіша рівновага. Ігри, пов’язані з елементами рівноваги, поділяємо на *статичні, динамічні та мішані*. *Статичні ігри* передбачають розвиток уміння утримувати рівновагу на місці (“Гойдалки”, “Навпереваги”); *динамічні* – за умови пересування по приладах і підлозі (землі) (“Жук”, “Рак-неборак”); *мішані* – після виконання визначеної кількості рухових дій (“Млин”, “Круть-верх”). Розвитку просторової орієнтації і вестибулярного апарата у молодшому шкільному віці сприяє ходьба по накресленій лінії, по лаві і колоді різними способами. Домінуючими фізичними якостями є сила та гнучкість, а потім – спритність.

10) ігри з елементами акробатики (“Краб”, “Каракатиця”, “Перекотиш поле”, “Розпечене колесо”, “Павук”, “Жабка”, “Качалка”, “Дзвін”) – це складні рухові дії, які потребують уміння школярів координувати свої рухи. Вони сприяють удосконаленню функцій вестибулярного апарата і розвитку просторової орієнтації, а також розвитку сили, швидкості, наполегливості, точності рухів, чуття рівноваги при зміні положення тіла, покращують гнучкість тіла, зміцнюють серцево-судинну і дихальну системи. До ігор з елементами акробатики входять дві групи вправ: *динамічні* – перекати, перекиди, перевороти (“Краб”, “Каракатиця”, “Перекотиполе”, “Розпечене колесо”) та *статичні* – стійки, шпагати, парні та групові вправи (“Павук”, “Жабка”, “Качалка”, “Дзвін”). Ігри з елементами акробатики застосовуються в іграх – естафетах. Домінуючими фізичними якостями є сила та гнучкість, допоміжною – спритність.

11) головна мета *ігор з елементами боротьби* (“Буряк”, “Тягти бука”, “Ріпка”, “Коромисло”, “Відьма”, “Бій півнів”, “Кіт в мішку”, “Княжий острів”, “Дружина і татари”, “Перетягування полинві”) –

розвиток м’язової сили однієї з основних фізичних здібностей людини, під якою розуміють здатність долати зовнішню опірність або протидію за допомогою м’язових зусиль. Для дітей молодшого шкільного віку силові вправи потрібно застосовувати в обмеженій кількості, крім цього розвиток молодшого школяра потребує помірних навантажень і короткочасних швидкісно-силових напружень. Описаний вид ігор поділяємо на три групи:

а) *ігри, у яких рухові дії повторюються до вираженої втоми* (“Тягти бука”, “Коромисло”, “Дружина і татари”). Повторювані зусилля дозволяють створити значне силове навантаження в м’язах, але тільки у кінцевих повтореннях;

б) *ігри з одноразовим максимальним навантаженням на м’язи* (“Буряк”, “Ріпка”, “Відьма”). У таких іграх рух має відносно постійну швидкість (відірвати або підняти партнера, який сидить на підлозі тощо) і виконання цих вправ потребує силового напруження з затримкою дихання;

в) *ігри на силу, яка проявляється з максимальною швидкістю* (“Бій півнів”, “Кіт в мішку”, “Княжий острів”). Вони сприяють розвиткові швидкісно-силової якості. Регулярне застосування у молодшому шкільному віці рухливих ігор з елементами боротьби забезпечить формування основних груп м’язів верхніх і нижніх кінцівок, плечового пояса, спини і живота. Домінуючі фізичні якості: сила, швидкість і гнучкість, допоміжними – витривалість і спритність.

12) ігри з елементами танцю (“Сива шапка”, “Женчичок”, “Гоп-скок”, “Метелиця”, “Трійки”) формують правильну поставу та легку ходу; у них використовуються кроки різних танців, які відрізняються один від одного ступенем координаційної складності, характером та манерою виконання. Поєднання музики з грою (наприклад, в іграх: “Сива шапка”, “Гоп-скок”, “Метелиця”) посилює виразність і граціозність рухів, сприяє розвиткові *слуху і чуття ритму* у дітей; допомагає засвоїти різні танцювальні позиції (положення, що фіксує початок і закінчення танцювального руху), ходьбу під музику або пісню, танцювальний крок на носках, крок з підскоком, приставний крок (виконується в танцювальному ритмі), крок з приступом, подвійний ковзний крок, крок галопом в бік і крок польки. Діти, слухаючи музику, узгоджують з нею свої рухи у грі. Танці з іграми несуть у собі глибокі смислові навантаження і мають конкретно визначену мету, для здійснення якої виконуються різноманітні

завдання, що поступово ускладнюються, періодично повторюючись в іншій ігровій ситуації. Отже, спостерігається взаємозв'язок фізичного розвитку та розумових здібностей. Домінуючими фізичними якостями є гнучкість і спритність, допоміжною – витривалість.

13) ігри на воді ("Морський бій", "Мисливці і качки", "Швидкий краб", "Коловорот", "Крокодил", "Колода", "Щупаки", "Невід", "Квачі", "Морж", "Водяна змія", "П'явка", "Підводники", "Дельфіни", "Хто перший") є ефективним засобом фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Це одним з найцінніших видів вправ, які фізично розвивають, загартовують, масажують тіло тощо. Ігри на воді проводяться у два етапи: 1) *на мілині* ("Морський бій", "Мисливці і качки", "Швидкий краб", "Коловорот", "Крокодил"), щоб діти позбулися страху води; 2) *на глибині* ("Колода", "Невід", "Квачі"), де школярі вчаться триматися на воді, а також пересуватися під водою. Навантаження на дихальні м'язи збільшується під час виконання вдиху та видиху (якщо видих виконується під водою), бо дитячому організму доводиться докладати більше зусиль, ніж під час дихання на суші. Подібні вправи є добрим засобом тренування дихального апарата, постановки глибокого та ритмічного дихання. Вода розвантажує хребет, розслабляє м'язи, заставляє працювати ті, які у звичайних умовах були майже бездіяльні, дозволяє відчути волю у рухах. Оздоровчий вплив рухливих ігор на воді надзвичайно великий: активізується діяльність усіх органів і систем; підвищуються рівень обмінних процесів і загальна опірність організму негативним впливам зовнішнього середовища. Домінуючими фізичними якостями є витривалість і спритність, на другому місці – сила та швидкість.

14) ігри на лижах ("Наздожени втікаючи", "Буксировка", "Квач на лижах", "Лижник без палиць", "Трійки", "Стогони", "Хто далі", "Шеренгою з гірки", "Мисливець на полюванні", "Проста естафета", "Естафета з палками і без палок", "З гори у ворота") у дітей молодшого шкільного віку формують уміння та навички пересуватися ковзним кроком, спускатися з пагорбів різної висоти та підніматися на них. Такі ігри можна умовно поділити на дві групи:

а) ігри на рівнині ("Наздожени втікаючи", "Буксировка", "Квач на лижах", "Лижник без палиць"), які розвивають швидкість і витривалість, узгодженість рухів рук і ніг при ковзанні на лижах;

б) ігри на пагорбах ("Стогони", "Хто далі", "Шеренгою з гірки", "Мисливець на полюванні"), які регулюють роботу вестибулярного

апарата, координують рухи, розвивають рішучість і сміливість. До ігор на лижах можна віднести народні ігри з бігом і метанням, які використовуються влітку та взимку. Під час ігор на лижах діти дихають свіжим, прохолодним повітрям, у результаті чого підвищується опірність організму до простудних захворювань верхніх дихальних шляхів. Чисте, морозне повітря гартує організм, придає бадьорості, підвищує працездатність і витривалість. При пересуванні на лижах працюють усі основні групи м'язів, що підсилює дихання та кровообіг. Динамічна робота ніг при ходьбі на лижах сприяє зміцненню та формуванню стопи, допомагає попередити розвиток плоскостопості. Гарний краєвид створює добрий настрій, позитивно впливає на нервову систему школяра. Домінуючими фізичними якостями є витривалість і сила, на другому місці – спритність та швидкість.

15) ігри з елементами футболу ("Злови м'яч", "Удар на точність", "М'яч у коло", "Рикошет", "Перехоплення м'яча", "М'яч по колу", "Влучити у ціль", "Зустрічна естафета", "Гра у квадраті", "М'яч через тунель" тощо) своїм змістом і діями спрямовані на організацію учнів під час уроку або в позаурочний час. Вони стимулюють формування в учнів морально-вольових якостей, навичок в індивідуальних, групових та командних діях гравців, спрямовані на досягнення визначеної мети. Використання рухливих ігор з елементами футболу передбачає засвоєння таких понять, як *техніка пересування* (групи прийомів: *біг* – основний засіб пересування в футболі (звичайний, спиною вперед, з хресним і приставним кроками); *стрибки* – складова частина в техніках окремих ударів, зупинок м'яча ногою, грудьми, головою та деяких фінтів (прийоми виконання стрибків: поштовх однією та двома ногами); *зупинки* – ефективний засіб зміни напрямку руху (прийоми виконання зупинки: стрибком і випадом); *повороти* – складова частина техніки виконання деяких способів ударів, зупинок, ведення та фінтів (прийоми виконання поворотів: переступанням, стрибком, поворотом на одній нозі, в сторони та назад); *техніка володіння м'ячем* (групи прийомів: *удари по м'ячу* (ногою; внутрішньою стороною стопи; внутрішньою, середньою та зовнішньою частинами підйому; головою; головою в стрибку та без стрибка*); зупинка м'яча* (внутрішньою частиною стопи; підошвою; середньою та зовнішньою частинами підйому; стегном; животом; грудьми; головою); *ведення м'яча ногою* (середньою та зовнішньою частинами підйому; носком; внутрішньою частиною стопи та стегном); *вкидання м'яча*: з-за бокової лінії на

точність: у ноги партнеру, який стоїть, або йому на хід; обманні рухи (фінти з м'ячем (комбіновані фінти) і без м'яча (обманні рухи тулуба): "відходом"; випадом; з переносом ноги через м'яч; з ударом по м'ячу ногою; з ударом по м'ячу головою; *зупинкою м'яча* ногою; "зупинкою" грудьми і головою; *імітація* удару по м'ячу ногою з тим, щоб піти від суперника вправо чи вліво; *відбір м'яча* (повний та неповний): у випаді; поштовхом плеча; у підкаті; вибиванням у суперника, що рухається назустріч, зліва та справа від гравця; *техніка гри воротаря* групи прийомів: ловля м'яча (зверху; знизу або збоку; в падінні); відбивання (однією та двома руками; передпліччям; долонями); переводи (на місці, в русі, в стрибку, після переміщення); кидки м'яча (однією та двома руками). Ігри з елементами футболу сприяють формуванню правильної постави та точності рухів, розвитку спритності та швидкості. Під час проведення таких ігор та естафет потрібно враховувати фізичну, технічну, тактичну та психологічну підготовку молодших школярів. Домінуючими фізичними якостями є спритність, витривалість та гнучкість, допоміжними сила та швидкість.

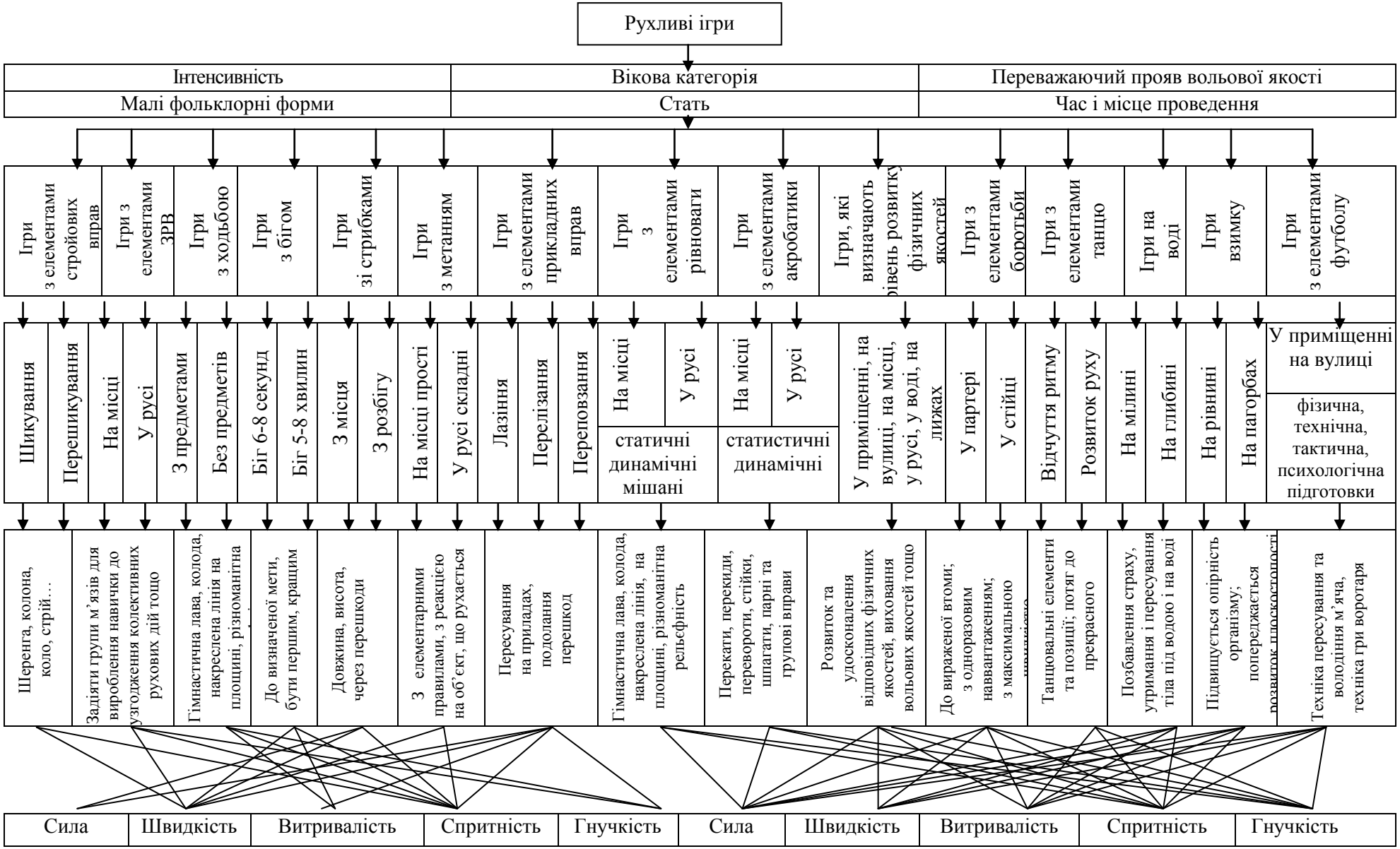
Класифікацію рухливих ігор подаємо узагальнено у таблиці 3.1.

3.4. Класифікація українських народних рухливих ігор за А.Я. Вольчинським, Г.В. Довженок, О.В. Кенеман, Н.В. Кудикіною, М.Г. Стельмаховичем, А.В. Цьосьом та ін.

Перейдемо до характеристики найбільш поширених у педагогічній науці класифікацій народних ігор. Українські народні рухливі ігри передавалися з покоління у покоління в живій ігровій практиці, змінювалися відповідно до часу, збагачувалися новими історичними фактами. Є ігри про історичну минувшину – "Король", "Воротар", "Мости", "Бий, дзвоне, бий!" або "Аркан"; домашньо-побутові: " У курки", " Ходить квочка коло кілочка", "Курчата", "Бій півнів", "Кінь", "У ворона", "У вужа", "У ящура"; ігри про диких істот: "У рака-неборака", "У лисиць", "Ласочка, ласочка, лясь!", "У бобра"; ігри, які характеризують сільське життя: "Продаєш горня, чи ні?", "Шило", "У казана", "Хлібчик"; ігри, які використовувалися під час календарних свят тощо. Щоденними були саморобні іграшки: ляльки, дудочки, сопілки з верби, калини, ліщини, очерету.

Таблиця 3.1.

Класифікація рухливих ігор за характером рухової діяльності та їх вплив на розвиток фізичних і вольових якостей



У древніх літописах майже нічого не має написано про ігри, бо їм не надавалося значення у житті держави (у древніх греків було навпаки), але зважаючи на те, що знаємо із літописів можна допустити: 1) ігри в усі часи і в усіх народів безперечно були; 2) багато із ігор являють собою велику оригінальність, дивлячись по якостям і образу життя народу; 3) багато ігор різних народів мають схожість (ігри у м'яч тощо).

Перша класифікація українських народних ігор та забав була розроблена А.В. Цьосем, який систематизував ігри українського народу: відповідно до пори року, магічного значення і календарних свят.

Подібну класифікацію розробила Г.В. Воробей, у якій групує ігри та забави з елементами ризику (рухливі ігри, які сприяють розвитку фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, спритності та швидкісно-силової); нею запропонована структурно-функціональна модель упровадження народного ігрового матеріалу у сучасну систему фізичного виховання школярів.

Звертаючи свою увагу на ігри, Т. Самотулка поділяє їх на: рухливі; сенсорні; сприймально-пізнавальні; конструктивні; розумові; товариські; сюжетно-історичні.

За 32 ознаками класифікувала народні ігри О.В. Кенеман, тобто відповідно до національної приналежності: російські, башкирські, бурятські, дагестанські, кабардино-балканські, калмицькі, карельські, комські, марійські, мордовські, північно-осетянські, татарські, тувінські, удмуртські, чечено-інгуські, чуваські, якутські, ігри народів Сибіру і Далекого Сходу, українські, білоруські, узбецькі, казахські, грузинські, азербайджанські, литовські, молдавські, латиські, киргизькі, таджицькі, вірменські, туркменські, естонські народні ігри.

Найбільш повною є класифікація народних ігор і розваг В.І. Семеренського та П.Г. Черемського. Вона розділена за такими ознаками: вікова категорія; характер організації фізичної діяльності; предметно-жанрові ознаки; час і місцем проведення; зміст; форма фізичного та естетичного виховання; основний вид діяльності; переважаючий прояв фізичних якостей.

За словами М.Г. Стельмаховича, народна педагогіка виділяє дві групи ігор: 1) ігри, які виникають самі по собі; 2) ігри, які спеціально вигадані для розваг.

Згідно класифікації Г.В. Довженок, яку описує Н.П. Сивачук, існують: 1) ігри, де організуючим началом ігрової дії виступає пісня, яка наскрізно зумовлює її; 2) ігри, де таким началом є діалог, який у

поєднанні з рухами сприяє створенню розвинутої драматичної дії; 3) ігри, де невеликий діалог, приспівка чи примовка, відносно слабко пов'язані з самою дією, роль якої у таких випадках значно важливіша за роль слова.

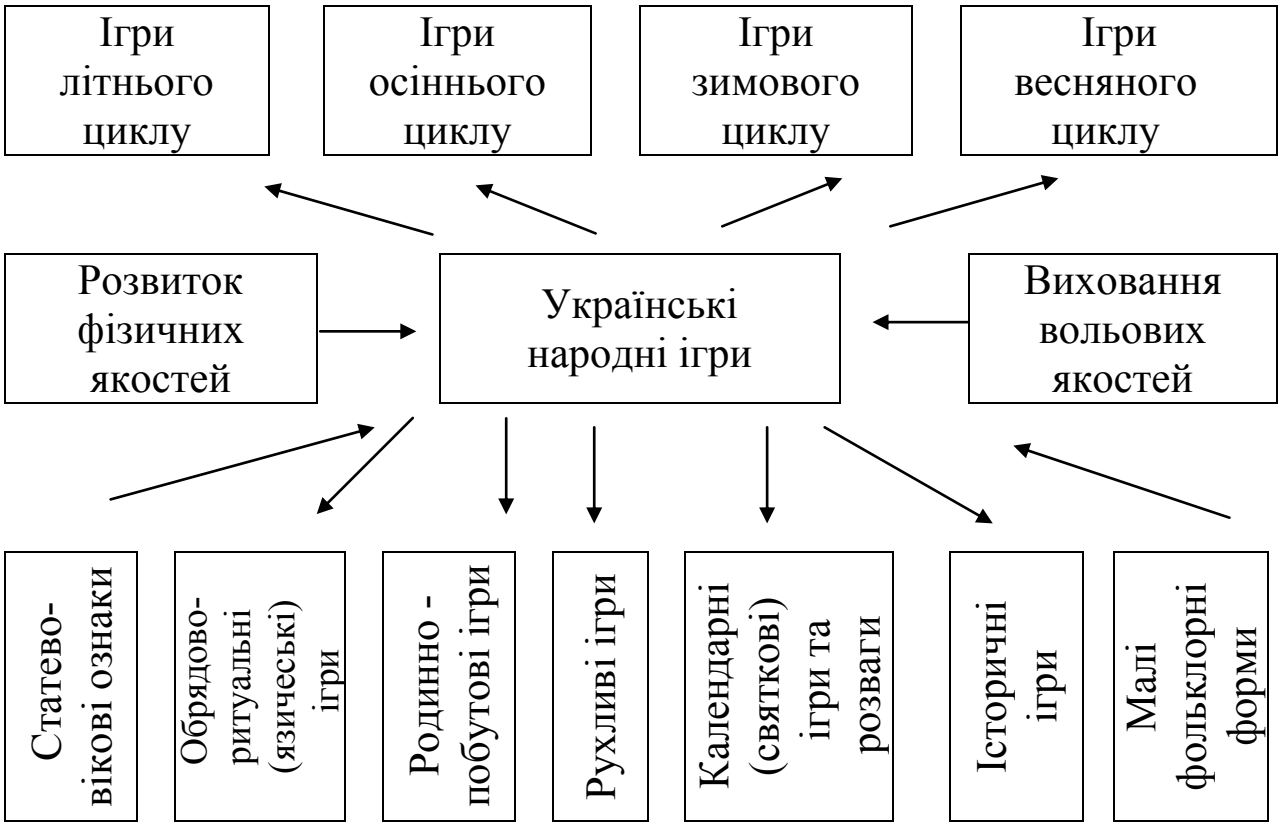
С.Б. Мудрик серед національних рухливих ігор вирізняє ігри: звичаєвого, обрядового, святкового і змагального характеру.

Класифікацію українських народних ігор знаходимо й у працях Є. Приступи та О. Біка, де усі ігри поділено на дві групи: сюжетні та за правилами.

Зважаючи на вище наведені класифікації народних ігор, здійснивши їх аналіз, розроблена авторська класифікація українських народних ігор (таблиця 3.2).

Таблиця 3.2.

Класифікація українських народних ігор



4. ФУНКЦІЇ ГРИ

Не одностайні дослідники у визначеннях функцій, структури та ознак гри.

Досліджуючи походження гри, виділяючи її компоненти та функції Д.Б. Ельконін звертається до висновків У.М. Гелассера, Ж. Колларітса, Ж. Піаже, Є.О. Покровського, Бойтендайка та ін.

Стосовно функцій гри В.В. Зеньківський пише "... щоб надати активності дитини таку форму, яка не відволікатиме від реальності, потрібно дозволити їй трохи пофантазувати".

„В ігровій діяльності дії, – пише С.Л. Рубінштейн, є скоріше вражаючими і семантичними актами, ніж оперативними прийомами. Вони повинні скоріше виразити висновок у потягах, у мотиві є зміст дії, відношення його до цілі, чим реалізувати цю ціль у вигляді речового результату. Така функція, призначення ігрової дії".

5. СТРУКТУРА ГРИ

Л.К. Грицюк, Л.А. Завацька, О.С. Семенов пишуть, що "усвідомити структуру і функції гри допомагають класифікації ігор…" та подають таку структуру гри: 1) мета гри (сенсорна, фізична, соціальна, інтелектуальна, емоційна); 2) ситуація гри (місце, атрибути, статевий та віковий склад учнів); 3) правила (або хід) гри.

У структурі гри виділяє А.П. Рудик компоненти: 1) фабула, або тематичний зміст, сюжет; 2) моторний зміст, або об'єм, різновид і характер рухів, які виконуються у грі, їх швидкість, сила, характер координації; 3) організаційна сторону гри, її складність, взаємовідносини гравців, розподіл ролей та обов'язків, зміст правил.

Аналізуючи висновки педагогів, психологів, які досліджували гру Н.В. Кудикіна створила власну теоретичну модель структури ігрової діяльності молодших школярів, яка включає такі компоненти: мотиваційно-цільовий, процесуально-операційний, змістовий, контрольно-оцінний, результативний. Дослідниця визначила також функції ігрової діяльності в цілісному навчально-виховному процесі початкової школи: збагачення емоційно-почуттєвої сфери, забезпечення основ здоров'я, креативна, адаптаційна, мотиваційна, навчально-пізнавальна, розвиваюча, діагностуюча, корегуюча, виховна функції.

Іншу структуру рухливої гри пропонує О.Л. Богініч: 1) ігровий задум, або мета гри, 2) ролі, 3) ігрові дії, 4) сюжет гри, 5) правила гри.

Серед ознак С.Б. Мудрик виділяє: основні ознаки (вільність: думок і дій; тимчасовість різних видів діяльності; обмеженість у часі й

просторі), формальні ознаки (незаінтересованість, самовираження, елемент суперництва, елемент напруги, непередбачуваність), а доповнив їх О.В. Шевченко: формою організації занять, характером моторної щільності, за сезоном і місцем роботи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для институтов физической культуры. – М.: ФиС, 1982. – 224 с.
2. Вікова психологія / За ред. Г.С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1976. – 270 с.
3. Вільчковський Е.С., Страшинський В.І. Рухливі ігри в школі. – К.: Рад. школа, 1971. – 120 с.
4. Вільчковський Е.С. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. – К.: Здоров'я, 1974. – 250 с.
5. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 336 с.
6. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник / С. Гончаренко. – К. : Либідь, 1997. – 376 с.
7. Деделюк Н.А., Цьось А.В. Традиції фізичного виховання в Київській Русі: Монографія / Н.А. Деделюк,. – Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2004. – 192 с.
8. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор та естафет із елементами футболу // Фізичне виховання в школі: Наук.-метод. журнал. – К.: Вид. „Педагогічна преса". – 2005. – № 3. – С. 18-22.
9. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 „Теорія і методика виховання" / З. М. Діхтяренко. – К., 2008. – 20 с.
10. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання" / Діхтяренко Зоя Михайлівна. – К., 2008. – 275 с.
11. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності (експериментальна робота) // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Міленіум, 2005. – Вип. 11. – С. 164-170.
12. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості учнів загальноосвітньої школи засобами ігрової діяльності : метод. реком. – К. : Науковий світ, 2008. – 41 с.
13. Діхтяренко З. М. Виховання толерантності у дошкільників, учнів ЗОШ та студентської молоді через естафети, рухливі та українські народні рухливі ігри // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини / [ред. кол. : Побірченко Н.С. *(гол. ред.)* та ін.]. – Умань : ПП Жовтий О. О., 2011 – Вип. 39.
14. Діхтяренко З. М. Духовно-моральна цінність рухливих ігор у позакласній роботі, як ефективний засіб розвитку фізичних якостей учнів у

виконанні державних тестів // Спортивний вісник Придніпров'я – науково-теоретичний журнал ДДІФКіС. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2003. – № 3-4. – С. 59-61.

15. Діхтяренко З. М. Збереження фізичного та психічного здоров'я молодших школярів під час формування наполегливості засобами рухливих ігор // Педагогіка вищої та середньої школи: Зб. наук. праць КДПУ. – Кривий Ріг : КДПУ, 2005. – Вип. 11. – С. 414-418.

16. Діхтяренко З. М. Користування „Щоденником зміцнення здоров'я" для формування наполегливості молодших школярів // Зб. наук. праць УДПУ. – К.: Науковий світ, 2003. – С. 66-73.

17. Діхтяренко З. М. Науково-практичні проблеми соціалізації підростаючої особистості // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка. Т. XIII, Част. 1. – К., 2011.

18. Діхтяренко З. М. Підручники та зошити з основ здоров'я – перший крок до формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Науковий світ, 2004. – Вип. 9. – С. 115-120.

19. Діхтяренко З. М. Психолого-педагогічна класифікація рухливих ігор // Нові технології навчання: наук.-метод. зб. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОНмолодьспорт України / З. М. Діхтяренко. – К. , 2011. – Вип. 70.

20. Діхтяренко З. М. Рухливі ігри та естафети з елементами футболу // Фізичне виховання в школі: Науково-методичний журнал. – К.: „Педагогічна преса". – 2005. – № 1. – С. 18-20.

21. Діхтяренко З. М. Фізична рекреація та реабілітація молодших школярів під час рухливих ігор // Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Науковий світ, 2002. – С. 72-77.

22. Діхтяренко З. М. Формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор у сучасних соціокультурних умовах // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Зб. наук. праць. – Вип. 5. – К.-Житомир: Волинь, 2003. – Кн. 2. – С. 147-153.

23. Діхтяренко З.М. Формування наполегливості молодших школярів засобами фізичної культури // Вісник Житомирського педагогічного університету імені Івана Франка. – Житомир: Редакційно-видавничий відділ ЖДПУ імені Івана Франка, 2003. – Вип. 13. – С. 138-140.

24. Діхтяренко З. М. Формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор через підручниками та зошитами з основ здоров'я // Підготовка вчителя до впровадження нових технологій навчання у малокомплектній школі: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції: м. Умань, 15-16 жовтня 2004 р. УДПУ. – К. : Науковий світ, 2004. – С. 104-105.

25. Кузь В.Г., Сивачук Н.П. Українські народні дитячі ігри: Посібник для студентів філологічного факультету, студентів дошкільного та педагогічного факультетів. – К.: Науковий світ, 2003. – 32 с.

26. Люблінська Г.О. Дитяча психологія. – К.: Вища школа, 1974. – 355 с.

27. Лянной Ю., Кравченко А. Рухливі ігри як засіб фізичної реабілітації учнів у загальноосвітній школі // Фізичне виховання в школі. – № 2, 1999. – С. 23-25.

28. Песталоці Й.Г. Вибрані педагогічні твори.Т.1. – К.-Х.: Радянська школа, 1938. – 338 с.

29. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців. – Львів, 1995. – 254 с.

30. Руссо Ж.-Ж. Педагогические сочинения: В 2-х т. Т.2 / Под ред. Г.Н. Джибладзе. – М.: Педагогика, 1981. – 336 с.

31. Рухливі та народні ігри, естафети (практикум) : метод. реком. / укл. З. М. Діхтяренко. – Умань : ПП Жовтий, 2010. – 112 с.

32. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі : навч. посіб. / Л. П. Сергієнко. – Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2011. – 264 с.

33. Солопчук М. С. Історія фізичної культури і спорту. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2001. – 236 с.

34. Сухомлинський В.О. Вибрані твори. В 5-и томах. Том 1-5. – К.: Радянська школа, 1976 - 1977.

35. Ушинский К.Д. Вибрані педагогічні твори: В 2-х т. Пер. з рос. Т. 1-2. – К.: Рад.школа, 1983.

Філь С.М. Історія фізичної культури: Навч. посіб. / Філь С. М., Худолій О.М., Малка Г.О. – Харків: ОВС, 2003. – 160 с.

36. Хрестоматія з історії дошкільної педагогіки: навч. посібник / За заг. ред. З.Н. Борисової. – К.: Вища школа, 2004. – 511 с.

37. Цьось А.В. Українські народні ігри та забави: навч. посібник. – Луцьк: Надстир'я, 1994. – 96 с.

38. Цьось А.В. Фізичне виховання в календарній обрядовості українців: Монографія / Анатолій Васильович Цьось. – Луцьк: Надстир'я, 2000. – 376 с.

39. Шевченко О.В. Рухливі ігри та забави. Навчально-методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання. – Кіровоград: РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2003. – 108 с.

40. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: В 2 ч. Ч. 1. / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2003. – 272 с.

41. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: В 2 ч. Ч. 2. / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2003. – 248 с.

Перелік питань контролю і самоконтролю знань студентів

1. Проаналізуйте розвиток та роль гри у родовому та рабовласницькому суспільствах. Дати порівняльну характеристику.
2. Проаналізуйте розвиток та роль гри у Стародавній Греції та Римі. Дати порівняльну характеристику.
3. Проаналізуйте розвиток та місце гри у середні віки та новий час. Дати порівняльну характеристику.
4. Опишіть розвиток гри на межі XIX-XX століть.

5. Опишіть розвиток рухливих ігор у кінці XX та на початку XXI століть.
6. Опишіть розвиток українських народних (рухливих) ігор у кінці XX та на початку XXI століть.
7. Дайте визначення понятть “гра”, “ігрова діяльність”, “рухлива гра”, “українські народні рухливі ігри”.
8. Опишіть класифікацію рухливих ігор за І. Боберським. У яких класифікаціях є схожі ознаки.
9. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Л.В. Билеєвою та І.М. Коротковим.
10. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Е.С. Вільчковським.
11. Опишіть класифікацію ігор за К. Гроссом.
12. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Д.А. Колоццою.
13. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Е. Клапаредом.
14. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Е.А. Покровським.
15. Опишіть класифікацію рухливих ігор за М.І. Покровською.
16. Опишіть класифікацію рухливих ігор за С.Ф. Русовою.
17. Опишіть класифікацію рухливих ігор за М. Філітісом.
18. Опишіть класифікацію рухливих ігор за С.М. Мудриком.
19. Опишіть класифікацію рухливих ігор за З.М. Діхтяренко.
20. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за А.Я. Вольчинським.
21. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Т. Самотулкою.
22. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Г.В. Довженок.
23. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за О.В. Кенеман.
24. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Н.В. Кудикіною.
25. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Г.В. Воробей.
26. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за М.Г. Стельмаховичем.
27. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за А.В. Цьосьом.
28. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за В.І. Семеренським і П.Г. Черемським.
29. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Є. Приступою та О. Біком.
30. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за З.М. Діхтяренко.
31. Перерахуйте одну функцію гри.
32. Опишіть одну структуру гри.



Тема ІІ: “Педагогічні вимоги до організації та проведення рухливих і українських народних рухливих ігор“

План

1. Педагогічна характеристика рухливих ігор:
   1.1. Гігієнічне, оздоровче значення та завдання рухливих ігор
   1.2. Навчальне значення та завдання рухливих ігор
   1.3. Виховні завдання та значення рухливих ігор
2. Підготовка до проведення гри:
   2.1. Схема (план) заняття (уроку)
   2.2. Вибір (добір) гри
   2.3. Підготовка місця для гри
   2.4. Підготовка інвентаря
   2.5. Розмітка майданчика
3. Організація та методика проведення рухливих ігор:
   3.1. Пояснення гри
   3.2. Визначення ведучих
   3.3. Розподіл за командами
   3.4. Вибір капітанів команд
   3.5. Визначення помічників та суддів
   3.6. Керівництво процесом гри
   3.7. Дозування навантаження під час проведення гри
   3.8. Закінчення гри
   3.9. Підсумки гри
4. Значення малих фольклорних форм (загадки, заклички, жеребкування, лічилки, мирилки, примовки, скоромовки і т.д.) для проведення рухливих та українських народних рухливих ігор
5. Методика проведення рухливих та українських народних рухливих ігор у різних класах:
   5.1. Організація та проведення ігор у 1-2 класах
   5.2. Організація та проведення ігор у 3-4 класах
   5.3. Організація та проведення ігор у 5-8 класах
   5.4. Організація та проведення ігор у 9-11 класах
6. Рухливі та українські народні рухливі ігри під час різних навчально-виховних процесів у школі:
   6.1. Ігри на перервах
   6.2. Ігри у групах продовженого дня
   6.3. Ігри під час свят
7. Рухливі та українські народні рухливі ігри у таборах, на місцевості, військово-спортивні ігри
8. Особливості проведення змагань із рухливих ігор

1. ПЕДАГОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА РУХЛИВИХ ІГОР

1.1. Гігієнічне, оздоровче значення та завдання рухливих ігор

Рухливі ігри активно впливають на всі сторони життя кожної підростаючої особистості, допомагаючи виконувати оздоровчі, виховні та освітні завдання.

Рухливі ігри завжди емоційні. Емоційний стан характеризується швидким виділенням гормону адреналіну, який підвищує м'язову діяльність, активізує діяльність ЦНС (центральна нервова система).

Для оздоровлення потрібно проводити рухливі ігри на свіжому повітрі цілий рік. Це сприятиме посиленню обміну речовин, збільшиться приплив кисню в організм, загартуванню дітей.

Якщо рухливі ігри проводять у приміщенні, то перед початком його гарно провітрюють, проводять вологе прибирання, підготовлюють потрібний інвентар та прибирають гострі, непотрібні предмети для застереження травматизму.

Різноманітні рухи і дії під час гри сприяють удосконаленню організму, зміцнюють його стійкість до несприятливих умов середовища, позитивно діють на серцево-судинну, дихальну та інші системи організму, на загальний фізичний розвиток та здоров'я. Проведення рухливих ігор на свіжому повітрі сприяє загартуванню організму. Вони є ефективним засобом активного відпочинку після тривалої розумової праці.

Рухливі ігри формують життєво необхідні рухові навички, які широко застосовуються у побутових умовах і у трудовій діяльності (ходьба, біг, метання, стрибки і т.д.), збагачують руховий досвід і вміння керувати своїм тілом у складних умовах, що позитивно впливає на засвоєння техніки і тактики спортивних ігор, розвиває такі фізичні якості, як сила, швидкість, спритність, витривалість, гнучкість, поглиблює пізнавальні здібності, пов'язані з руховою діяльністю, формує систему знань, засвоєння яких сприяє підвищенню загальноосвітньої культури і забезпечує свідому основу оволодіння різними видами рухової діяльності, дає змогу оволодіти спеціальними знаннями з фізичного виховання, біології, гігієни.

Ігри прискорюють вироблення активних рис характеру, створюють сприятливі умови для виховання дружніх стосунків у колективі, зміцнюють почуття взаємовиручки, взаємодопомоги, формують поняття про норми громадської поведінки. Дисципліна – головний компонент кожної колективної гри. Гравець повинен вміти узгоджувати свої інтереси і дії з

інтересами інших гравців, підкорятись правилам гри, вказівкам вчителя (викладача), судді, капітана і ведучого. Все це сприяє вихованню і зміцненню свідомої дисципліни, морально-вольової стійкості, стриманості, наполегливості, організованості. Підвищення рівня фізичної підготовки учнів, розширення функціональних можливостей їх організму, збагачення духовності учнів здійснюється у цілеспрямованому доборі рухливих ігор.

Завдання рухливих ігор у фізичному вихованні. Рухливі ігри є складовою частиною навчально-виховної роботи з фізичного виконаним учнів в учбових закладах. У процесі фізичного виховання рухливі ігри здійснюються в єдності з розумовим, моральним, естетичним і трудовим вихованням, збагачуючи духовний світ учнів. При цьому виконуються такі *завдання:* гармонійний розвиток особистості – зміцнення здоров'я, загартування та підвищення працездатності; формування рухових навичок і вмінь, життєво необхідних у повсякденному побуті; розвиток фізичних якостей (швидкість; сила, витривалість, спритність, гнучкість).

1.2. Навчальне значення та завдання рухливих ігор

Органічне поєднання завдань, засобів і методів у навчально-виховному процесі містить у собі заняття фізичного виховання. Таке поєднання в повному обсязі забезпечує гармонійний розвиток особистості учня. На занятті учні оволодівають програмним матеріалом, необхідними знаннями, набувають уміння і навички, що забезпечують їм потрібний духовний розвиток, зміцнюють здоров'я і привчають до участі у суспільно-корисній праці.

Одним із найефективніших засобів фізичного виховання учнів є рухливі ігри, які позитивно впливають на фізичний розвиток, удосконалення рухових умінь і навичок, розумові, моральні, естетичні та духовні якості. Рухливі ігри – це велика гама рухових і емоційних відчуттів і почуттів, які активно діють на функціональні можливості учнів.

1.3. Виховні завдання та значення рухливих ігор

Велике значення рухливих ігор у вихованні фізичних якостей: швидкості, спритності, сили, витривалості, гнучкості. При чому у рухливих іграх фізичні якості розвиваються у комплексі, що є життєво важливим.

Більшість рухливих ігор жадає від учасників швидкості (швидше утекти, наздогнати, миттєво реагувати на звукові, зорові, тактильні сигнали).

Постійно змінюється обстановка у грі, що вимагає від учасників швидкого переходу від одних дій до інших, сприяє вихованню спритності. Ігри зі швидкісно-силовою спрямованістю виховують силу.

Ігри з частими повтореннями напружених рухів, з безупинною руховою діяльністю, пов'язані зі значною витратою сил і енергії, розвивають витривалість. Ігри, які пов'язані з частими змінами напрямку, амплітуди рухів, сприяють вихованню гнучкості. Дуже велике значення рухливих ігор у моральному вихованні дітей.

Багато рухливих ігор пов'язані із сюжетом, що розкривається в імітації тваринного світу, явищ природи, трудових дій і взаємин дорослих. Ігри активізують пізнавальну діяльність, збагачують дітей знаннями, новими представленнями, направляють і активізують спостережливість, увагу і рухову пам'ять, кмітливість. Рухлива гра носить колективний характер і привчає дітей до діяльності у колективі. Ігри розвивають у дітей почуття товариства, солідарності і відповідальності за дії один одного.

Беручи участь у колективній грі, дитина повинна жертвувати своїми інтересами заради інтересу товаришів, інтересу команди; поступитися місцем товаришу, який знаходився у кращому положенні, щоб домогтися результату, намагатися виручити гравця, який попав у "полон", прагнути виконати рух швидше, що б поліпшити положення своєї команди і т.п. Почуття солідарності і товариства виховується в іграх поступово. Від дітей дошкільного і молодшого шкільного віку потрібно тільки узгодження своїх дій в іграх із товаришами. Пізніше з'являються ігри із взаємовиручкою, допомогою товаришу. І, нарешті, з'являються ігри з діями, підлеглими інтересам свого колективу, своєї команди.

Грі властиві протидії одного гравця іншому, одній команді іншій. У зв'язку з цим перед граючими виникають найрізноманітніші завдання, які вимагають своєчасного дозволу. Для цього необхідно у найкоротший термін оцінити обстановку, яка створилася, вибрати правильні дії і виконати. У силу цього ігри допомагають самопізнанню у її учасників. Конкретні взаємини між граючими визначають не тільки загальний характер змагальної боротьби, взаємного співробітництва, взаємної психологічної злагодженості, але й особливості виконання багатьох ігрових дій, інтенсивність і загальні розміри зусиль, гостроту деяких переживань. Правила гри сприяють вихованню свідомої дисципліни, чесності, витримки, умінню "взяти себе у руки" після сильного порушення, стримувати свої егоїстичні пориви. Усе це сприяє вихованню волі.

Рухливі ігри сприяють і художньому вихованню дітей. Перші прояви художньої творчості у дітей, як правило, приймають форму гри. В іграх

дітей, особливо дошкільного і молодшого шкільного віку, велике місце займає творча уява: простий ціпок може бути і конем, і велосипедом, і рушницею, і шаблею і т.п. Уява і творчість розвиваються не тільки у рольових іграх, але й в організаційних рухливих іграх із сюжетним змістом. Ігри, які відбивають навколишню дійсність, побудовані у дитячому розумінні на поразці окремим персонажів, розігруванні подій із розподілом ролей, у виконанні яких діти вносять свою творчу уяву. У процесі таких ігор творча уява розвивається й удосконалюється. Вони сприяють розвитку відчуттів і сприймань, привчають сприймати навколишні предмети і явища у всіх їхніх взаємозв'язках, приносять дітям нові враження і знання про навколишнє у їхньому світі, привчають до спостережливості, а також до логічного мислення.

Організовані ігри з музичним супроводом розвивають у дітей музичність. Педагоги використовують ігровий метод у музичному вихованні дітей: гра з рухом під музику сприяє кращому засвоєнню характеру і форми музики. У хороводних і музичних іграх дитина виявляє свої перші танцювальні здібності. У грі дитина виявляє усі свої особисті якості і властивості. Виявлення індивідуальних особливостей у процесі гри допомагає краще взнати кожній дитині і впливати на розвиток її у потрібному напрямку. Не одна діяльність так яскраво і всебічно не розкриває характерні риси особистості школяра, як гра. Захоплена грою дитина виявляє всі сторони свого характеру, часто замкнутий у класі він зовсім по іншому проявляє себе у грі. Усе це вкрай важливо для правильного індивідуального підходу до дітей.

Таким чином, гра не тільки задовольняє емоційну сферу дітей, доставляє їм радість, але і моделює життєві ситуації, закріплює властивості, якості, уміння, здібності, які необхідні особистості для виконання соціальних, професійних, творчих функцій, фізично розвиває і загартовує дитячий організм, удосконалює ті якості і навички, які необхідні для оволодіння різними видами спорту.

2. ПІДГОТОВКА ДО ПРОВЕДЕННЯ ГРИ

2.1. Схема (план) заняття (уроку)

Заняття (урок) фізичного виховання з рухливими іграми має свою специфіку в організації та проведенні. Воно у комплексі виконує

освітні, виховні й оздоровчі завдання і забезпечує єдність фізичної та розумової активності учнів.

Під схемою заняття розуміють орієнтовний план, яким користуються як основою для організації та побудови заняття. Протягом 90 (45 хвилин у школі) хвилин викладач (вчитель) повинен виконати всі завдання, які визначенні на дане заняття в орієнтовному плані. Для виконання поставлених завдань підбирається матеріал, визначається послідовність його вивчення та методичні прийоми навчання.

Заняття фізкультурою з іграми схематично складається з *трьох частин*: підготовчої, основної та завершальної (заключної). Обов'язковість такої структури диктується психофізіологічними закономірностями функціонування організму при певних навантаженнях. Рухливі ігри можна включати у всі частини уроку. Їх зміст залежить від педагогічного завдання уроку і складу тих, що займаються.

У підготовчій частині заняття використовуються ігри невеликої рухливості і складності. Вони сприяють зосередженню уваги учнів у їх організації та підготовці до занять, переходу до більших фізичних навантажень, забезпечення сприятливих умов для психічного та емоційного стану і виконують специфічні завдання основної частини заняття. Педагог здійснює заходи щодо забезпечення здоров'я дітей, запобіганню травматизму, правила техніки безпеки (ТБ). На ціле заняття або перед кожною грою вибирається ведучий та розподіляються учасники гри на команди. Своєчасне навчання дітей різним способам вибору ведучого дає можливість справедливо вирішувати актуальні для початку гри питання взаємодії в ігровому колективі, запобігти багатьом конфліктним ситуаціям між дітьми.

Основна ж частина спрямована на вивчення, вдосконалення і засвоєння тих рухових умінь і навичок, які потребують великої рухливості. Вона призначена для поглибленого виконання освітніх, виховних і оздоровчих завдань, які передбаченні навчальною програмою заняття (загальний і спеціальний розвиток опорно-рухового апарату, вдосконалення техніки руху, формування спеціальних знань, розвиток рухових якостей, виховання морально-вольових якостей). Ця частина уроку (заняття) складна для педагогічного керівництва, проте саме від умілого керівництва нею залежить реалізація мети, яка передбачена грою.

Заключна частина містить перехід стану збудження у стан спокою і повинна сприяти активному відпочинку після інтенсивного навантаження в основній частині заняття (зниження фізіологічного збудження і надмірної

напруги окремих груп м’язів, регулювання емоційного стану). У цій частині використовуються ігри малої (незначної та середньої) рухливості з простими рухами, правилами та організацією (“Клас, струнко!”, “Заборонений рух”, “Хто підходив?” і т.д.); перед усіма учнями оголошується підсумок заняття (уроку), домашнє завдання.

2.2. Вибір (добір) гри

Вчитель підбирає гру враховуючи: інтереси учнів, їх фізичний розвиток, вік, місце проведення (невеликий, вузький зал, коридор де можна проводити ігри з шикуванням у колони і шеренги; ігри, в яких гравці беруть участь по черзі; у великому залі, на майданчику – ігри великої рухливості з бігом у розсіч, з метанням великих і малих м’ячів, з елементами спортивних ігор і т.д.), наявність спеціального інвентаря (відсутність необхідного інвентаря впливає на дисципліну та інтерес учнів до гри), форму проведення заняття (урок, перерва, заняття спортивної секції, збір і т.д.), відповідність програмному матеріалу, педагогічним завдань даного заняття, зміст і навантаження гри, які відповідають темі заняття.

Якщо ігри проводити на майданчику, то слід враховувати погоду та температуру повітря. При низькій температурі повітря можна проводити ігри, в яких беруть участь одночасно всі учні, фізичне навантаження розподіляється на них рівномірно. У спеку краще проводити ігри, в яких гравці беруть участь по черзі.

Поступово від простих ігор потрібно переходити до більш складних, підвищувати вимоги щодо забезпечення певної швидкості та координації рухів.

При правильному підборі і застосуванні ігор можна впливати на успішне оволодіння учнями елементів спортивної техніки, на рівень фізичної підготовки, на ряд позитивних морально-вольових якостей. Вони сприяють переборенню негативного ставлення до занять фізичного виховання і викликають потребу у систематичних заняттях.

Народні ігри пов’язані з культурою народу. Їхні образи створювали через народні казки про звірів, птахів, рослин тощо. Спільними для народних казок і ігор є образи-ролі кота, лисиці, мишей, ведмедя, вовка. Спільність образів – це ознака спільної фольклорної основи та спорідненого виховного впливу через ігри ”У сірого вовка”, ”Вовк і лисичка”, “Коза, коза – ме!”, “Заїнько”, “Бери коня” тощо (ці образи

описані у народних легендах, традиціях та ритуалах). М.Г. Стельмахович у зв'язку з цим писав, що дитяча гра – один з основних видів діяльності дітей, спрямованої на практичне пізнання навколишніх предметів і явищ через відтворення дій та взаємин дорослих.

Для проведення українських народних ігор вибирають ігри відповідно порі року (на весні – весняні ігри "Подоляночка", восени – осінньої тематики "Ходить гарбуз по городу"). Вибір гри залежить від місця проведення (у лузі – ігри "Віночок", біля водойми – "Міст", "Качки і рибалки" тощо). Для закріплення техніки стрибка, доцільно провести ігри, сюжет яких пов'язаний із стрибком. Більшість українських народних ігор не діляться за статтю, але існують чисто дівочі ("Мак", "Горішок", "Подоляночка" та ін.) та парубочі ("Тягти бука", "Фортеця", "Дзвініця" та ін.) рухливі ігри.

2.3. Підготовка місця для гри

Велику роль в оздоровчому процесі відіграють рухливі ігри на свіжому повітрі. Для цього необхідно завчасно підготувати майданчик, який має бути рівним (утрамбувати землю, посипати її піском, нанести розмітку постійних ліній), чистим, гарно оформленим. Зелені насадження мають велике значення – захищають від вітру, куряви, освіжають повітря, створюють тінь і т.д. Якщо грунт не трав'яний, то у теплу пору року потрібно поливати його водою за півгодини до ігор, а взимку – очистити його від снігу або утоптати, оточити сніговим валом, посипати піском, попелом.

Приміщення, в якому проводяться ігри, необхідно провітрювати, а спортивні прилади розмістити так, щоб під час гри вони не заважали. У зручному місці для відпочинку, гравцям потрібно поставити гімнастичні лави. Для проведення українських народних ігор не потрібно спеціального майданчика. Молодь грала на вулицях, на лузі, у полі, у лісі і т.д. Одна з головних умов до місця проведення таких ігор – великий простір, який може бути із насадженнями, з пагорбами.

2.4. Підготовка інвентаря

Для багатьох рухливих ігор потрібний різноманітний інвентар: м'ячі, скакалки, обручі, палички, стрічки і т.д. Багато інвентаря можуть виготовити учні під керівництвом вчителя, батьків. Бажано, щоб він був

яскравим, відповідав за вагою та розміром силам гравцям. У спеціально відведеному місці та у доброму гігієнічному стані повинен зберігатися інвентар. Розкладання і роздавання інвентаря не повинно забирати багато часу. Все це готують до початку заняття або перед грою заздалегідь.

Народні ігри, як правило, не вимагають складного обладнання. Інвентарем часто бувають підручні матеріали (палиці, горіхи, каміння, листя і т.д.), які можна знайти у природі перед початком гри. Але і існує спеціальний інвентар, який виготовлявся та приносився заздалегідь до гри: м'яч, гилка, цурка, ходулі і т.д.

Роздавати дрібний інвентар необхідно після пояснення гри, щоб учні були уважними. Щоб витрачати менше часу, викладач (вчитель) залучає до цього учнів.

2.5. Розмітка майданчика

Майданчик для проведення рухливих ігор окреслюється лініями, у межах яких проводиться всі ігрові дії. Межі майданчика мають бути добре помітними, бо, коли діти захопляться грою, їм важко слідкувати за умовними або нечіткими лініями. Бажано лінії зробити такими, щоб не було потреби поновлювати їх для кожного заняття. У залі вони наносяться фарбою, а на майданчику – розчином вапна або крейди.

Тимчасова розмітка всередині майданчика робиться для кожної гри окремо. Для цього використовують загострену палицю, крейду, прапорці, стояки, м'ячі тощо. Якщо розмітка потребує багато часу, то її необхідно .зробити заздалегідь. Нескладну розмітку можна зробити одночасно з поясненням змісту гри, що дає гравцям точніше уявлення про напрямки пересування.

Щоб запобігти травмам, лінії кордонів для гри позначаються на відстані 1,5-2 *м* від стін, парканів та інших предметів. Особливо це стосується тих ігор, де є елементи перебігання. На зимовому майданчику лінії розмічаються темним порошком (дрібне вугілля, попіл) або синькою.

3. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ІГОР

Хід гри. У хід гри входить: пояснення гри, розподіл на команди, визначення ведучих, помічників та суддів, керівництво процесом гри, дозування навантаження у грі, закінчення гри і підсумки проведення гри.

Ефективність гри залежить від уміння викладача (вчителя) дохідливо і цікаво пояснити гру, вміло керувати її процесом, бути об'єктивним в оцінці ігрових дій гравців, поважати кожну дитину – особистість. Велике значення тут має вміння викладача (вчителя) залучати учнів до проведення гри.

3.1. Пояснення гри

По відношенню до тих хто займається викладач (вчитель) повинен перебувати на такому місці, щоб його було всім видно. Потрібно у зрозумілій і доступній формі пояснювати гру. При пояснені правил гри вчитель повідомляє її назву, роль кожного гравця і його місце на майданчику, у залі, мету гри та її хід. Не можна перед поясненням розставляти дітей обличчям до сонця або іншого джерела світла. Це погіршує видимість, увагу учнів. Приступаючи до пояснення, найдоцільніше поставити гравців у те положення, з якого вони повинні будуть починати гру. При розташуванні учнів по *колу* викладач для пояснення гри знаходиться між гравцями на півкроку позаду. При розташуванні їх у *колони*, паралельній одна одній на відстані двох-трьох метрів, викладач стоїть попереду колон посередині.

При поясненні гри (викладач має бути добре обізнаний з її правилами) потрібно повідомити її назву, розподілити ролі кожному гравцю, визначити місця їх перебування, мету і хід гри. Розповідь повинна супроводжуватися показом, тобто поясненням окремих, найбільш складних моментів з демонстрацією деяких рухів.

При повторенні гри слід лише нагадати її основний зміст за допомогою запитань, пояснити учням додаткові правила і прийоми.

Після пояснення гри вчитель перевіряє, чи всі гравці розуміють її правила.

3.2. Визначення ведучих

У багатьох іграх потрібні один чи декілька ведучих. Їх ролі можуть бути різноманітні: догнати гравця, який втікає, влучити у нього м'ячем, відгадати по голосу, хто підходив, і таке інше. Виконання обов'язків ведучого впливає на виховання гравців, сприяє формуванню їх організаторських навичок і активності.

Бажано, щоб у ролі ведучого побувало найбільше дітей.

Існує кілька способів визначення ведучого:

- Вчитель може призначити ведучим одного з гравців за своїм розсудом, коротко обґрунтовуючи свій вибір.
- Ведучого також можуть обирати самі гравці. Цей спосіб має позитивне значення у педагогічному відношенні, тому що він розкриває колективне бажання дітей обрати на цю роль найбільш гідного товариша. Однак для цього необхідно, щоб гравці добре знали один одного, інакше їх вибір не завжди буде вдалим.
- Нерідко призначають ведучого за результатами попередніх ігор. Цей вибір стимулює учнів досягнути кращих результатів у грі. Негативною стороною цього способу є те, що на роль ведучого не можуть бути висунуті слабкі чи менш спритні діти.
- Спосіб – жеребкування. Для цього застосовують рахунок у вигляді лічби (лічилки). На кого випаде останнє слово лічби, той стає ведучим чи, навпаки, виходить з кола (у такому разі лічба робиться доти, поки не залишиться гравець, який і стає ведучим). Цей спосіб довший за часом, ним звичайно користуються в іграх, які проводять у позаурочний час.

Всі перелічені способи застосовуються у залежності від умов занять, характеру гри та кількості гравців.

3.3. Розподіл за командами

Багато рухливих ігор та ігри-естафети потребують розподілу на команди за *однаковою кількістю гравців і рівними за силою*.

Існує багато способів розподілу гравців на команди: 1 спосіб: здійснюється вчителем за його розсудом - шляхом розрахунку за номерами, у залежності від кількості команд: перший, другий, третій і т.д. Спосіб цей короткий у часі, але внаслідок його команди не завжди формуються рівні за своїми силами. У 1 класі цей спосіб розподілу не використовують, бо учні ще не вивчили цю форму розрахунку. 2 спосіб: фігурне маршірування здійснюється таким чином: учні перешиковуються з колони по одному у колону по два, по три, де кожна з утворених колон являє собою одну із команд, які змагаються. Цей спосіб є зручним тому, що він не потребує багато часу для його проведення.

У 1 класі перший та другий способи розподілу не використовують, бо учні ще не вивчили ці форму розрахунку.

3 спосіб: за призначенням капітанів команд. Вчитель може вдало зробити це тільки тоді, коли добре знає колектив. Або ж діти самостійно на

початку гри вибирають капітанів у залежності від кількості команд. Капітани створюють свої команди за домовленістю з однолітками За таким способом розподіл відбувається швидко, але самі гравці ніякої активності не проявляють. Тому цей спосіб доцільно застосовувати у 3-4 класах, коли учні добре знають один одного і завдяки досить високому рівню розвитку спілкування можуть швидко досягти домовленості.

4 спосіб: вчитель або учні вибирають капітанів, які по черзі вибирають гравців у свою команду. Цей спосіб дає можливість швидко укомплектувати команди, які будуть рівними за силами. Однак цей спосіб має свої негативні сторони. Слабких гравців капітани до своїх команд беруть неохоче. Щоб цього уникнути, потрібно відібрати у команди десь половину гравців, а другу – поділити за допомогою розрахунку.

5 спосіб: розподіл на команди шляхом жеребкування. Наприклад, капітани команд таємно від учасників гри обирають кожний для себе слово-пароль: якір, яструб. Всі учні таємно обирають один із паролів (листочок із назвою) і тоді визначаються, хто у якій команді.

6 спосіб: можуть бути створені постійні команди – це зручно для проведення ігор-естафет, ігор-змагань.

Способи розподілу гравців на команди за *жеребкуванням* чи *за призначенням капітанів* більш ефективні, ніж розподіл гравців, які стоять у шерензі або у колі на команди шляхом *розрахунку колони*, яка рухається. При таких розподілах в одній команді можуть бути сильні, а в іншій слабші гравці, тоді інтерес до гри зникає..

Всі способи розподілу на команди слід запроваджувати у відповідності з характером і умовами проведення гри, а також складом гравців.

У деяких командних спортивних іграх доводиться встановлювати право першого ходу. Яка команда починає гру, можна встановити:

- виходячи із результатів попередніх ігор;
- виходячи із того, яка команда організованіше і краще підготувала до гри майданчик та необхідне обладнання;
- лічилкою між ватажками;
- за результатами певного виду змагання (фізичного або розумового) між представниками команд (наприклад, метання м’яча на відстань, влучення м’ячем у ціль, бігу наввипередки до означеного місця, розгадування загадок тощо);
- шляхом жеребкування. Для цього можуть бути використані дві різної довжини, проте однакові завтовшки палички. За умовою, починає гру та команда, чий ватажок витягне, скажімо, коротку паличку. Один із гравців

затискає обидві палички у кулаці таким чином, щоб зовнішні кінці були суміщені. Та команда, чий ватажок із двох паличок витягне коротку, здобуває право першого ходу;

- серед маленьких дітей (учні 1-2 класів) того, хто починає гру, можна визначити, пускаючи паперовий літачок. Для цього між командами проводиться смуга. Дитина, яка не бере участі у грі, або інша незацікавлена особа ставить ноги паралельно до смуги з двох її боків і запускає літачок. На чий бік він залетить, та команда і починає гру;
- шляхом відгадування (у лівій чи правій руці організатора гри затиснутий дрібний предмет – камінчик, „фантик", каштан, монета, іграшка тощо). Поширеним є відгадування, якою стороною впаде монета, тощо;
- завдяки вияву поваги сильнішої команди до слабшої або хлопців до дівчат - їм пропонується починати гру першими;
- вимірювання на палиці. Один із гравців підкидає її, а інший ловить палицю однією рукою. Другий гравець береться за палицю вище тієї руки, котра зловила. Так по черзі ведучі переносять руки вище до кінця палиці. Чия рука опиниться вище – та команда починає гру.

Послідовне і систематичне навчання учнів різним способам самоорганізації під час проведення рухливих ігор дає змогу ефективно використовувати час ігор для активного, повноцінного відпочинку дітей і сприяє формуванню самоуправління класного колективу через набуття кожним досвіду соціальної взаємодії.

3.4. Вибір капітанів команд

У командних іграх важлива роль відводиться капітанам команд. Вони відповідають за дисципліну гравців своєї команди під час гри, організують і розміщують учасників, встановлюють черговість бігу в іграх-естафетах та ін. Капітанів вибирають самі гравці або призначає вчитель, коли вже створені команди з учнів, найбільш здібних та дисциплінованих, які користуються авторитетом у своїх товаришів.

Іноді, з метою виховання позитивних рис характеру, можна призначити капітаном пасивного гравця або нестриманого учня, який легко збуджується.

3.5. Визначення помічників та суддів

Більшість рухливих ігор важко організувати і проводити без помічників і суддів. Це особливо важливо на уроках фізичної культури,

коли час на проведення гри обмежено і у зв'язку з цим її організація повинна бути чіткою і швидкою.

Помічники і судді призначаються з числа учнів, звільнених за станом здоров'я від виконання фізичних вправ середньої та великої інтенсивності, для яких фізичне навантаження даної гри протипоказане. Якщо таких учнів немає, то помічників і суддів призначають з числа гравців.

При повторенні гри їх слід заміняти іншими гравцями.

Кількість помічників та суддів у грі залежить від характеру, кількості груп або команд і розмірів майданчика. Вони допомагають учителю у роздачі або встановленні інвентаря, слідкують за додержанням правил гри, ведуть підрахунок балів та ін. Виконання обов'язків помічників, суддів, капітанів команд прищеплює дітям організаторські навички. Надалі ці учні можуть самостійно організовувати та проводити рухливі ігри..

3.6. Керівництво процесом гри

Після пояснення правил гри і розміщення гравців необхідно організовано розпочати гру, не затримуючи її початок, щоб не знижувати передігрового стану учасників гри. Гра розпочинається за умовним сигналом (команда, свисток, сплеск у долоні, змах рукою, прапорцем, свисток та ін.). Сигнал подається лише тоді, коли вчитель переконався у готовності гравців до проведення гри. Командні ігри, особливо естафети, що носять загальний характер, потребують від учасників підготовленості до початку виконання рухових дій. Тому такі ігри бажано розпочинати за командами: "На старт!", "Увага!", "Руш!". Останню команду іноді замінюють сигналом (свистком). Все це сприяє виробленню у дітей правильної та швидкої реакції, яка необхідна у майбутньому при навчанні старту у бігу, плаванні, ходьбі на лижах та бігу на ковзанах.

Ігри сюжетного характеру ("Гуси лебеді", "У ведмедя на бору" та ін.) пояснюють коротко, наголошуючи на роль ведучого, розподіл ролей між усіма учасниками та прослухавши весь діалог. Несюжетні ігри пояснюють коротко, лаконічно. Пояснення нової гри супроводжується показом. У таких іграх немає змагального моменту, вони не потребують особливо чітких команд, ці ігри можна починати за наказом, висловленим спокійним голосом: "Раз, два, три, гру почали!". При потребі вчителю потрібно давати зауваження і вказівки гравцям, які допускають помилки чи порушують правила гри, не зупиняючи гру та не заважаючи її перебігу. Гра зупиняється тільки у тому випадку, коли більшість гравців допускають грубі помилки.

Кожна гра потребує об’єктивного суддівства, бо інакше учні втратять інтерес до неї. Головне завдання педагога – навчити молодь грати активно, самостійно, проявляти ініціативу, приймати рішення.

3.7. Дозування навантаження під час проведення гри

Вчитель повинен уміти правильно визначити дозування навантаження у грі. *Регулювання навантаження залежить:* від розмірів майданчика, залу, від правил гри (прості або складні), часу гри, (збільшення або зменшення), темпу гри (прискорення або уповільнення), підготовленості учасників, кліматичних умов (літо, зима). Величина і характер навантажень у грі залежать також *від попередньої роботи* (фізична, розумова).

Для регулювання фізичного навантаження у грі використовуються різноманітні прийоми: зменшення або збільшення часу, який відведений на гру; кількість повторень у грі; довжина дистанції, яку повинні пробігти діти у грі; розмір майданчика; вага предметів для метання, бігу; кількість, складність правил гри і перешкод; введення тимчасових пауз для відпочинку; уточнення та розбір помилок під час проведення гри.

Якщо у гравців з’являються *перші ознаки втоми* (задишка, почервоніння обличчя, розсіяна увага, зниження зацікавленості, уповільнення рухових дій), то потрібно припинити гру, або організувати менш інтенсивну, спокійну гру.

Отже, *дозування фізичного навантаження у грі зумовлюється методикою проведення, місцем та умовами, в яких перебувають гравці.*.

3.8. Закінчення гри

Тривалість гри залежить від: педагогічних завдань, які ставилися вчителем перед грою; умов уроку; кількості учасників у грі та їх віку.

Закінчення гри відіграє велику роль. Гру потрібно закінчувати своєчасно, коли гравці отримали достатнє фізичне та емоційне навантаження або проявили перші ознаки втоми. Викладач не повинен допускати такого моменту, коли учасники самі запропонують припинити гру.

Гру можна завершити по закінченні встановленого раніше вчителем часу, про що належить повідомити учнів ще перед грою. Якщо гра командна, то перед її початком повідомляють гравців, скільки разів вона буде повторюватись. Коли гра не має визначеного кінця, вчитель повинен сам попередити про її закінчення, наприклад, “Граємо

до тих пір, поки не зміниться ведучий" або "Граємо ще 1-2 хвилини", "Граємо останній раз" і т.д.

Закінчення не повинно бути несподіваним для учасників, бо раптовий кінець гри може викликати негативні реакції у них або незадоволення. У всіх випадках вчитель повинен закінчувати гру тоді, коли гравці проявляють до неї цікавість, їх дії повноцінні й емоційні, коли ще не наступила перевтома організму.

3.9. Підсумки гри

Після закінчення гри вчитель повинен оголосити її результати. Для цього він створює спокійну обстановку (наприклад, усі учасники стали в одну шеренгу) і повідомляє наслідки гри. У процесі визначення результатів гри потрібно врахувати не тільки швидкість, але і якість виконання тієї чи іншої дії, давати об'єктивну оцінку ігровим діям, нікому не потураючи. Під час оголошення результатів необхідно назвати помилки, що були допущенні у техніці і тактиці гри, вказати на шляхи їх виправлення. Доцільно згадати позитивні та негативні моменти гри, відзначити кращих гравців та не критично охарактеризувати помилки, які були допущені іншими гравцями.

Бажано залучати до аналізу своїх дій та однолітків самих дітей. Пам'ятайте, кожна дитина – особистість, яку потрібно поважати та допомагати стати кращими!

4. ЗНАЧЕННЯ МАЛИХ ФОЛЬКЛОРНИХ ФОРМ (ЗАГАДКИ, ЗАКЛИЧКИ, ЖЕРЕБКУВАННЯ, ЛІЧИЛКИ, МИРИЛКИ, ПРИМОВКИ, СКОРОМОВКИ І Т.Д.) ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ РУХЛИВИХ ТА УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР

Народні рухливі ігри із давніх-давен завжди супроводжувалися малими фольклорними формами (загадками, закличками, жеребкуваннями, лічилками, мирилками, примовками, скоромовками і т.д.) (див. малі фольклорні форми). За допомогою них діти з раннього віку опановували перші елементи грамотності, вивчають вірші, пісні, узгодженість дій. Окремі ігри ("Класики", "Піжмурки" та ін.) розвивають навіть перші математичні здібності, уяву про числа, лічбу.

Для організації гри велике значення мають лічилки, які дають можливість швидко організувати гравців, налаштувати їх на об'єктивний вибір ведучих. Лічилки відрізняються чіткістю, ритмічністю, співучістю.

Для визначення ведучого можна використати загадки, а хто із дітей відгадає – буде ведучим.

Для поділу учнів на команди використовують жеребкування. Спочатку вибираються ведучі (капітани) команд, а потім між собою домовлюються:

- будуть витягувати палички (довга, середня, коротка);
- виберуть своїй команді назву (“Орли”, “Блискавки”, “Вітри”), а діти самі вибравши уподобане слово будуть членами тієї команди.

Помічників та суддів також можна визначати за допомогою правильно підібраних лічилок, загадок, жеребкування, скоромовок.

Майже ніколи жодна гра не проходить без обід на когось. Тому доречно було б використати вчителю (дорослим) для примирення дітей мирилки.

На лузі, біля берегу дівчата водили хоровод та співали різноманітні пісні, а парубки намагалися втрутитися у дівоче “царство”. Тоді дівчата загадували парубкам загадки, відгадав – грає з ними. Молодь щодня весело проводила вечори граючи різноманітні ігри із переодяганням до першої зірки, а той до співу перших півнів.

Виникненню закличок (“Іди, іди, дощику!”, “Дощику, дощику, перестань!”, “Вийди, вийди, сонечко!” і т.д.) сприяли несприятливі погодні умови (жара, повінь, холод і т.д.). Діти та дорослі співали їх тільки при великій потребі, виконуючи ритуальні рухи. До цих магічних пісень ставилися українці дуже серйозно, шанобливо, поважаючи всіх язичних богів.

5. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ РУХЛИВИХ ТА УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР У РІЗНИХ КЛАСАХ

5.1. Організація та проведення ігор у 1-2 класах

Діти 6-7-річного віку володіють усіма видами природних рухів (ходьбою, бігом, стрибками, метаннями), але у ході ігор ці рухи удосконалюються, оскільки ще слабо виражені координаційні здібності. Це до певної міри відноситься до 8-9-річних хлопчиків і дівчаток.

Серцево-судинна система розвинена слабо: нормальна частота серцевих скорочень (90-100 уд/хв.) у хвилину, а після фізичного навантаження нерідко досягає 200 уд/хв. Мускулатура у дітей 6-7 років ще

слабка розвинена, особливо м’язи спини і черевного преса, збільшується темп зростання нижніх і верхніх кінцівок, міняється загальна конфігурація тулуба, особливо грудної клітки.

У дітей з шестирічного віку під час рухів значно підвищується споживання кисню і надалі показники аеробних можливостей у них ростуть до 10-12 років, що значною мірою залежить від рухливості дитини.

Активність у дітей 6-7-річних виявляється у потребі до рухів, до ігор, їх руховий апарат пристосований в основному до динамічних навантажень. Діти 1-2-х класів дуже втомлюються від однорідних тривалих рухів, емоційність у них знижується і робить їх менш активними. Враховуючи цю особливість дітей молодшого шкільного віку, слід рекомендувати їм ігри, в яких мета не повинна бути дуже важкою і для досягнення яких не вимагається тривалого часу.

Потрібно відзначити, що після короткого сильного навантаження організм швидко відновлюється. Це пояснюється тим, що при могутньому навантаженні у молодших школярів не відбувається накопичення у крові молочної кислоти (як у дорослих). Завдяки цьому енергетичні ресурси молодших школярів, витрачені під час роботи, відновлюються досить швидко. Звідси необхідно чергувати ігри з великою рухливістю з малорухливими і давати ігри з дією на різні групи м’язів.

Всі перераховані перебудови фізіологічних функцій у дітей умовні. Темпи розвитку дітей різні. Дівчатка при цьому обганяють хлопчиків майже на рік. Педагогові необхідний індивідуальний підхід до учнів.

Руховий апарат у дітей цього віку пристосований в основному до динамічного навантаження. Статичне навантаження, навіть невелике переноситься насилу. У зв’язку з цим не рекомендується проведення однієї і тієї ж гри тривалий час. Ігри повинні бути короткими за часом і супроводжуватися частим відпочинком.

Увага дітей у цьому віці недостатньо стійка. Дитина часто відволікається, звертаючи увагу на те, що у даний момент йому здається більш цікавим. У зв’язку з цим ігри не повинні вимагати від них довгої зосередженої уваги. Інакше діти перестають дотримувати правила, хід гри порушується і у них зникає інтерес до гри.

Воля і гальмівні функції у дітей розвинені слабо. Їм важко довго і уважно слухати пояснення гри і, недослухавши пояснення до кінця, вони часто пропонують свої послуги на ту або іншу роль у грі. У зв’язку з цим застосовується образна, коротка розповідь, використовуються прості ігри з невеликою (2-3) кількістю правив.

Мислення у дітей молодшого шкільного віку, особливо у учнів 1-го класу – образне, наочне, але до другого року навчання воно починає поступатися місцем мисленню поняттями про пізнавані предмети і явища навколишній дійсності. У школярів 2-3-го класу з'являється уміння зіставляти і порівнювати спостережуване. Виникають можливості для прояву більшої свідомості в ігрових діях. З'являється критичне відношення до вчинків своїх товаришів. У перші два роки навчання у школі у зв'язку з образним мисленням діти грають сюжетні ігри, які задовольняють творчу уяву дітей, вигадки і творчості: "Совушка", "Гусаки-лебеді", "Два морози", а також ігри з сучасною тематикою: "у війну", "у космонавти" і т.д., які проводяться головним чином у позакласний час.

Характерні для дітей молодших класів і гри з елементами таємничості, несподіванки ("Відгадай, чий голосок?", "Піжмурки"), ігри із хованками.

Для розвитку швидкості, спритності, сміливості для дітей 6-9 років широко застосовуються ігри з перебіганнями, ігри типу квача, в яких короткий біг змінявся коротким відпочинком.

Під час самостійних ігор діти виконують рухи з скакалкою, резиночкою, з малим м'ячем, з камінчиками і т.д. У ці ігри вони грають в основному у позашкільний час у себе у дворі, на майданчику. У групових іграх цього періоду діти привчаються погоджено діяти у колективі, виконувати прості правила у грі (починати грати по встановленому сигналу, не забігати за межі і т.д.); оцінювати свої можливості, зіставляючи їх з діями товаришів; виховуються уявлення про норми поведінки у колективі, про товариство, самостійності у своїй поведінці, від якої залежить виграш у грі. У цьому віці діти здатні на прояв вольових якостей, при цьому велику роль грає наслідування. Збудження у процесі цікавої гри приводить організм у такий фізіологічний стан, що дитина досягає результатів, яких поза грою ніколи б не досягла.

У 1-му класі починати потрібно з ігор, в які вони грали у дитячому саду (хороводи, квача з різними варіантами, сюжетні ігри із співом).

Рухливі ігри у початкових класах повинні бути на кожному уроці. Можливі без ігор тільки контрольні уроки, в яких оцінюється виконання окремих вправ. Якщо ці вправи можна включити у гру, то краще провести їх ігровим методом. Це дасть кращу щільність уроку, дозволить провести його емоційніше, через що і результати будуть кращі. Важливо тільки правильно організувати урок, щоб більшість учнів діяли одночасно.

У 1-2-х класах можна складати урок тільки з одних різноманітних ігор. У такі уроки включається 4-5 ігор різної рухливості і з різними видами рухів

з тим, щоб впливати на різні групи м'язів, що сприяє вихованню різноманітних фізичних і морально-вольових якостей.

Урок, що складається з ігор, вимагає від учасників володіння деякими ігровими навичками і організованої поведінки. У такий урок включається 2-3 гра, знайомі дітям, і 1-2 – нові. Ігрові уроки рекомендується проводити перед кожними канікулами (в основному в 1-му класі), щоб встановити, наскільки учні освоїли основні рухи, загальну організованість і дисципліну.

У 1-му класі не рекомендується проводити з учнями командні ігри, оскільки часто вони викликають велику раниму у дітей, що програли. Діти цього віку ще не уміють оцінювати свої можливості, кожен вважає себе кращим. Починати проводити змагання краще всього у групах: яка група учнів краще і швидше виконає завдання: "До своїх прапорців" і т.д.

З набуттям рухового досвіду і з підвищенням у дітей інтересу до колективної діяльності можна включити в уроки учнів 2-го класу гри з елементами змагань у парах (у бігу, у гонці обручів, у стрибанні через скакалку, у кочені і метанні м'яча). Використовуючи такі короткі змагання, можна підвести до змагань колективних – команда проти команди. В основному такі командні ігри займають місце в уроках 3-х класів, що вчаться.

Для проведення ігор в 1-2-му класі бажано мати наступний інвентар: 20 невеликих прапорців різного кольору, 40 яскраво-червоних м'ячів, 4 великих м'яча (типу волейбольних), 4-8 обручів, 40 коротких скакалок, довгі скакалки, 6-10 мішечків з піском або горохом, 6-8 паперових ковпаків (циліндрової форми) і 6-8 пов'язок для очей. У 1-2-х класах рекомендується, в основному, давати словесні сигнали, сприяючі розвитку другої сигнальної системи, ще дуже недосконалої у цьому віці. Сигналом свистка, короткою командою, помахом руки і тому подібне починають користуватися поступово з розвитком у дітей швидкості реакції.

Враховуючи велику рухливість дітей і їх ранимість, не рекомендується виводити дітей з гри за помилки. Якщо ж за змістом гра вимагає тимчасового виведення програвшого, то потрібно визначити місце для вибулих і видаляти їх ненадовго.

Фізичне навантаження необхідно суворо регулювати і обмежувати. Загальна тривалість гри повинна бути невеликою. У іграх з бігом, стрибками слід влаштовувати короткі перерви. Перешкоди в іграх повинні бути посильними. Результат гри не потрібно дуже віддаляти, інакше пропадає інтерес до гри і діти починають поводитися неорганізовано. Все це пов'язано з їх віковими особливостями.

Рухомі ігри на уроках в 1-2-х класах використовуються для загального фізичного розвитку, для виховання активної свідомої поведінки у колективі: бігати, не заважаючи один одному, діяти швидко по встановленому сигналу, швидко вступати у гру, підкорятися вказівкам капітана, бачити межі майданчика, грати повноцінну роль того, що водить.

Важливо виховати у дітей пошану до встановлених правил, уміння точно і чесно дотримуватися їх. Ці завдання вирішуються при багаторазовому повторенні ігор і підказування з боку вчителя правильної поведінки під час них.

5.2. Організація та проведення ігор у 3-4 класах

Рухливі ігри входять майже в усі уроки 3-4-х класах, крім контрольних. Вони проводяться в основній і завершальній частинах уроку. У 3-4-х класах використовують багато ігор, пройдених у попередньому класі, з ускладненням; з'являється більше ігор командних. За часом ігри триваліші, ніж в 1-2-х класах.

Часто використовуються змагання "Веселі старти". Рекомендуються ігри з бігом на швидкість, із стрибками, з підлізанням і перелізанням, з короткочасною силовою напругою ("Бій півнів", "Перетягування у парах"). Силові ігри краще починати з парних перетягувань, оскільки це дозволить вчителю легко стежити за правильністю виконання прийомів опору, а потім ігри з колективним опором, з короткочасною силовою напругою ("Тягни у коло", "Рухомий ринг" і т.д.).

Для розвитку швидкості і витривалості використовуються ігри, в яких учні знаходяться весь час у русі ("Невід"). Проводити подібні ігри рекомендується не більше 15 хвилин, щоб не перевтомлювати учасників. У цей період діти (особливо у 4-му класі) починають цікавитися іграми, які вимагають рішення досить складних рухових завдань – уміння володіти м'ячем: передачі, ловіння, вибивання, метання ("Не давай м'яча ведучому", "Мисливці і качки", "Передав – сідай").

Цікавість дітей до спорту, до спортивних ігор це стимул до проведення рухливих ігор з їх елементами. Діти знають сили своїх товаришів і уміють бути самокритичними при розподілу на команди.

При поясненні гри у кінці розповіді рекомендується звернути особливу увагу на правила гри, які і сприяють чесній і цікавій грі.

В іграх дітей особливе місце займають командні ігри (особливо в 4-му класі), тому необхідно навчити ділитися на рівносильні маленькі (5-7

чоловік) команди, бо учні дуже емоційні і їм важко чекати своєї черги в естафетах, гонках.

Підвищується інтерес до самих дій – цікавить не тільки остаточний результат, але і якість виконання тієї або іншої дії.

Особливу увагу потрібно звернути на виховання узгодженості дій у командних іграх і привчати діяти, погодившись з діями товаришів, навчатися розгадувати задуми суперників.

Необхідно дуже серйозно відноситися до суддівства. Для виховання суддівських і організаторських навичок добре залучати як помічників суддів – самих учнів і до кінця навчального року вони повинні навчитися судити гру самостійно.

Рухливі ігри на уроках поєднуються з гімнастикою, легкою атлетикою і т.д. У цих класах ігровий урок може бути як виняток.

Іноді знайома гра використовується як розминка у підготовчій частині уроку (після контрольних уроків у класі, у кінці тижня).

При проведенні рухомих ігор з учнями 3-4-х класів вирішуються наступні завдання: закріплення і вдосконалення в ігровій обстановці гімнастичних, легкоатлетичних рухів; розвиток швидкості; вдосконалення навичок метання, передач, ловіння малого і великого м’яча; розвитку сили у поєднанні із спритністю і швидкістю; узгодженість дій для досягнення мети; виховання товариської взаємодопомоги, творчій активності, уміння правильно орієнтуватися у просторі та часі. Корисні ігри, в яких є елементи баскетболу, волейболу, футболу. Рекомендується широко проводити ігри, де оцінюється головним чином якість виконання завдань, а не тільки швидкість.

У ігри необхідно включати вправи з елементами смуги перешкод з різними завданнями.

За завданням вчителя учні повинні уміти самостійно готувати для ігор інвентар і, якщо потрібно, форму для різних команд.

При розділенні на команди використовуються всі способи.

Щоб не допускати перезбудження, рекомендується зупиняти ігри, роз’яснювати техніку і тактику, присікати неправильну поведінку штрафом, а в окремих випадках і видаляти порушників із гри. Дуже емоційним гравцям можна доручити роль помічників вчителя, судді або безпосередньо керівництво самою грою.

Діти у 3-4-му класі дуже самолюбні, тому вчителю не слід фіксувати загальну увагу на невдачах окремих гравців. Краще непомітно для інших допомогти їм виправити недоліки, засвоїти техніку і тактику гри. Особливо

сприймають критичні зауваження дівчатка у присутності хлопчиків. Підлітки люблять діяти самостійно, ініціативно. Це прагнення до самостійності слід використовувати в іграх: доручати таким, хто вчиться самостійно скласти план дій у грі, варіант завдання у грі і т.д.

Відчуття міри в іграх ще немає. Вони часто переоцінюють свої можливості, тому важливо стежити за навантаженням і розподілом сил у грі. Враховуючи різницю у фізичних можливостях хлопчиків і дівчаток, потрібно давати їм різні посильні завдання в одній і ті ж грі. Найпростіше це зробити в естафетах.

Отже, основні завдання у процесі занять іграми з учнями на уроках фізичної культури наступні: закріплення і вдосконалення в ігровій обстановці гімнастичних вправ (перекидів, опорних стрибків, вправ у лазінні, рівновазі і т.д.), вправ легкої атлетики (низького і високого старту, бігу на швидкість, стрибків у довжину і у висоту з розбігу і з місця, метання малих і великих м'ячів), навичок володіння м'ячем (для гри у баскетбол, волейбол, футбол); виховання інтересу учнів до особистого вдосконалення у грі; виховання відчуття відповідальності за свій колектив, навичок взаємодопомоги; уміння розумно ризикувати на користь колективу; виховання нетерпимості до порушень правив, цілеспрямованості дій; витримки; уміння розподіляти увагу.

5.3. Організація та проведення ігор у 5-8 класах

Діти молодшого підліткового віку (4-6-х класи) володіють більшою стійкістю у роботі серця, більшою ємкістю легенів, ніж діти молодшого шкільного віку, хоч дихальна система у них ще недостатньо розвинена, дихання недостатньо глибоке.

М'язи поступово ростуть і зміцнюються, але силові дані розвинені слабо, тому організм ще недостатньо підготовлений до тривалої силової напруги, односторонніх навантажень.

Нервова система удосконалюється. Наростає функціональний потенціал сприймаючої системи мозку. Гальмівні функції у молодших підлітків значно краще розвинені, ніж у молодшому шкільному віці, сильніше розвинена вольова сфера.

Ігри триваліші за часом і більш насичені складними рухами, що сприяє вихованню у молодших підлітків витривалості.

Широко використовуються навички, придбані на заняттях з гімнастики та під час ігор у 1-3-х класах. Дітей цікавлять ігри, в яких вони

удосконалюють свої дії. Їх захоплює сам процес гри, прояв своєї швидкості, спритності, влучності, сміливості, сили і кмітливості.

Учні мислять критичніше і відверто, виходячи за межі образів, вважають за краще спиратися на плотські уявлення і сприйняття. Образність у грі залишається тільки у назвах персонажів гри і у назві самої гри. Це період наслідування дій спортсменів у різних видах спорту. Зауваження і пояснення вчителя стають лаконічнішими, суддівство – строгішим.

Основне місце займають командні ігри, розвинене відчуття колективізму, думка товариша для них важливіша за думку дорослих.

Фізична акселерація йде паралельно з психічною. У дівчаток статеве дозрівання у 10-12 років. Сучасні діти розвиненіші, ніж це було раніше. Існує комплекс причин, стимулюючих акселерацію: багатше живлення білками і вітамінами, зниження кишкових інфекційних захворювань, прискорений темп життя, урбанізація, вплив кіно, радіо, телебачення, посилення міграції населення, розширення географії браку. Все це створює умови для зміни спадковості. У зв’язку з цими причинами спостерігається дисгармонія фізіологічних функцій нервової і серцево-судинної систем (запаморочення, серцебиття, підвищена чутливість до звуків, запахів і ін.).

Все це відбивається на поведінці дітей і зокрема на іграх. Діти менш урівноважені психологічно, вони бурхливо проявляють свої емоції в процесі гри. Тому необхідно підвищувати вимоги до дотримання правил гри, при надмірній збудливості робити перерви у грі, посилаючись на необхідність нагадати про окремі правила ігри, тактику поведінки у грі і т.д.

Якщо з дітьми проводяться заняття по плаванню, потрібно включати і прості ігри на воді. Учні прагнуть до спілкування (між хлопчиками і дівчатками починається дружба), бути схожими на дорослих, тому завжди потрібно бути прикладом для дітей. Щоб укріпити своє “Я”, хлопчики часто застосовують силу, що нерідко приводить до конфліктів – процес самоствердження. Багато учнів цілеспрямовано починають займатися спортом у спортивних секціях.

У 12-15 років швидко ростуть кістки рук і ніг. У результаті цього дещо порушується координація рухів підлітків. У цьому віці у хлопчиків починається статеве дозрівання, а у дівчаток воно закінчується. Продовжується окостеніння хрящової тканини, зменшується рухливість у зчленуваннях, значно збільшуються об’єм м’язів і їх сила.

Ще більше стає різниця між силовими і швидкісними можливостями між хлопчиками і дівчатками. Це необхідно враховувати у силових іграх і іграх на швидкість виконання рухів.

Коло ігор у підлітків звужується. Подобаються ігри, в яких вони можуть проявити себе з кращого боку – командні ігри. Сюжетність в іграх абсолютно відпадає, місце займають моторний зміст і організаційна структура гри. Розвивається самоствердження. Учні люблять, коли отримують відповідальні завдання; строге об'єктивне суддівство і прагнуть чесно дотримувати правила гри. Добре призначати суддями самих підлітків. Краще навіть, якщо вони їх вибирають самі. Підлітки можуть переоцінювати свої сили. Спостерігаються нестійкість поведінки, велика вразливість. У хлопчиків є любов до ігор на місцевості з пошуком, розвідкою, маскуванням, ходінням за компасом і т.д. Такі ігри застосовуються у дитячих оздоровчих таборах.

Рухливі ігри у 5-8-х класах у зв'язку із стійкістю організму, який росте, по відношенню до прояву фізичних зусиль стають значно складнішими за ігри молодших школярів. Кількість ігор стає меншою. Використовуються ігри не на всіх уроках. Як правило, їх організовують в основній частині уроку, у підготовчій і завершальній – як виняток.

Вчителю потрібно враховувати, що інтереси і фізичні можливості підліткового віку стають іншими, ніж у більш молодшому віці. Так, дівчаток починають цікавити ігри з елементами танцю, ігри, які сприяють розвитку координації рухів; у хлопчиків починає інтенсивно розвиватися м'язова сила, і тому їх привертають ігри з елементами силової боротьби.

У підлітковому періоді іноді слід проводити ігри груповим методом: одночасно запропонувати хлопчикам, допустиму, силову гру, дівчаткам – гру з елементами танцю, акробатики. У багатьох іграх з опором необхідно розділити хлопчиків і дівчаток на окремі групи. У всіх командних іграх потрібно старатися кількість хлопчиків і дівчаток врівноважувати по числу, оскільки їх сили у швидкому бігу і стрибках відрізняються.

До організації і проведення ігор груповим методом необхідно привертати самих учнів, щоб розвинути у них організаторські навички. Необхідно також привертати хлопців, які не займаються на уроці, або спеціально відібраних хлопців стежити за виконанням рухових дій, правив тих хто грають у командній або у простій грі. У старшому підлітковому віці від учнів слід особливо строго вимагати хорошої якості виконання окремих рухових завдань. З великим інтересом підлітки відносяться до техніки рухів у грі, люблять її удосконалювати, особливо техніку володіння м'ячем, де виховуються увага, швидкість орієнтування у діях; розвиваються організаторські навички у командних іграх, навички суддівства у складних рухомих іграх, що наближаються до спортивних.

Всі ці завдання вирішуються послідовно.

5.4. Організація та проведення ігор у 9-11 класах

У 15-17 років продовжується зростання і розвиток організму. Процес окостеніння скелета, розвиток м'язової сили ще не закінчуються. Вага хлопців збільшується головним чином за рахунок збільшення м'язової маси і зростання кісток. У дівчат м'язова система розвивається повільніше. Вага тіла дівчини росте за рахунок збільшення довжини тулуба, об'єму тазу і жирових відкладень. У цей період закінчується статеве формування у хлопців. Значно зростає здібність до абстрактного мислення, аналізу явищ, свідомого відношення до своїх вчинків і дій товаришів.

Досконало стають гальмівні функції, що вчаться розвивається воля, витримка, уміння спокійніше переносити поразку в іграх, уміння правильно оцінювати свої сили і сили товаришів.

Основне місце займають спортивні ігри, а рухливі ігри є допоміжним засобом, що дозволяє удосконалювати і розвивати фізичні якості, закріплювати окремі навички, тактику поведінки в спортивних іграх і різних видах спорту. Рухливі ігри із спортивними елементами можуть бути використані як розминка, як активний відпочинок на заняттях. Вони сприяють емоційному розвантаженню, зняттю розумового стомлення від занять у класі, особливо якщо ці заняття були дуже напруженими (після контрольної роботи і т.д.).

Рухливі ігри у цей період є також хорошим емоційним засобом розваги молоді на вечорах, святах, гуляннях. Вони сприяють об'єднанню колективу хлопців і дівчат, вихованню у них хороших товариських відносин.

У програмі по фізичній культурі 9-11-х класів рухливих ігор немає. Проте на уроках можна використовувати ігри, пройдені у попередніх класах. Рухливі ігри у 9-11-х класах носять яскраво виражений допоміжний характер. Учні звикають правильно застосовувати придбані навички в ігровій обстановці, яка несподівано складається.

Враховуючи великий інтерес учнів до спортивних ігор, які важко проводити на уроках фізичної культури через велику кількість тих, хто займаються, можна пропонувати всьому класу рухливі ігри, близькі до спортивних. Важливо, щоб техніка і тактика у цих іграх були схожі із спортивною. До таких ігор можна віднести: "М'яч капітанові", "Боротьба за м'яч" (підготовчі до баскетболу), "Піонербол", "Естафета з елементами волейболу" (підготовчі до волейболу), "Ножний м'яч у колі", "Крізь захист супротивника" (підготовчі до футболу) і багато інших.

Завдання рухливих ігор в 8-11-х класах полягає в тому, щоб закріплювати і удосконалювати навички, придбані на заняттях різними видами спорту, привчати що вчаться діяти найдоцільніше в різних ситуаціях гри.

6. РУХЛИВІ ТА УКРАЇНСЬКІ НАРОДНІ РУХЛИВІ ІГРИ ПІД ЧАС РІЗНИХ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНИХ ПРОЦЕСІВ У ШКОЛІ

Комплексною шкільною програмою фізкультурно-оздоровчих заходів, які здійснюються у режимі навчального дня школи і школи-інтернату, передбачено щоденне проведення гімнастики до навчальних занять, фізкультурних хвилинок під час уроків, фізичних вправ і рухливих ігор на продовжених змінах.

У зміст гімнастики до занять, як і фізкультхвилинок, слід включати ігрові вправи на увагу і координацію, чергуючи їх із загальнорозвивальними вправами. Ігри проводяться також під час загальношкільних фізкультурно-масових і спортивних заходів: щомісячних днів здоров'я і спорту, внутрішньо шкільних змагань, туристських походів, фізкультурних свят. Мета цієї роботи – залучення основної маси школярів до системи занять фізичними вправами.

6.1. Ігри на перервах

Рухливі ігри на перервах є важливим чинником у вирішенні завдань по забезпеченню високого рівня розумової працездатності дітей у процесі навчального дня. Під час перерв школярам створюють умови, в яких вони могли б вільно бігати, стрибати і грати, що є природною реакцією дитячого організму на 45-хвилинну фізичну бездіяльність. Правильне і систематичне проведення рухливих перерв у комплексі з іншими формами роботи по фізичному вихованню – ефективний засіб підвищення успішності, поліпшення стану здоров'я і сприяння всебічній фізичній підготовці учнів.

Рухливі ігри, які проводяться на перервах, викликають у дітей позитивні емоції, стимулюють їх рухову активність. У тих, хто грають збуджуються ті нервові центри, які при заняттях у класі були загальмовані. Таке перемикання роботи нервових центрів дозволяє тим, які вчиться краще відпочити і легко сприймати навчальний матеріал на наступному уроці.

Для організації і проведення гри потрібно 8-10 хв. Тому вони зазвичай проводяться на великій перерві. Учні проводять ігри самостійно, а також під

керівництвом класних керівників і вчителів, вчителів фізичної культури, активістів по фізичній культурі. За самостійними іграми школярів повинні спостерігати дорослі.

З іграми, які рекомендуються для перерв, вчитель фізичної культури знайомить вчителів. Ігри між уроками проводять на пришкільному майданчику, взимку – у добре провітреному залі, широкому коридорі. Оскільки на перерві збираються школярі з різних класів, ігри повинні бути простими за змістом, доступними і короткочасними. Можна проводити парні змагання, помірятися силою, спритністю, кмітливістю: “Бій півнів”, “Вартові і розвідники”, “Перетягування у парах”, “Тягни у коло” і т.д. З групових ігор бажано використовувати такі, в яких у будь-який момент можна вийти з гри і увійти до гри, не порушивши її ходу (“Порожнє місце”, “Хто підходив?”, “Вовк у рову”, “Вудка” і т.д.). З особливим успіхом проходять ігри-атракціони. У них беруть участь 1-2 дитини, останні активно спостерігають. Учасники кожного атракціону швидко міняються, внаслідок чого за 8-12 хв. у нім зможуть брати участь декілька десятків осіб. За змістом ігри-атракціони повинні бути різноманітними, такими, що вимагають швидкості і спритності, влучності, орієнтування у просторі і т.д.

З учнями 1-2-х класів можна проводити ігри з речитативом, співом, ритмічною ходьбою під речитатив або спів, з вгадуванням.

В основному проводяться ігри малої і середньої рухливості.

Не рекомендуються ігри з м’ячем у коридорах, в актовому залі, де вікна, як правило, не захищені сіткою.

Навесні і осінню, коли тепло, ігри слід проводити на повітрі. Бажано одночасно організувати декілька ігор у різних місцях, щоб учні могли вибрати собі найцікавішу.

Ігри потрібно закінчувати до дзвінка на урок по вказівці чергового вчителя, щоб учні змогли організовано зайти до класу і підготуватися до майбутнього уроку.

6.2. Ігри у групах продовженого дня

Фізкультурні заняття проводяться у групах продовженого дня, під назвою “спортивна година” і в обов’язковому порядку для 1-4 класів, а в інших класах – на розсуд учителя. У процесі цього часу проводяться і рухливі ігри під керівництвом вихователів груп продовженого дня, вчителів фізкультури, а також активістів-старшокласників, які мають педагогічні схильності та займаються у спортивних секціях.

Діти можуть грати і самостійно, але під наглядом вчителів. Ігри сприяють загальному фізичному розвитку учнів, закріпленню і вдосконаленню матеріалу, пройденого на уроках фізичної культури.

Крім того, рухливі ігри сприяють вирішенню загальновиховних завдань: дають можливість вихователеві, вчителеві краще пізнати своїх дітей, виховати у них відчуття товариства, організованості та інші якості морально-вольового характеру, оздоровчих завдань.

Учні, які віднесені за станом здоров'я до основної медичної групи, допускаються до занять всіма видами ігор. Школярам із захворюваннями серця, розладами нервової системи в іграх з тривалим безперервним бігом, силовою напругою можна брати участь з обмеженнями. Таким учням пропонується посильна роль у грі (підрахунок балів, спостереження за виконанням правив, суддівство і т.д.). Діти грають на добровільних засадах.

Рухливі ігри під час "спортивної години" проводяться щодня 45-60 хв. Як правило, на майданчику (у зимовий час – при температурних режимах, відповідних гігієнічним нормам конкретної території). У погану погоду – у добре провітрюваному приміщенні. З молодшими школярами можна грати до двох годин у день (до приготування уроків і після), з підлітками – до трьох годин до приготування уроків.

Ігри у групах продовженого дня і у школах-інтернатах повинні задовольняти природну потребу школярів у рухах і забезпечувати активний відпочинок після навчання: "12 паличок", "Квач" у різних варіантах, "Схованки", "Стій!", "Боротьба за прапорці". Рекомендується використовувати національні ігри і ігри, які вивчаються на уроках фізкультури.

Плануючи ігри, вчитель враховує календар спортивно-масових заходів у школі і допомагає учням готуватися до змагань, до проведення шкільних святах. Вчитель до проведення ігор готується організовано: складає попередній план, продумує кожну гру, підготовлює майданчик, інвентар, залучаючи учнів.

З учнями 1-4-х класів починати "спортивну годину" рекомендується з малорухливої гри, що вимагає уваги, щоб організувати дітей і поступово залучити до активних дій: "Хто підходив?", "Група, струнко!", "Порожнє місце" і т.д. Потім проводяться 1-2 і інтенсивніші та складніші по структурі ігри "Гусаки-лебеді", "Вовк у канаві", "Влучно у ціль", "День і ніч", "Мисливці і качки". На закінчення проводиться малорухлива гра, яка вимагає спостережливості, уваги: "Хто підходив?", "Падаюча палиця", "Група, струнко!".

Якщо проводяться ігри з активною участю всіх гравців, бажано, щоб ігри були різнохарактерними по рухах: перша гра з переважанням бігу (“Естафета з бігом”), друга – стрибків (“Вудочка”), третя – з м’ячем (“Мисливці і качки”, “Передав – сідай”).

Зі школярами 4-6-х класів протягом години проводять 3-4 гри. Першою повинна бути малорухлива гра, яка дозволяє організувати та зосередити увагу учнів (“Падаюча палиця”, “Група, струнко!”), друга – інтенсивна гра, яка вимагає прояву швидкості, спритності, сили (естафети з різними завданнями, “Виштовхування з кола”, “Перестрілка” та інші підготовчі до спортивних ігри). Закінчувати заняття рекомендується спокійною грою на увагу, орієнтування, швидкість гальмування. Потім можна розібрати ігри, поведінку окремих учасників в іграх, уточнити тактику гри і т.д.

За наявності великої кількості учасників необхідно розділити їх на 2-3 групи і у кожній з них проводити ігри самостійно під наглядом вихователя.

Схема побудови заняття варіюється залежно від поставлених завдань, складу учнів і умов.

Можна організувати гри з інвентарем ігротеки, тоді гравці об’єднуються у невеликі групи або грають самостійно, тренуючись у стрибках, метаннях, бігу. Під час такої “спортивної години” вчитель спостерігає за учнями і направляє їх дії.

6.3. Ігри під час свят

Рухливі ігри, які використовують на шкільних святах і вечорах, організовують дітей, створюють у них бадьорий, веселий настрій.

На святі зазвичай буває багато дітей, тому рекомендується використовувати масові ігри, бажано з музичним супроводом. Ігри під музику проходять веселіше, їх легко організовувати і проводити.

До початку основного заходу (концерту, спектаклю) можна проводити ігри-атракціони, які сприяють організації школярів на святі. Масові ігри і танці рекомендується проводити після основного заходу. Одночасно з ними можна організовувати ігри-атракціони у класних кімнатах і коридорах, щоб діти, які не цікавляться масовими іграми і танцями, змогли перевірити свою силу, спритність, влучність у тому або іншому атракціоні.

Для старших школярів в іграх-атракціонах можна організувати змагання на кращих “троєборців” або “п’ятиборців”. З цією метою підбирають 3 або 5 атракціонів, різних за змістом, які вимагають прояву сили або влучності, спритності, рівноваги або уміння орієнтуватися у просторі.

Охочі бути “троєборцями” або “п’ятиборцями” повинні обов’язково взяти участь у всіх атракціонах. Переможці оголошуються і нагороджуються.

На святах для школярів середніх і старших класів можна організувати змагання у вигляді ігор-поєдинків (двоє охочих міряються силами, спритністю, влучністю і т.д.). Такі змагання рекомендується організовувати у перервах між масовими іграми і танцями.

Свято може бути присвячений змаганням по рухомих іграх. У даний час дуже популярні “Веселі старти”, “Роби з нами, роби, як ми, роби краще за нас” та ін.

На святі у школі-інтернаті краще проводити ігри, які вимагають попередньої підготовки. До участі у них повинні бути задіяні всі діти: одні готують вироби для атракціонів (мішечки з горохом, маски, плакати), інші – нагороди переможцям атракціонів, треті готуються до проведення ігор.

7. РУХЛИВІ ТА УКРАЇНСЬКІ НАРОДНІ РУХЛИВІ ІГРИ У ТАБОРАХ, НА МІСЦЕВОСТІ, ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНІ ІГРИ

Організація і методика проведення рухлих ігор на місцевості мають певні особливості. Тут є великі можливості для використання ігор, проведення яких вимагає більше часу й простору. Проте важливо, щоб такі заняття контролював педагог. У позашкільній роботі значно легше привчати дітей самостійно використовувати засоби фізичного виховання у побуті, повсякденній практичній діяльності.

Під час літніх канікул, у оздоровчих таборах для проведення рухливих ігор є чудові умови. Тут можна вивчити нові ігри, закріпити відомі.

Рухливі ігри мають стати органічною частиною всієї роботи в оздоровчому таборі, особливо зі школярами молодшого віку. Багато рухливих ігор можна успішно використовувати у самому комплексі ранкової зарядки, якщо їх добір відповідатиме меті цього заходу і дасть роботу різним групам м’язів. Ігри можна проводити на березі річки, під час купання, на лісовій галявині, а також у поході, на прогулянці тощо. Багато цікавих рухливих ігор влаштовують у лісі (“Солодке дерево“, “Знайди прапорець“, “Спостережливий“ та ін.).

Ділянку для проведення гри добирають так, щоб її рельєф найкраще відповідав завданням і змісту гри. Для деяких ігор потрібно чітко визначити межі ділянки – ними можуть бути природні орієнтири, шматочки кольорового паперу тощо.

Якщо учасників багато, педагог може призначати собі на допомогу більш підготовлених і авторитетних гравців, командирів.

Складніші ігри бажано пояснювати ще до того, як виходити на місцевість. Сили у суперників у двосторонніх іграх мають бути однаковими. Гравцям, які недостатньо фізично підготовлені, доручають ролі, не пов'язані з великим навантаженням.

Результати гри оцінюються безпосередньо після її закінчення. В іграх можуть брати участь від кількох чоловік до цілого класу, загону, навіть кількох класів і загонів.

Обов'язкова умова проведення гри на місцевості – організованість і дисципліна. Ігри на воді проводяться під наглядом старших дітей, педагогів, рятувальників, які вміють добре плавати. Рятувальники повинні спочатку перевірити місце для гри на воді: дно має бути чистим і щільним. Потрібно стежити за тим, щоб гравці перебували у воді не довше, ніж це рекомендує лікар. Навіть під час спеки тривалість ігор на воді не більше 10-15 хвилин за один раз.

Кожну зміну в оздоровчому таборі бажано проводити військово-спортивну гру "Зірниця", а також комплексні змагання з рухливих ігор по типу – "Веселі старти", "Спортландія", "Свято Нептуна".

Рухливі ігри взимку вимагають від педагога у першу чергу чіткого добору ігор з урахуванням кліматичних умов та рельєфу місцевості. Організація ігор доручається досвідченим лижникам та ковзанярам. Ігри повинні чергуватись з вільним катанням на ковзанах, санчатах, лижах, так щоб гравці довго не стояли на місці і не мерзли. Для ігор на снігу необхідно улаштувати рівний майданчик (40х60 м) на галявині, між деревами або будовами, щоб був захист від вітру.

Деякі ігри, особливо на лижах, а також катання з гірок, потребують пересіченої місцевості.

Для ігор на льоду слід застосовувати замерзлі річки, озера, ставки (коли товщина криги складає не менше 20 см.) або влаштовувати заливний каток на захищеній від вітру місцевості.

Перед тим як, влаштовувати каток на землі, необхідно прибрати майданчик від снігу, вирівняти його і дати замерзнути. Навколо майданчика утворюють земляний вал висотою 20-30 см для затримання води при заливанні. Організатору розваг взимку необхідно попередньо підготувати інвентар для ігор, а також провести у приміщенні інструктаж з техніки безпеки та ознайомити з правилами гри.

Під час проведення рухливих ігор на місцевості слід пам'ятати, що ігри повинні сприяти правильному фізичному розвитку, зміцненню здоров'я дітей, вихованню у них почуття товариства, взаємодопомоги, колективізму.

Рухливі ігри поряд з раціональним чергуванням праці й активного відпочинку, загартовують організм дітей повітрям, сонцем і водою. Ігри на місцевості позитивно впливають на всебічний фізичний і розумовій розвиток дітей; зміцнення їх нервової системи; поліпшення фізіологічних процесів: дихання, кровообігу, травлення, обміну речовин; підвищення працездатності; сприяють оволодінню життєво необхідними руховими уміннями і навичками. Педагогічне керівництво грою починається з її організації; яка пов'язана з методикою проведення гри.

Підбір ігор залежить від віку, фізичної підготовки гравців, умов, місця проведення, завдань заняття, інвентаря та ін. Організовуючи гру, потрібно, насамперед, довести до свідомості дітей її зміст, правила поведінки під час гри і проводити так її, щоб вона проходила при максимальній активності й прояву творчої ініціативи гравців. Для цього організатор повинен дати учням уявлення про гру, спланувати послідовність проходження окремих її елементів з урахуванням поступовості їх вивчення, а саме переходу від знайомих ігор до незнайомих і систематичності застосування.

Добираючи ігри для проведення на місцевості слід дотримуватись певної тематики цих ігор, беручи до уваги (по можливості) стан погоди - температуру, вологість повітря, силу і напрям вітру та ін. Зміст і правила ігор повинні бути нескладними, посильними для дітей і такими, які включають різноманітні фізичні вправи, знайомі школярам рухи. Проводячи українські народні рухливі ігри потрібно враховувати пору року: взимку – "Морозенко", весною – "Хрещик", влітку – "Мак", восени – "Гарбуз" і т.д.

Вибрати майданчик для рухливих ігор необхідно заздалегідь. Поблизу не повинно бути ні ям, ні ящиків із сміттям чи звалищ. Місце має відповідати всім санітарно-гігієнічним умовам. У жаркі дні майданчик перед початком гри поливають водою, щоб не було пилюки під час швидкого пересування або виконання фізичних вправ.

Для організації рухливих ігор використовують і галявинки, лісову місцевість, майданчики для інших занять, але краще обладнати спеціальний майданчик. Він повинен мати форму прямокутника, знаходитись у тіні дерев. Розміри коливаються від 10-15 м у ширину і до 20-30 м у довжину. Покриття може бути глинобитним або трав'яним. Риски розмічаються крейдою. Навколо майданчика для ігор можуть бути

щити для метання у ціль з луку. Також застосовують різні прилади нестандартного обладнання.

Для організації і проведення гри слід визначити ведучих або капітанів, які допомагають педагогу готувати до гри гравців.

Ігри на місцевості потребують більшої підготовки та додаткового пояснення. Необхідно спочатку провести попередньо одну-дві прості гри на місцевості, які потім допоможуть дітям виконати завдання з перешкодами, маскуванням.

Рухлива гра на місцевості повинна починатись і закінчуватись заздалегідь визначеним сигналом. Додержання цієї вимоги сприяє організованому проведенню гри, дисциплінує учасників. Керівники рухливих ігор повинні привчати учасників точно виконувати всі вимоги і правила гри, відповідно до її змісту і встановлених сигналів або команд, і обов'язково слідкувати за додержанням дисципліни усіма гравцями. Особливо суворо потрібно дотримуватись правильного дозування фізичного навантаження під час гри.

Збільшувати або зменшувати фізичне навантаження можна кількома способами: кількості повторювань окремих елементів, відстані від пробіжок, різних перешкод, які потрібно подолати під час гри, ваги різних предметів для перенесення, перерв у грі, або між повторенням окремих ігор.

Рухливі ігри на місцевості потребують більше часу, але для меншої кількості дітей. Організація і методика проведення ігор має свої особливості. Ігри на місцевості можуть застосовуватись як на уроках фізичної культури, так і на перервах, у позашкільний час, у секційній роботі, в оздоровчих таборах, на майданчиках біля оселі. І в залежності від мети і завдань застосовуються засоби і методи навчання.

8. ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З РУХЛИВИХ ІГОР

Проведення у загальноосвітніх школах змагань з рухливих ігор ("Веселі старти", "Старти надій" та ін.) передбачає не тільки перебудову у роботі вчителів фізичного виховання і загальних органів, а і формує нові критерії в оцінці діяльності школи з фізичного виховання підростаючого покоління.

Положення – головний документ по керівництву змаганнями, на основі якого здійснюється підготовка і проведення певного заходу. Воно розглядає зміст і вказівки до ситуацій, які виникають під час

проведення змагань. Зокрема, положення повинно бути стислим, чітко сформульованим і відображати розділи:

Назва інформує: про вид змагання, його зміст, учасників та відношення до організації.

1. Мета і завдання. Цей розділ дуже важливий, так як впливає на зміст останніх пунктів положення.
2. Час і місце. Інформація повинна бути викладена надто чітко.
3. Керівництво змаганнями. У цьому розділі повідомляється про керівників змагання та організації, на які покладається підготовка місць змагання і їх безпосереднє проведення.
4. Учасники змагань. Необхідно зазначати кого допускають до участі у змаганнях і в якій кількості, з яким складом команди, а також яких вимог повинні дотримуватись учасники.
5. Програма змагань. Перераховуються змагальні завдання для всіх груп учасників, їх специфіка.
6. Визначення переможців і нагородження. У змаганнях з рухливих ігор переможці визначаються за кращими командними результатами, а саме за найбільшою сумою балів, набраних командами. Крім цього висвітлюється призначення штрафних очок. У розділі, нагородження, зазначено, чим нагороджуються переможці і призери змагань.

Фізкультурно-масові заходи-свята сили, спритності та здоров’я повинні проходити у святковій атмосфері з відповідним оформленням і організацією. Правильна організація церемоній та процедур змагань надає мобілізуючий вплив на учасників, керівників та суддів, сприяє підвищенню значимості фізичної культури та спорту, їх пропаганді.

Для вдалого проведення фізкультурно-спортивного заходу необхідна також підготовча робота: вибір місця проведення, кольорове оформлення стадіону, спортивного залу і т.п., підбір організаторів і керівників, вибір маршу і організація його виконання, розробка дикторських текстів для радіоінформатора, технічний інвентар місця церемоній і ін. Усе це передбачає точну розробку спеціального сценарію, який включає церемоніал відкриття спортивного свята, порядок процедур у ході змагань, церемоніал закриття.

Церемоніал відкриття включає у себе:

1) шикування учасників змагань по командах, порядок шикування, в алфавітному порядку, або у порядку зайнятих місць на попередніх аналогічних змаганнях, команду, яка представляє

(місто, район, школу і т.п.) на яку покладено проведення змагань, команди шикуються за ранжиром, попереду дівчата, а за ними хлопці; перед кожною командою повинен йти суддя, учасник із табличкою, на якій вказана назва команди;

2) вихід загальної колони слідом за командуючим парадом на спортивну арену під марш та шикування лицем до основної маси глядачів та приймаючого парад;
3) рапорт командуючого парадом особам, приймаючих парад (представники адміністрації, загальних організацій, головний суддя змагань);
4) привітання учасників змагань;
5) повідомлення старшим суддям програми змагання;
6) урочистий підйом прапора (запалення вогню, салют і т.п.), для підйому прапора змагань зазвичай запрошуються переможці попереднього змагання або найсильніші спортсмени;
7) урочисте відкриття змагань (завжди доручають старшому за посадою серед приймаючих парад);
8) марш учасників, показові виступи або початок змагань за першими номерами програми.

Для успішного проведення спортивного заходу має значення коментарій ходу змагань. Його підготовка повинна бути напередодні ретельно продумана. Коментатор представляє учасників глядачам, знайомить з ходом змагань, оголошує про нагородження переможців в особистій і командній першості по видам програми змагань, повідомляє цікаві факти про спортсменів, рекорди і т.д.

Для вручення нагород бажано запросити людей праці і спорту. Церемонія закриття спортивного свята включає у себе:

1. Шикування команд учасників згідно зайнятих на змаганнях місць. У залежності від завдань можливо шикування і у загальній колоні. Після виходу під марш на спортивну арену учасники шикуються обличчям до основної трибуни або основної маси глядачів.
2. Оголошення підсумків змагань.
3. Вручення командних призів. Зазвичай вручення виконує голова оргкомітету або голова керівництва організації, яка проводе змагання.
4. Опускання прапора переможцями змагань або представниками команд-переможців.

5. Урочистий вихід учасників із майданчика.

Важливе місце у спортивному церемоніалі займає атрибутика:

1. Прапор змагань.
2. Емблема змагань, нагородні жетони, пам'ятні значки, нагрудні номери учасників, сувеніри і т.п.
3. Єдина форма для суддів і учасників змагань.
4. Спортивні нагороди: дипломи, кубки, нагрудні жетони та інше.
5. П'єдестал пошани для нагородження переможців.
6. Вручення призів супроводжується урочистою музикою.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрощук Н.В., Леськів А.Д., Мехоношин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Метод. посібн. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998. – 112 с.
2. Андрощук Н.В. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні школярів. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2001. – 144 с.
3. Вільчковський Е.С., Страшинський В.І. Рухливі ігри в школі. – К.: Рад. школа, 1971. – 120 с.
4. Вільчковський Е.С. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. – К.: Здоров'я, 1974. – 250 с.
5. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 336 с.
6. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 „Теорія і методика виховання" / З. М. Діхтяренко. – К., 2008. – 20 с.
7. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання" / Діхтяренко Зоя Михайлівна. – К., 2008. – 275 с.
8. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності (експериментальна робота) // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Міленіум, 2005. – Вип. 11. – С. 164-170.
9. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості учнів загальноосвітньої школи засобами ігрової діяльності : метод. реком. – К. : Науковий світ, 2008. – 41 с.
10. Діхтяренко З. М. Виховання толерантності у дошкільників, учнів ЗОШ та студентської молоді через естафети, рухливі та українські народні рухливі ігри / З. М. Діхтяренко// Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини / [ред. кол. : Побірченко Н.С. *(гол. ред.)* та ін.]. – Умань : ПП Жовтий О. О., 2011 – Вип. 39.

11. Діхтяренко З. М. Користування „Щоденником зміцнення здоров'я“ для формування наполегливості молодших школярів // Зб. наук. праць УДПУ. – К.: Науковий світ, 2003. – С. 66-73.

12. Діхтяренко З. М. Підручники та зошити з основ здоров'я – перший крок до формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Науковий світ, 2004. – Вип. 9. – С. 115-120.

13. Діхтяренко З. М. Психолого-педагогічна класифікація рухливих ігор // Нові технології навчання: наук.-метод. зб. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОНмолодьспорт України / З. М. Діхтяренко. – К. , 2011. – Вип. 70.

14. Діхтяренко З. М. Рухливі ігри та естафети з елементами футболу // Фізичне виховання в школі: Науково-метод. журнал. – К.: „Педагогічна преса“. – 2005. – № 1. – С. 18-20.

15. Діхтяренко З. М. Формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор через підручниками та зошитами з основ здоров'я // Підготовка вчителя до впровадження нових технологій навчання у малокомплектній школі: Матеріали Всеукр. наук-практ конф.: м. Умань, 15-16 жовтня 2004 р. УДПУ. – К. : Науковий світ, 2004. – С. 104-105.

16. Рухливі та народні ігри, естафети (практикум) : метод. реком. / укл. З. М. Діхтяренко. – Умань : ПП Жовтий, 2010. – 112 с.

Перелік питань контролю і самоконтролю знань студентів

1. Процитуйте висловлювання видатних українських постатей минулого та сучасності щодо ігор: О.В. Запорожець, В.В. Зеньківський, Г.С. Костюк, А.С. Макаренко, С.Ф. Русова, В.О. Сухомлинський, М.Г. Стельмахович та ін.
2. Процитуйте висловлювання видатних постатей минулого та сучасності щодо ігор: Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, Н.К. Крупська, Є.І. Тихеєва та ін.
3. Процитуйте висловлювання видатних англійських постатей минулого та сучасності щодо ігор: Джон Локк, Йоган Гейзінг та ін.
4. Процитуйте висловлювання видатних німецьких постатей минулого та сучасності щодо ігор: Фрідріх Фребель та ін.
5. Процитуйте одну-дві цитати зі священних книг різних релігій щодо виховання дітей.
6. Проаналізуйте гігієнічне значення ігор.
7. Проаналізуйте оздоровче значення ігор.
8. Навчальне значення та завдання рухливих ігор.
9. Перерахуйте виховне значення та завдання рухливих ігор.
10. Підготовка до проведення гри: добір гри, підготовка місця для гри, підготовка інвентаря, розмітка майданчика.
11. Пояснення гри.
12. Визначення ведучих.

13. Розподіл за командами.
14. Вибір капітанів команд.
15. Визначення помічників та суддів.
16. Керівництво процесом гри.
17. Дозування навантаження під час проведення гри.
18. Закінчення гри.
19. Організація та проведення гри у 1 класі.
20. Організація та проведення гри у 2 класі.
21. Організація та проведення гри у 3 класі.
22. Організація та проведення гри у 4 класі.
23. Організація та проведення гри у 5-8 класах.
24. Організація та проведення гри у 9 класі.
25. Організація та проведення гри у 10-11 класах.
26. Керівництво іграми на уроці фізичної культури.
27. Керівництво іграми на перервах.
28. Керівництво іграми у групах продовженого дня.
29. Керівництво іграми під час свят.
30. Специфіка проведення рухливих й українських народних рухливих ігор у таборах.
31. Специфіка проведення рухливих та українських народних рухливих ігор на місцевості.
32. Специфіка проведення військово-спортивних ігор.
33. Керівництво рухливими іграми на заняттях гімнастики та акробатики.
34. Керівництво рухливими іграми на заняттях легкої атлетики.
35. Керівництво рухливими іграми під час занять спортивних ігор.
36. Значення малих фольклорних форм для проведення рухливих та українських народних рухливих ігор. Прочитати на пам’ять по одній малій фольклорній формі.
37. Проаналізуйте методику проведення гри “Кіт і миша”.
38. Проаналізуйте методику проведення гри “Подоляночка”.
39. Проаналізуйте методику проведення гри “Вовки і кози”.
40. Проаналізуйте методику проведення гри “Голуби”.
41. Проаналізуйте методику проведення гри “Невід”.
42. Проаналізуйте методику проведення гри “Птахи”.
43. Проаналізуйте методику проведення гри “Гречка”.
44. Проаналізуйте методику проведення гри “Дрібушечки”.
45. Проаналізуйте методику проведення гри “До своїх прапорців”.
46. Проаналізуйте методику проведення гри “Вудочка”.
47. Проаналізуйте методику проведення гри “Швидко по місцях”.
48. Проаналізуйте методику проведення гри “Ворони і горобці”.
49. Проаналізуйте методику проведення гри “У річку – гоп”.
50. Проаналізуйте методику проведення гри “У дітей чіткий порядок ”.
51. Проаналізуйте методику проведення гри “Горобчики-стрибунчики”.
52. Проаналізуйте методику проведення гри “Лисиця і курчата”.
53. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч через шнур”.

54. Проаналізуйте методику проведення гри “Дубки і білки”.
55. Проаналізуйте методику проведення гри “Слухай сигнал”.
56. Проаналізуйте методику проведення гри “Місяці”.
57. Проаналізуйте методику проведення гри “Де ж горщик?”.
58. Проаналізуйте методику проведення гри “Лісоруби”.
59. Проаналізуйте методику проведення гри “Ловіння метеликів”.
60. Проаналізуйте методику проведення гри “Вправи з великим м’ячем”.
61. Проаналізуйте методику проведення гри “Сніжками по м’ячу”.
62. Проаналізуйте методику проведення гри “Білки, жолуді, горіхи”.
63. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч ведучому”.
64. Проаналізуйте методику проведення гри “Садіння картоплі”.
65. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч ведучому”.
66. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто далі кине”.
67. Проаналізуйте методику проведення гри “Піймай м’яч”.
68. Проаналізуйте методику проведення гри “Мисливці і качки”.
69. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач з м’ячем”.
70. Проаналізуйте методику проведення гри “Совонька”.
71. Проаналізуйте методику проведення гри “У ведмедя на бору”.
72. Проаналізуйте методику проведення гри “Ми – веселі діти”.
73. Проаналізуйте методику проведення гри “Вовк у канаві”.
74. Проаналізуйте методику проведення гри “Заборонений рух”.
75. Проаналізуйте методику проведення гри “Земля, вода, вогонь, повітря”.
76. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач, дай руку!”.
77. Проаналізуйте методику проведення гри “Влучно в ціль”.
78. Проаналізуйте методику проведення гри “По похилій дошці”.
79. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч по землі”.
80. Проаналізуйте методику проведення гри “Квочка”.
81. Проаналізуйте методику проведення гри “Лис”.
82. Проаналізуйте методику проведення гри “Вуж”.
83. Проаналізуйте методику проведення гри “Повзуни”.
84. Проаналізуйте методику проведення гри “Відгадай по голосу”.
85. Проаналізуйте методику проведення гри “День і ніч”.
86. Проаналізуйте методику проведення гри “Назви ім’я”.
87. Проаналізуйте методику проведення гри “Взяти і втекти”.
88. Проаналізуйте методику проведення гри “Конячки”.
89. Проаналізуйте методику проведення гри “Спіймай за хвіст ящірку”.
90. Проаналізуйте методику проведення гри “Штандер”.
91. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто швидше”.
92. Проаналізуйте методику проведення гри “Збирання 3-х предметів”.
93. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета з обручем”.
94. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч ведучому”.
95. Проаналізуйте методику проведення гри “На гірку з гірки”.
96. Проаналізуйте методику проведення гри “Зустрічна естафета з

перешкодами”.

97. Проаналізуйте методику проведення гри “Захисник фортеці”.
98. Проаналізуйте методику проведення гри “Хитра лисиця”.
99. Проаналізуйте методику проведення гри “Два мало – третій зайвий”.
100. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка м’ячів по колу”.
101. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка м’ячів по рядах”.
102. Проаналізуйте методику проведення гри “Вибий ведучого”.
103. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибки командою”.
104. Проаналізуйте методику проведення гри “Потяг”.
105. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг “крізь обруч”.
106. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг по “коридору”.
107. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибунці”.
108. Проаналізуйте методику проведення гри “Бігуни-скакуни”.
109. Проаналізуйте методику проведення гри “Гуси лебеді”.
110. Проаналізуйте методику проведення гри “Мишоловка”.
111. Проаналізуйте методику проведення гри “Другий зайвий”.
112. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач з кола”.
113. Проаналізуйте методику проведення гри “Горіхи”.
114. Проаналізуйте методику проведення гри “Панас”.
115. Проаналізуйте методику проведення гри “Зайці в городі”.
116. Проаналізуйте методику проведення гри “Горщик і лисиця”.
117. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибки по купинах”.
118. Проаналізуйте методику проведення гри “Бій півнів”.
119. Проаналізуйте методику проведення гри “Білі ведмеді”.
120. Проаналізуйте методику проведення гри “Рибалки і риби”.
121. Проаналізуйте методику проведення гри “Вантаження кавунів”.
122. Проаналізуйте методику проведення гри “Карасі і щука”.
123. Проаналізуйте методику проведення гри “Лабіринт”.
124. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач”.
125. Проаналізуйте методику проведення гри “Зайчик у кущах”.
126. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч об стіну”.
127. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто перший”.
128. Проаналізуйте методику проведення гри “Поїзд”.
129. Проаналізуйте методику проведення гри “Літаки”.
130. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонки на лижах у двох”.
131. Проаналізуйте методику проведення гри “Перенеси прапорець”.
132. Проаналізуйте методику проведення гри “Сліпа ворона”.
133. Проаналізуйте методику проведення гри “Носильщики”.
134. Проаналізуйте методику проведення гри “Довга лоза”.
135. Проаналізуйте методику проведення гри “Швидко по місцях”.
136. Проаналізуйте методику проведення гри “Космонавти”.
137. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто підходив?”.
138. Проаналізуйте методику проведення гри “Два морози”.

139. Проаналізуйте методику проведення гри “Влуч у ціль”.
140. Проаналізуйте методику проведення гри “Передача м’ячів у колонах”.
141. Проаналізуйте методику проведення гри “Група, струнко!”.
142. Проаналізуйте методику проведення гри “Виклик номерів”.
143. Проаналізуйте методику проведення гри “Передача (гонка) м’ячів над головою, між ногами і комбінована”.
144. Проаналізуйте методику проведення гри “Порожнє місце”.
145. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка м’ячів по колу”.
146. Проаналізуйте методику проведення гри “Мисливці і качки”.
147. Проаналізуйте методику проведення гри “Колова палиця”.
148. Проаналізуйте методику проведення гри “Мотузка під ногами”.
149. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибок за стрибком”.
150. Проаналізуйте методику проведення гри “Зустрічна естафета”.
151. Проаналізуйте методику проведення гри “Не дай м’яч ведучому”.
152. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета зі стрибками у довжину”.
153. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета з лазінням і перелізанням”.
154. Проаналізуйте методику проведення гри “Назустріч супернику”.
155. Проаналізуйте методику проведення гри “Перестрілка”.
156. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета з подоланням перешкод”.
157. Проаналізуйте методику проведення гри “Рухлива ціль”.
158. Проаналізуйте методику проведення естафети з елементами волейболу.
159. Проаналізуйте методику проведення гри “Заборонений рух”.
160. Проаналізуйте методику проведення гри “Перетягування у парах”.
161. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг командами (“Потяги”, “Стонога”)”.
162. Проаналізуйте методику проведення гри “Тягни у коло”.
163. Проаналізуйте методику проведення гри “Зміна лідера”.
164. Проаналізуйте методику проведення гри “Передав – сідай”.
165. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч у центр”.
166. Проаналізуйте методику проведення гри “Боротьба за м’яч”.
167. Проаналізуйте методику проведення естафет з веденням м’яча і кидком у кошик.
168. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка з вибуванням”.
169. Проаналізуйте методику проведення гри “Виштовхування з кола”.
170. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг трійками”.
171. Проаналізуйте методику проведення гри “Колесо”.
172. Проаналізуйте методику проведення гри “Зміна місць”.
173. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто швидше, або естафетний біг?”
174. Проаналізуйте методику проведення гри “Витривалі бігуни”.
175. Проаналізуйте методику проведення гри “Ведмеді на полюванні”.
176. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафети павуків”.
177. Проаналізуйте методику проведення гри “Односкок”.
178. Проаналізуйте методику проведення гри “Молодці – стрибунці”.

179. Проаналізуйте методику проведення гри “Злови м’яч”.
180. Проаналізуйте методику проведення гри “Провести м’яч по прямій”.
181. Проаналізуйте методику проведення гри “Удар на точність”.
182. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч у коло”.
183. Проаналізуйте методику проведення гри “Рикошет”.
184. Проаналізуйте методику проведення гри “Перехоплення м’яча”.
185. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч по колу”.
186. Проаналізуйте методику проведення гри “Зустрічна естафета”.
187. Проаналізуйте методику проведення гри “Гра у квадраті”.
188. Проаналізуйте методику проведення гри “Влучити у ціль”.
189. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч через тунель”.
190. Проаналізуйте методику проведення гри “Вигадай сам”.
191. Проаналізуйте методику проведення гри “Міток і кішка”.
192. Проаналізуйте методику проведення гри “Салки з стрибками через коня”.
193. Проаналізуйте методику проведення гри “Гімнастичний марафон”.
194. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка з вибуванням”.
195. Проаналізуйте методику проведення гри “Зумій догнати”.
196. Проаналізуйте методику проведення гри “Зміна місця”.
197. Проаналізуйте методику проведення гри “Передав – сідай”.
198. Проаналізуйте методику проведення гри “Перестрілбол”.
199. Проаналізуйте методику проведення гри “Пробий стінку”.
200. Проаналізуйте методику проведення гри “Коридор”.
201. Проаналізуйте методику проведення гри “П’ять проти десяти”.
202. Назвіть рухливі ігри, які можна проводити на заняттях з гімнастики та акробатики.
203. Назвіть рухливі ігри, які проводяться на заняттях з легкої атлетики.
204. Назвіть рухливі ігри, які проводяться під час занять спортивних ігор.
205. Назвіть рухливі ігри, які сприяють розвитку фізичних якостей: швидкості, витривалості, гнучкості, силі, спритності, швидкісно-силовій якості.
206. Назвіть ігри з елементами стройових вправ.
207. Назвіть ігри з елементами загальнорозвивальних вправ.
208. Назвіть ігри з елементами прикладних вправ.
209. Назвіть ігри з елементами рівноваги.
210. Назвіть ігри з елементами акробатики.
211. Назвіть ігри з елементами боротьби.
212. Назвіть ігри з елементами танцю.
213. Назвіть ігри з елементами футболу.
214. Назвіть ігри з ходьбою.
215. Назвіть ігри з бігом.
216. Назвіть ігри зі стрибками.
217. Назвіть ігри з метанням.
218. Назвіть ігри на воді.
219. Назвіть ігри на лижах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ТА РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Андрощук Н.В., Леськів А.Д., Мехоношин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Методичний посібник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998.- 112 с.
2. Андрощук Н.В. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні школярів. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2001. - 144 с.
3. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для институтов физической культуры. – М.: ФиС, 1982. – 224 с.
4. Вікова психологія / За ред. Г.С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1976. – 270 с.
5. Вільчковський Е.С., Страшинський В.І. Рухливі ігри в школі. – К.: Рад. школа, 1971, - 120 с.
6. Вільчковський Е.С. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. – К.: Здоров'я, 1974. – 250 с.
7. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 336 с.
8. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник / С. Гончаренко. – К. : Либідь, 1997. – 376 с.
9. Деделюк Н.А. Традиції фізичного виховання в Київській Русі: Монографія / Н.А. Деделюк, А.В. Цьось. – Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2004. – 192 с.
10. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор та естафет із елементами футболу / З. М. Діхтяренко // Фізичне виховання в школі: Наук.-метод. журнал. – К.: Вид. „Педагогічна преса". – 2005. – № 3. – С. 18-22.
11. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 „Теорія і методика виховання" / З. М. Діхтяренко. – К., 2008. – 20 с.
12. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання" / Діхтяренко Зоя Михайлівна. – К., 2008. – 275 с.
13. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності (експериментальна робота) // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Міленіум, 2005. – Вип. 11. – С. 164-170.
14. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості учнів загальноосвітньої школи засобами ігрової діяльності : метод. реком. / З. М. Діхтяренко. – К. : Науковий світ, 2008. – 41 с.
15. Діхтяренко З. М. Виховання толерантності у дошкільників, учнів ЗОШ та студентської молоді через естафети, рухливі та українські народні рухливі ігри / З. М. Діхтяренко// Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

/ [ред. кол. : Побірченко Н.С. *(гол. ред.)* та ін.]. – Умань : ПП Жовтий О. О., 2011 – Вип. 39.

16. Діхтяренко З. М. Духовно-моральна цінність рухливих ігор у позакласній роботі, як ефективний засіб розвитку фізичних якостей учнів у виконанні державних тестів // Спортивний вісник Придніпров'я – науково-теоретичний журнал ДДІФКіС. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2003. – № 3-4. – С. 59-61.

17. Діхтяренко З. М. Збереження фізичного та психічного здоров'я молодших школярів під час формування наполегливості засобами рухливих ігор // Педагогіка вищої та середньої школи: Зб. наук. праць КДПУ. – Кривий Ріг : КДПУ, 2005. – Вип. 11. – С. 414-418.

18. Діхтяренко З. М. Користування „Щоденником зміцнення здоров'я" для формування наполегливості молодших школярів // Зб. наук. праць УДПУ. – К.: Науковий світ, 2003. – С. 66-73.

19. Діхтяренко З. М. Науково-практичні проблеми соціалізації підростаючої особистості / З. М. Діхтяренко// Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка. Т. XIII, Част. 1. – К., 2011.

20. Діхтяренко З. М. Підручники та зошити з основ здоров'я – перший крок до формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Науковий світ, 2004. – Вип. 9. – С. 115-120.

21. Діхтяренко З. М. Поняття „виховання", „воля", „наполегливість" у психолого-педагогічній та філософській літературі // Вісник Черкаського університету. Серія „Педагогічні науки". – Черкаси : ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2008. – Вип. 129. – С. 28–33.

22. Діхтяренко З. М. Психолого-педагогічна класифікація рухливих ігор / З. М. Діхтяренко // Нові технології навчання: наук.-метод. зб. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОНмолодьспорт України / З. М. Діхтяренко. – К. , 2011. – Вип. 70.

23. Діхтяренко З. М. Рухливі ігри та естафети з елементами футболу // Фізичне виховання в школі: Науково-методичний журнал. – К.: „Педагогічна преса". – 2005. – № 1. – С. 18-20.

24. Діхтяренко З. М. Фізична рекреація та реабілітація молодших школярів під час рухливих ігор // Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Науковий світ, 2002. – С. 72-77.

25. Діхтяренко З. М. Формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор у сучасних соціокультурних умовах // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Зб. наук. праць. – Вип. 5. – К.-Житомир: Волинь, 2003. – Кн. 2. – С. 147-153.

26. Діхтяренко З.М. Формування наполегливості молодших школярів засобами фізичної культури // Вісник Житомирського педагогічного університету імені Івана Франка. – Житомир: Редакційно-видавничий відділ ЖДПУ імені Івана Франка, 2003. – Вип. 13. – С. 138-140.

27. Діхтяренко З. М. Формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор через підручниками та зошитами з основ здоров'я // Підготовка вчителя до впровадження нових технологій навчання у малокомплектній школі: Матеріали Всеукраїнської наук-практ. конференції: м. Умань, 15-16 жовтня 2004 р. УДПУ. – К. : Науковий світ, 2004. – С. 104-105.

28. Кузь В.Г., Сивачук Н.П. Українські народні дитячі ігри: Посібник для студентів філологічного факультету, студентів дошкільного та педагогічного факультетів. – К.: Науковий світ, 2003. – 32 с.

29. Люблінська Г.О. Дитяча психологія. – К.: Вища школа, 1974. – 355 с.

30. Лянной Ю., Кравченко А. Рухливі ігри як засіб фізичної реабілітації учнів у загальноосвітній школі // Фізичне вихованя в школі.- №2, 1999.- С.23 – 25.

31. Песталоці Й.Г. Вибрані педагогічні твори.Т.1. – К.-Х..: Радянська школа, 1938. – 338 с.

32. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців. – Львів, 1995. – 254 с.

33. Руссо Ж.-Ж. Педагогические сочинения: В 2-х т. Т.2 / Под ред. Г.Н. Джибладзе. – М.: Педагогика, 1981. – 336 с.

34. Рухливі та народні ігри, естафети (практикум) : метод. реком. / укл. З. М. Діхтяренко. – Умань : ПП Жовтий, 2010. – 112 с.

35. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі : навч. посіб. / Л. П. Сергієнко. – Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2011. – 264 с.

36. Солопчук М. С. Історія фізичної культури і спорту. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2001. – 236 с.

37. Сухомлинський В.О. Вибрані твори. В 5-и томах. Том 1-5. – К.: Радянська школа, 1976 - 1977.

38. Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав (лекції): методичні рекомендації / Укл.: З. М. Діхтяренко – Умань: ПП Жовтий О. О., 2010. – 122 с.

39. Ушинский К.Д. Вибрані педагогічні твори: В 2-х т. Пер. з рос. Т.1-2. – К.: Рад.школа, 1983.

40. Філь С.М. Історія фізичної культури: Навчальний посібник / Філь С. М., Худолій О.М., Малка Г.О. – Харків: ОВС, 2003. – 160 с.

41. Хрестоматія з історії дошкільної педагогіки: Навч. Посібник / За заг. ред. З.Н. Борисової. – К.: Вища школа, 2004. – 511 с.

42. Цьось А.В. Українські народні ігри та забави: навчальний посібник / Анатолій Васильович Цьось. – Луцьк: Надстир'я, 1994. – 96 с.

43. Цьось А.В. Фізичне виховання в календарній обрядовості українців: Монографія / Анатолій Васильович Цьось. – Луцьк: Надстир'я, 2000. – 376 с.

44. Шевченко О.В. Рухливі ігри та забави. Навчально-методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання. – Кіровоград: РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2003. – 108 с.

45. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: В 2 ч. Ч. 1. / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2003. – 272 с.

46. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: В 2 ч. Ч. 2. / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2003. – 248 с.

ДОДАТКИ

Додаток 1.

Критерії оцінювання знань студентів з дисципліни "Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав"

Норми балів:

Студент отримує бали за низький рівень успішності проявивши такі знання та вміння:

- не послідовно та частково викладено зміст питання;
- суть запитання розкрита у цілому, але відповідь не повна;
- при поясненні проведення ігор та забав є три-чотири помилки;
- практичні завдання виконується з труднощами є три-чотири помилки;
- чітко не пов'язана відповідь із зробленими висновками;
- під час практичної роботи з помилками використовує основні розділи методики проведення рухливих ігор та забав, але роботу виконує без грубих помилок, з труднощами користуючись вибраними прийомами роботи;
- не чітко застосовує отримані знання з різних дисциплін для вирішення практичних завдань чи проблем;
- розповідаючи на сучасній, виразній, емоційній українській літературній мові;
- у відповідях можливі чотири неточності у використанні основних розділів методики проведення рухливих ігор та забав, у використанні спеціальної термінології, узагальнення, помилки, які впливають на конкретний зміст викладеного матеріалу та приводять до помилкових висновків, рішень.

Студент отримує бали за середній рівень успішності проявивши такі знання та вміння:

- не послідовно, але повно викладено зміст питання;
- при поясненні проведення ігор та забав є дві помилки;
- під час практичних занять чітко та послідовно використовує основні розділи методики проведення рухливих ігор та забав, роботу виконує без грубих помилок, правильно користується обраним прийомом роботи;
- практичні завдання виконує з труднощами, є одна-дві помилки;
- чітко пов'язана відповідь із зробленими висновками, але допущена незначна неточність;
- послідовно розкриває основний зміст матеріалу, але з уточненнями одногрупників, викладача;
- розповідати на сучасній українській літературній мові;

- правильно застосовувати отримані знання з різних дисциплін для вирішення практичних завдань чи проблем;
- у відповідях можливі три неточності у використанні основних розділів методики проведення рухливих ігор та забав, у використанні спеціальної термінології, несуттєві висновки, узагальнення, помилки, які не впливають на конкретний зміст викладеного матеріалу.

Студент отримує бали за високий рівень успішності проявивши такі знання та вміння:

- послідовно викладає зміст питання;
- без помилок пояснює проведення ігор та забав;
- практичні завдання виконує добре, без помилок;
- чітко пов'язана відповідь із зробленими висновками;
- на практичних заняттях чітко та послідовно розкриває основний зміст матеріалу без уточнень одногрупників, викладача;
- під час вирішення практичних завдань чи проблем послідовно, чітко та правильно застосовує отримані знання з різних дисциплін, розповідаючи на сучасній, виразній, емоційній українській літературній мові;
- допускаються одна – дві неточності у викладені матеріалу, які не приводять до помилкових висновків і рішень.

Навчальні досягнення студента з усіх видів виконуваних робіт (теоретична підготовка, ІНДЗ, підсумковий контроль) оцінюються кількісно відповідно до шкали, наведеної у „Тимчасовому положенні про організацію навчального процесу в кредитно-модульній системі підготовки фахівців" в Уманському педагогічному університеті.

Додаток 2.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ:

90-100 балів — *відмінно* (A);
82-89 балів – *добре* (B),
75-81 балів — *добре* (C);
69-74 балів – *задовільно* (Д);
60-68 балів — *задовільно* (E);
35-59 балів — *незадовільно*
з можливістю повторного складання (FX);
1-34 балів — *незадовільно*
***з* обов'язковим повторним курсом (F).**

60-100 балів - *зараховано* (A, B, C, B. E)
1-59 балів - *не зараховано* (FX, F)

Додаток 3.

Психолого-педагогічна схема аналізу проведення уроку з рухливими іграми

Спрямування / завдання уроку	**Частина уроку**	**Бали**
Підготовча частина		
Організаційні	Початок уроку: шикування, рапорт, зовнішній вигляд учнів та вчителя (студента). Постановка завдання уроку. Стройові навички та вміння. Повороти. Перешикування. Дисципліна учнів.	
Освітні	Розуміння учнями: завдань уроку; виконання рухів, які вони виконують; чіткості та правильності виконаних рухів. Виправлення помилок.	
Виховні	Зовнішній вигляд учителя та учнів. Стан місця уроку. Дисципліна на уроці. Чіткість виконання команд.	
Методичні	Застосування методів навчання та виховання. Розповідь, показ. Пояснення. Дозування навантаження. Поступове навантаження. Методи розучування.	
Оздоровчо-гігієнічні	Зовнішній вигляд учителя та учнів. Застосування вмінь та навичок. Ритм. Частота. Темп. Точність виконання рухів, вправ. Чергування навантаження і відпочинку. Правильність рухів. Дозування.	
Рухові	Засвоєння вмінь і навичок. Ритм. Частота. Темп. Амплітуда. Точність виконання рухів, вправ. Чергування навантаження та відпочинку. Формування фізичних навичок: спритність, силу, швидкість, швидкісно-силову, витривалість.	
Емоційні	Інтонація вчителя, чіткість виконання рухів. Стройові вправи. Ігрова діяльність. Емоційність. Зацікавленість уроком.	

Основна частина		
Організаційні	Розподіл по відділенням. Підготовка місць занять. Забезпечення інвентарем.	
Освітні	Постановка уроку. Засвоєння матеріалу. Правильність виконання техніки показаних вправ. Показ. Виправлення помилок. Самоконтроль.	
Виховні	Методи виконання. Правильність виконання. Чіткість виконання завдань. Вольова підготовка.	
Методичні	Термінологія. Використання методів навчання (словесний, наочний, практичний). Використання підвідних вправ. Дозування навантаження. Ефективність вправ. Методика виправлення помилок.	
Оздоровчо-гігієнічні	Постава. Чергування навантаження і відпочинку. Застосування вентиляції і гіпервентиляції легень. Правильність дихання.	
Рухові	Застосування вмінь і навичок. Ритм. Частота рухів, які виконуються. Техніка виконання. Дозування навантаження. Ефективність навантаження.	
Емоційні	Використання елементів змагань. Ігрова діяльність. Чіткість виконання. Інтерес до уроку.	
Заключна частина		
Організаційні	Дисципліна. Підведення підсумків. Організованість закінчення уроку.	
Освітні	Аналіз помилок. Загальні зауваження. Індивідуальні зауваження. Завдання додому.	
Виховні	Зовнішній вигляд учителя та учнів. Дисципліна на уроці. Застосування методів навчання.	
Методичні	Виправлення помилок. Вправи на відновлення дихання та уваги.	

Оздоровчо-гігієнічні	Зниження навантаження. Вправи на відновлення дихання та правильну поставу.	
Рухові	Вправи на увагу. Вправи на координацію.	
Емоційні	Ігрова діяльність. Вправи на увагу.	

Додаток 4.

Схема спостережень за рухливою грою

Зміст спостережень	**Результати спостережень** (написати, підкреслити)
1. Назва гри	Групова, командна
2. Основне педагогічне завдання гри	
3. Склад учасників	Кількість: хл. , дічаток , вік
4. ПІП учня за яким спостерігається	
5. Підготовка гравців /гравця/	Часто грає, рідко, спортивна форма
6. Пульс перед початком гри	В учня, за яким спостерігається
7. Яку роль виконує в грі	Лідер, капітан, учасник
8. Які якості проявили (проявив) учасники гри?	Ініціативу, технічну грамотність, дисциплінованість, лінь, правдивість, мудрість, наполегливість
9. Як відноситься до партнерів по грі (взаємовідносини іграків у команді)?	Взаємовиручка, взаєморозуміння, терпимість, невдоволення, повага
10. Чи володіють учасники (учень) технікою гри?	Так, слабо, не володіє
11. Відношення до перемоги в грі, до поразки	Вираз радості, сум, байдужість, розлюченість, вступав у суперечку
12. Пульс після закінчення гри	В учня, за яким спостерігається
13. Відношення команди (учня) до проведеної гри	Не сподобалася, задоволений, хоче зіграти ще
14. Можливі варіанти гри, доповнення її вчителем	
15. Запропоновані нові варіанти проведеної гри командою (учнем)	

Додаток 5.

Зразок написання малорухливої гри “Подоляночка”

Мета: повторити малорухливу гру “Подоляночка”.

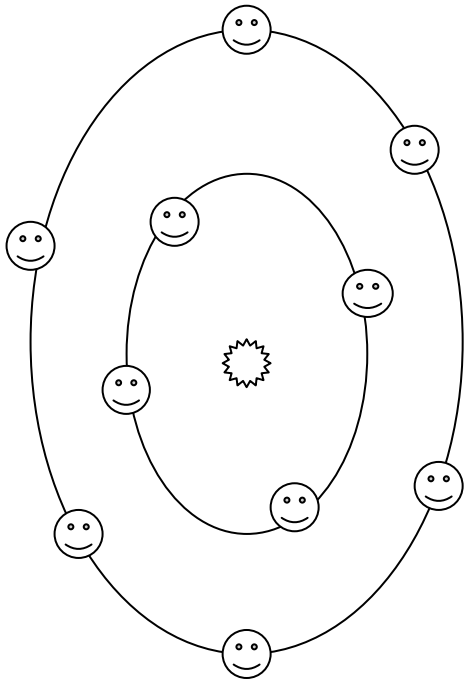
Розвивати: точність виконання рухів під час співу.

Виховувати: дружність, взаємоповагу та наполегливість під час виконання імітаційних рухів.

***Обладнання*:** віночок.

Місце проведення: спортивний майданчик (або на галявині).

Тривалість гри: 5-6 хв.

<table>
<tr><td colspan="2">Зміст гри</td><td>Схематичний малюнок</td></tr>
<tr><td colspan="2">Дівчата утворюють два кола, які рухаються у протилежних напрямках. Посередині кола дівчина-Подоляночка, яка відтворює рухи, про які йдеться у пісні, а по закінченню співу виконує танець.
Дівчата з першого кола йдучи співають:
Десь тут була Подоляночка,
Десь тут була молодесенька,
Тут вона впала,
До землі припала,
Личка не вмивала,
Бо води не мала.
Дівчата з другого кола йдучи продовжують співати:
Ой, встань, встань, Подоляночка,
Умий личко, наче скляночку.
Та візьмися в боки,
Скачи свої скоки,
Біжи до Дунаю,
Бери ту, що скраю.
Після танцю Дівчина-Подоляночка вибирає собі заміну.
Гра продовжується.</td><td></td></tr>
<tr><td>Зміст основного навчального матеріалу</td><td>Дозування</td><td>Організаційно-методичні вказівки</td></tr>
<tr><td>а) підготовка до гри</td><td>0,5 хв.</td><td>Організувати учнів у коло та вибрати дівчинку-Подоляночку.</td></tr>
<tr><td>б) пояснення гри</td><td>0,5 хв.</td><td>Згадати слова, імітаційні рухи, правила гри та ТБ. Звернути увагу, щоб слова та рухи усіх</td></tr>
</table>

		учасників гри виконувалися злагоджено.
в) проведення гри	3,5 – 4, 5 хв.	Дотримуватися ТБ та правил, взаємоповажати один одного.
г) підведення підсумків гри	0,5 хв.	Вчитель із 2-3 речень робить позитивний підсумок гри, згадуючи про деякі недоліки (окремих гравців). Сприяти створенню в учнів позитивного відношення до ігор.

Додаток 6.

Тематика рефератів для самостійного опрацювання дисципліни "Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав"

1. Історичний розвиток ігор.
2. Рухливі ігри як засіб фізичного виховання школярів різного віку.
3. Дослідження походження та вплив рухливих ігор на виховання підростаючого покоління вітчизняними дослідниками.
4. Дослідження походження та вплив рухливих ігор на виховання підростаючого покоління закордонними дослідниками.
5. Виховне та навчальне значення висловлювань видатних вітчизняних постатей минулого та сучасності щодо ігор.
6. Виховне та навчальне значення висловлювань видатних закордонних постатей минулого та сучасності щодо ігор.
7. Вплив рухливих ігор-забав на сучасну систему виховання школярів.
8. Педагогічна характеристика рухливих ігор для дітей молодшого шкільного віку.
9. Педагогічна характеристика рухливих ігор для дітей середнього шкільного віку.
10. Педагогічна характеристика рухливих ігор для дітей старшого шкільного віку.
11. Форми організації школярів засобами рухливих ігор.
12. Особливості методики проведення рухливих ігор на уроках фізичної культури.
13. Особливості методики проведення рухливих ігор на заняттях спортом (обрати один із видів).
14. Особливості методики проведення рухливих ігор у позакласний час.
15. Особливості методики проведення рухливих ігор та забав на місцевості.
16. Особливості методики проведення рухливих ігор взимку.

17. Особливості методики проведення рухливих ігор на воді.
18. Розвиток фізичних здібностей засобами рухливих ігор.
19. Значення рухливих ігор, які застосовуються у різних видах спорту.
20. Сценарій проведення змагань з рухливих ігор (вибрати один) (“Веселі старти”, “Нумо, козачата!”, “Спортландія” та інші).

Додаток 7.

Питання контролю і самоконтролю знань студентів із дисципліни “Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав”

1. Проаналізуйте розвиток та роль гри у родовому та рабовласницькому суспільствах. Дати порівняльну характеристику.
2. Проаналізуйте розвиток та роль гри у Стародавній Греції та Римі. Дати порівняльну характеристику.
3. Проаналізуйте розвиток та місце гри у середні віки та новий час. Дати порівняльну характеристику.
4. Опишіть розвиток гри на межі XIX – XX століть.
5. Опишіть розвиток рухливих ігор у кінці XX та на початку XXI століть.
6. Опишіть розвиток українських народних (рухливих) ігор у кінці XX та на початку XXI століть.
7. Дайте визначення понять “гра”, “ігрова діяльність”, “рухлива гра”, “українські народні рухливі ігри”.
8. Опишіть класифікацію рухливих ігор за І. Боберським. У яких класифікаціях є схожі ознаки.
9. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Л.В. Билеєвою та І.М. Коротковим.
10. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Е.С. Вільчковським.
11. Опишіть класифікацію ігор за К. Гроссом.
12. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Д.А. Колоццою.
13. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Е. Клапаредом.
14. Опишіть класифікацію рухливих ігор за Е.А. Покровським.
15. Опишіть класифікацію рухливих ігор за М.І. Покровською.
16. Опишіть класифікацію рухливих ігор за С.Ф. Русовою.
17. Опишіть класифікацію рухливих ігор за М. Філітісом.
18. Опишіть класифікацію рухливих ігор за С.М. Мудриком.
19. Опишіть класифікацію рухливих ігор за З.М. Діхтяренко.
20. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за А.Я. Вольчинським.
21. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Т. Самотулкою.
22. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Г.В. Довженок.

23. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за О.В. Кенеман.
24. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Н.В. Кудикіною.
25. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Г.В. Воробей.
26. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за М.Г. Стельмаховичем.
27. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за А.В. Цьосьом.
28. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за В.І. Семеренським і П.Г. Черемським.
29. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за Є. Приступою та О. Біком.
30. Опишіть класифікацію українських народних рухливих ігор за З.М. Діхтяренко.
31. Перерахуйте одну функцію гри.
32. Опишіть одну структуру гри.
33. Процитуйте висловлювання видатних українських постатей минулого та сучасності щодо ігор: О.В. Запорожець, В.В. Зеньківський, Г.С. Костюк, А.С. Макаренко, С.Ф. Русова, В.О. Сухомлинський, М.Г. Стельмахович, К.Д. Ушинський та ін.
34. Процитуйте висловлювання видатних постатей минулого та сучасності щодо ігор: Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, Н.К. Крупська, Є.І. Тихеєва та ін.
35. Процитуйте висловлювання видатних англійських постатей минулого та сучасності щодо ігор: Джон Локк, Йоган Гейзінг та ін.
36. Процитуйте висловлювання видатних німецьких постатей минулого та сучасності щодо ігор: Фрідріх Фребель та ін.
37. Процитуйте одну-дві цитати зі священних книг різних релігій щодо виховання дітей.
38. Проаналізуйте гігієнічне значення ігор.
39. Проаналізуйте оздоровче значення ігор.
40. Навчальне значення та завдання рухливих ігор.
41. Перерахуйте виховне значення та завдання рухливих ігор.
42. Підготовка до проведення гри: добір гри, підготовка місця для гри, підготовка інвентаря, розмітка майданчика.
43. Пояснення гри.
44. Визначення ведучих.
45. Розподіл за командами.
46. Вибір капітанів команд.
47. Визначення помічників та суддів.
48. Керівництво процесом гри.
49. Дозування навантаження під час проведення гри.

50. Закінчення гри.
51. Організація та проведення гри у 1 класі.
52. Організація та проведення гри у 2 класі.
53. Організація та проведення гри у 3 класі.
54. Організація та проведення гри у 4 класі.
55. Організація та проведення гри у 5-8 класах.
56. Організація та проведення гри у 9 класі.
57. Організація та проведення гри у 10-11 класах.
58. Керівництво іграми на уроці фізичної культури.
59. Керівництво іграми на перервах.
60. Керівництво іграми у групах продовженого дня.
61. Керівництво іграми під час свят.
62. Специфіка проведення рухливих та українських народних рухливих ігор у таборах.
63. Специфіка проведення рухливих та українських народних рухливих ігор на місцевості.
64. Специфіка проведення військово-спортивних ігор.
65. Керівництво рухливими іграми на заняттях гімнастики та акробатики.
66. Керівництво рухливими іграми на заняттях легкої атлетики.
67. Керівництво рухливими іграми під час занять спортивних ігор.
68. Значення малих фольклорних форм (загадки, заклички, жеребкування, лічилки, мирилки, примовки, скоромовки і т.д.) для проведення рухливих та українських народних рухливих ігор. Прочитати на пам'ять по одній малій фольклорній формі.
69. Проаналізуйте методику проведення гри “Кіт і миша”.
70. Проаналізуйте методику проведення гри “Подоляночка”.
71. Проаналізуйте методику проведення гри “Вовки і кози”.
72. Проаналізуйте методику проведення гри “Голуби”.
73. Проаналізуйте методику проведення гри “Невід”.
74. Проаналізуйте методику проведення гри “Птахи”.
75. Проаналізуйте методику проведення гри “Гречка”.
76. Проаналізуйте методику проведення гри “Дрібушечки”.
77. Проаналізуйте методику проведення гри “До своїх прапорців”.
78. Проаналізуйте методику проведення гри “Вудочка”.
79. Проаналізуйте методику проведення гри “Швидко по місцях”.
80. Проаналізуйте методику проведення гри “Ворони і горобці”.
81. Проаналізуйте методику проведення гри “У річку - гоп”.
82. Проаналізуйте методику проведення гри “У дітей чіткий порядок ”.
83. Проаналізуйте методику проведення гри “Горобчики-стрибунчики”.
84. Проаналізуйте методику проведення гри “Лисиця і курчата”.
85. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч через шнур”.
86. Проаналізуйте методику проведення гри “Дубки і білки”.
87. Проаналізуйте методику проведення гри “Слухай сигнал”.

88. Проаналізуйте методику проведення гри “Місяці”.
89. Проаналізуйте методику проведення гри “Де ж горщик?”.
90. Проаналізуйте методику проведення гри “Лісоруби”.
91. Проаналізуйте методику проведення гри “Ловіння метеликів”.
92. Проаналізуйте методику проведення гри “Вправи з великим м’ячем”.
93. Проаналізуйте методику проведення гри “Сніжками по м’ячу”.
94. Проаналізуйте методику проведення гри “Білки, жолуді, горіхи”.
95. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч ведучому”.
96. Проаналізуйте методику проведення гри “Садіння картоплі”.
97. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч ведучому”.
98. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто далі кине”.
99. Проаналізуйте методику проведення гри “Піймай м’яч”.
100. Проаналізуйте методику проведення гри “Мисливці і качки”.
101. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач з м’ячем”.
102. Проаналізуйте методику проведення гри “Совонька”.
103. Проаналізуйте методику проведення гри “У ведмедя на бору”.
104. Проаналізуйте методику проведення гри “Ми - веселі діти”.
105. Проаналізуйте методику проведення гри “Вовк у канаві”.
106. Проаналізуйте методику проведення гри “Заборонений рух”.
107. Проаналізуйте методику проведення гри “Земля, вода, вогонь, повітря”.
108. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач, дай руку!”.
109. Проаналізуйте методику проведення гри “Влучно в ціль”.
110. Проаналізуйте методику проведення гри “По похилій дошці”.
111. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч по землі”.
112. Проаналізуйте методику проведення гри “Квочка”.
113. Проаналізуйте методику проведення гри “Лис”.
114. Проаналізуйте методику проведення гри “Вуж”.
115. Проаналізуйте методику проведення гри “Повзуни”.
116. Проаналізуйте методику проведення гри “Відгадай по голосу”.
117. Проаналізуйте методику проведення гри “День і ніч”.
118. Проаналізуйте методику проведення гри “Назви ім’я”.
119. Проаналізуйте методику проведення гри “Взяти і втекти”.
120. Проаналізуйте методику проведення гри “Конячки”.
121. Проаналізуйте методику проведення гри “Спіймай за хвіст ящірку”.
122. Проаналізуйте методику проведення гри “Штандер”.
123. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто швидше”.
124. Проаналізуйте методику проведення гри “Збирання 3-х предметів”.
125. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета з обручем”.
126. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч ведучому”.
127. Проаналізуйте методику проведення гри “На гірку з гірки”.
128. Проаналізуйте методику проведення гри “Зустрічна естафета з перешкодами”.

129. Проаналізуйте методику проведення гри “Захисник фортеці”.
130. Проаналізуйте методику проведення гри “Хитра лисиця”.
131. Проаналізуйте методику проведення гри “Два мало – третій зайвий”.
132. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка м’ячів по колу”.
133. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка м’ячів по рядах”.
134. Проаналізуйте методику проведення гри “Вибий ведучого”.
135. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибки командою”.
136. Проаналізуйте методику проведення гри “Потяг”.
137. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг “крізь обруч”.
138. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг по “коридору”.
139. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибунці”.
140. Проаналізуйте методику проведення гри “Бігуни-скакуни”.
141. Проаналізуйте методику проведення гри “Гуси лебеді”.
142. Проаналізуйте методику проведення гри “Мишоловка”.
143. Проаналізуйте методику проведення гри “Другий зайвий”.
144. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач з кола”.
145. Проаналізуйте методику проведення гри “Горіхи”.
146. Проаналізуйте методику проведення гри “Панас”.
147. Проаналізуйте методику проведення гри “Зайці в городі”.
148. Проаналізуйте методику проведення гри “Горщик і лисиця”.
149. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибки по купинах”.
150. Проаналізуйте методику проведення гри “Бій півнів”.
151. Проаналізуйте методику проведення гри “Білі ведмеді”.
152. Проаналізуйте методику проведення гри “Рибалки і риби”.
153. Проаналізуйте методику проведення гри “Вантаження кавунів”.
154. Проаналізуйте методику проведення гри “Карасі і щука”.
155. Проаналізуйте методику проведення гри “Лабіринт”.
156. Проаналізуйте методику проведення гри “Квач”.
157. Проаналізуйте методику проведення гри “Зайчик у кущах”.
158. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч об стіну”.
159. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто перший”.
160. Проаналізуйте методику проведення гри “Поїзд”.
161. Проаналізуйте методику проведення гри “Літаки”.
162. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонки на лижах у двох”.
163. Проаналізуйте методику проведення гри “Перенеси прапорець”.
164. Проаналізуйте методику проведення гри “Сліпа ворона”.
165. Проаналізуйте методику проведення гри “Носильщики”.
166. Проаналізуйте методику проведення гри “Довга лоза”.
167. Проаналізуйте методику проведення гри “Швидко по місцях”.
168. Проаналізуйте методику проведення гри “Космонавти”.
169. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто підходив?”
170. Проаналізуйте методику проведення гри “Два морози”.
171. Проаналізуйте методику проведення гри “Влуч у ціль”.

172. Проаналізуйте методику проведення гри “Передача м’ячів у колонах”.
173. Проаналізуйте методику проведення гри “Група, струнко!”.
174. Проаналізуйте методику проведення гри “Виклик номерів”.
175. Проаналізуйте методику проведення гри “Передача (гонка) м’ячів над головою, між ногами і комбінована”.
176. Проаналізуйте методику проведення гри “Порожнє місце”.
177. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка м’ячів по колу”.
178. Проаналізуйте методику проведення гри “Мисливці і качки”.
179. Проаналізуйте методику проведення гри “Колова палиця”.
180. Проаналізуйте методику проведення гри “Мотузка під ногами”.
181. Проаналізуйте методику проведення гри “Стрибок за стрибком”.
182. Проаналізуйте методику проведення гри “Зустрічна естафета”.
183. Проаналізуйте методику проведення гри “Не дай м’яч ведучому”.
184. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета зі стрибками у довжину”.
185. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета з лазінням і перелізанням”.
186. Проаналізуйте методику проведення гри “Назустріч супернику”.
187. Проаналізуйте методику проведення гри “Перестрілка”.
188. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафета з подоланням перешкод”.
189. Проаналізуйте методику проведення гри “Рухлива ціль”.
190. Проаналізуйте методику проведення естафети з елементами волейболу.
191. Проаналізуйте методику проведення зустрічної волейбольної пасовки через сітку.
192. Проаналізуйте методику проведення гри “Заборонений рух”.
193. Проаналізуйте методику проведення гри “Перетягування у парах”.
194. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг командами (“Потяги”, “Стонога”)”.
195. Проаналізуйте методику проведення гри “Тягни у коло”.
196. Проаналізуйте методику проведення гри “Зміна лідера”.
197. Проаналізуйте методику проведення гри “Передав – сідай”.
198. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч у центр”.
199. Проаналізуйте методику проведення гри “Боротьба за м’яч”.
200. Проаналізуйте методику проведення естафети з веденням м’яча і кидком у кошик.
201. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка з вибуванням”.
202. Проаналізуйте методику проведення гри “Виштовхування з кола”.
203. Проаналізуйте методику проведення гри “Біг трійками”.
204. Проаналізуйте методику проведення гри “Колесо”.
205. Проаналізуйте методику проведення гри “Зміна місць”.
206. Проаналізуйте методику проведення гри “Хто швидше, або естафетний біг?”

207. Проаналізуйте методику проведення гри “Витривалі бігуни”.
208. Проаналізуйте методику проведення гри “Ведмеді на полюванні”.
209. Проаналізуйте методику проведення гри “Естафети павуків”.
210. Проаналізуйте методику проведення гри “Односкок”.
211. Проаналізуйте методику проведення гри “Молодці – стрибунці”.
212. Проаналізуйте методику проведення гри “Злови м’яч”.
213. Проаналізуйте методику проведення гри “Провести м’яч по прямій”.
214. Проаналізуйте методику проведення гри “Удар на точність”.
215. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч у коло”.
216. Проаналізуйте методику проведення гри “Рикошет”.
217. Проаналізуйте методику проведення гри “Перехоплення м’яча”.
218. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч по колу”.
219. Проаналізуйте методику проведення гри “Зустрічна естафета”.
220. Проаналізуйте методику проведення гри “Гра у квадраті”.
221. Проаналізуйте методику проведення гри “Влучити у ціль”.
222. Проаналізуйте методику проведення гри “М’яч через тунель”.
223. Проаналізуйте методику проведення гри “Вигадай сам”.
224. Проаналізуйте методику проведення гри “Міток і кішка”.
225. Проаналізуйте методику проведення гри “Салки з стрибками через коня”.
226. Проаналізуйте методику проведення гри “Гімнастичний марафон”.
227. Проаналізуйте методику проведення гри “Гонка з вибуванням”.
228. Проаналізуйте методику проведення гри “Зумій догнати”.
229. Проаналізуйте методику проведення гри “Зміна місця”.
230. Проаналізуйте методику проведення гри “Передав – сідай”.
231. Проаналізуйте методику проведення гри “Перестрілбол”.
232. Проаналізуйте методику проведення гри “Пробий стінку”.
233. Проаналізуйте методику проведення гри “Коридор”.
234. Проаналізуйте методику проведення гри “П’ять проти десяти”.
235. Назвіть рухливі ігри, які проводяться на заняттях з гімнастики та акробатики.
236. Назвіть рухливі ігри, які проводяться на заняттях з легкої атлетики.
237. Назвіть рухливі ігри, які проводяться під час занять спортивних ігор.
238. Назвіть рухливі ігри, які сприяють розвитку фізичних якостей: швидкості, витривалості, гнучкості, силі, спритності, швидкісно-силовій якості.
239. Назвіть ігри з елементами стройових вправ.
240. Назвіть ігри з елементами загальнорозвивальних вправ.
241. Назвіть ігри з елементами прикладних вправ.
242. Назвіть ігри з елементами рівноваги.
243. Назвіть ігри з елементами акробатики.
244. Назвіть ігри з елементами боротьби.
245. Назвіть ігри з елементами танцю.

246. Назвіть ігри з елементами футболу.
247. Назвіть ігри з ходьбою.
248. Назвіть ігри з бігом.
249. Назвіть ігри зі стрибками.
250. Назвіть ігри з метанням.
251. Назвіть ігри на воді.
252. Назвіть ігри на лижах.

Додаток 8.

КОРОТКИЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СЛОВНИК НАЙБІЛЬШ ВЖИВАНИХ ТЕРМІНІВ

АВТОРИТЕТ – загальновизнаний вплив особи чи організації у різних сферах суспільного життя, що ґрунтується на знаннях, високих моральних якостях, досвіді. Справжній авторитет несумісний із «сліпим поклонінням» особі (культ особи).

АВТОРИТЕТ БАТЬКІВ – висока значущість особистих якостей та життєвого досвіду батьків у очах дітей, що є великою силою батьківського впливу на підростаюче покоління. Коріння авторитету батьків «в поведінці батьків, включаючи сюди всі відділи поведінки, інакше кажучи, все батьківське і материне життя – роботу, думку, звички, почуття, прагнення». Батьки мають жити повним, свідомим, моральним життям громадянина своєї країни. Щодо дітей, вони повинні бути на певній висоті, але висоті природній, людській, а не створеній штучно для дитячого вжитку. Ніякі штучно вигадані прийоми, способи і методи тут недоречні. Тільки в правильному загальному тоні сім'ї розв'язуються основні питання авторитету батьків.

Від справжнього авторитету батьків відрізняється фальшивий авторитет, що полягає в обожнюванні дитини, задоволенні всіх її бажань і капризів або, навпаки, придушені особистості дітей, занадто суворих стосунках з ними. Серед видів фальшивого авторитету є: авторитет придушення, авторитет віддалі, авторитет чванства, авторитет педантизму, авторитет резонерства, авторитет любові, авторитет доброти, авторитет дружби, авторитет підкупу. Багато батьків взагалі не думають ні про який авторитет, живуть як попало. Справжній авторитет батьків ґрунтується на їх громадській діяльності, громадському самопочутті, знанні життя дитини, допомозі їй та на їх відповідальності за її виховання.

ВИКЛАДАННЯ – діяльність учителя в процесі навчання. Воно полягає в постановці перед учнями пізнавального завдання, повідомленні нових знань, організації спостережень, лабораторних і практичних занять, керівництві роботою учнів по засвоєнню, закріпленню й застосуванню знань, у перевірці якості знань, умінь і навичок.

ВИКЛАДАЧ – у широкому розумінні слова – працівник вищої, середньої спеціальної або загальноосвітньої школи, який викладає якийсь навчальний

предмет; у вузькому розумінні слова – штатна посада у вузах і середніх спеціальних навчальних закладах.

ВИХОВАННЯ – вплив суспільства на особистість, яка розвивається. У широкому розумінні виховання – це соціалізація, тобто процес формування інтелекту, фізичних і духовних сил підростаючого покоління. Виховання як педагогічна категорія є цілеспрямованою діяльністю, покликаною сформувати систему якостей особистості, поглядів та переконань відповідно до виховних суспільних ідеалів.

Виховання здійснюється через культуру, освіту та навчання в процесі різного виду діяльності та під впливом спадковості й середовища. Як складне соціальне явище воно є об'єктом вивчення різних наук – філософії, соціології; етнографії, економічної науки, біології, фізіології, генетики, психології. Наука про виховання – педагогіка найбільш повно й системно досліджує і виявляє всі фактори впливу на особистість, принципи, зміст, мету, організацію, шляхи, засоби та методи. Виховання – це конкретно-історичне явище, яке тісно пов'язане із соціально-економічним, політичним і культурним розвитком суспільства, а також етносоціальними та етнопсихологічними особливостями, умовами життя.

За З. Фрейдом, виховання – це процес спонукання до подолання принципу задоволення і до заміщення його принципом реальності.

ВОЛЯ – форма психічного відображення, що виявляється в здатності людини здійснити свої бажання, реалізувати поставлену мету, підібрати дії для подолання зовнішніх чи внутрішніх перешкод. Основні функції волі: вибір мотивів і цілей, регуляція спонукання до дій при недостатній чи надмірній мотивації, організація психічних можливостей особистості. Розвиток волі пов'язаний насамперед з формуванням в особистості мотиваційної сфери, сталого світогляду та переконань, а також здатності до вольових дій, самоконтролю та довільної регуляції поведінки в різних життєвих ситуаціях.

Воля – здатність до вибору діяльності й до внутрішніх зусиль, необхідних для її здійснення. Специфічний акт, що зводиться не до свідомості та діяльності як такої. Здійснюючи вольовий вплив, людина протистоїть владі потреб, імпульсивних бажань, що безпосередньо відчуваються. Для вольового акту є характерним не переживання «я хочу», а переживання «треба», «я повинен», усвідомлення ціннісної характеристики мети дії. Вольова поведінка включає ухвалення рішення, що часто супроводжується боротьбою мотивів (акт вибору), і його реалізацію. Високий моральний розвиток особистості – найважливіша й необхідна умова виховання волі і основний шлях її виховання.

ВПЕРТІСТЬ – форма поведінки, зумовлена мотивом самоутвердження. Найчастіше виявляється в людей з підвищеною ефективністю та інтелектуальною обмеженістю. У дітей і підлітків їй сприяють несприятливі умови життя і виховання; незадоволення їхніх істотних потреб, грубість у стосунках з ними або, навпаки, потакання їхнім капризам і необґрунтованим вимогам; дріб'язкова опіка, ігнорування дорослими прав дитини чи підлітка на самостійність. Упертість може закріпитися і стати стійкою негативною властивістю характеру.

Впертість – негативна риса особистості, яка проявляється в нерозумному, необґрунтованому відстоюванні своїх рішень і поглядів тільки тому, що вони є її власними. Вперта людина не зважає на переконливі контрдокази, їй важко відмовитися від своїх хибних поглядів. Така поведінка зумовлена наявністю стійкого мотиву самоутвердження. Найчастіше проявляється у людей з підвищеною ефективністю й інтелектуальною обмеженістю. Причинами її виникнення у дітей і підлітків можуть бути несприятливі умови життя і неправильне виховання в сім'ї: незадоволення їх істотних потреб, грубість дорослих або потакання їх примхам і необґрунтованим вимогам. Впертість підлітків може бути зумовлена надмірною опікою дорослих, ігноруванням дорослими почуття дорослості у дітей тощо. Не вміючи знайти розумні способи відстоювання своєї дорослості, підліток стає непоступливим у дрібницях, вперто наполягає на своїх нерозумних рішеннях. Впертість може закріпитися як негативна риса характеру, яка не піддається корекції.

Впертість – особливість поведінки, а в стійких формах – риса характеру; виступає як дефект вольової сфери індивіда, що виражається у прагненні неодмінно чинити по-своєму, всупереч розумним доводам, проханням, порадам або вказівкам інших людей. Може викликатися почуттями образи, злості, гніву, помсти. У дитинстві може бути формою протесту, яка виражає невдоволення необґрунтованим пригніченням самостійності, що розвивається, ініціативи дитини.

ВПЕРТІСТЬ ДИТЯЧА – ознака неслухняності, яка проявляється в поведінці дітей. Уперта дитина, незважаючи на переконливі докази, не приймає вимог дорослих, якщо вони суперечать її бажанням. Такий опір часто є безпричинним, не зумовленим обставинами. Найчастіше впертість дитини трапляється у дошкільному і підлітковому віці, якщо дорослі не враховують зростаючих можливостей дитини, її прагнення до самостійності і самоутвердження. Збільшуючись і закріплюючись, створює значні труднощі для нормального розвитку дитини і її адаптації у дитячому колективі, оскільки може призводити до виникнення непорозумінь та конфліктів з ровесниками і її відчуження. Намагаючись перебороти впертість дитячу, дорослі не повинні ставати на шлях прямої боротьби з цим недоліком. Для цього потрібна терпелива, тривала роз'яснювальна робота і створення ситуацій, в яких дитина сама б переконувалась у безглуздості і марності своїх домагань. Залякування, силовий тиск на дитину не дасть бажаних змін у її поведінці.

ГІПОКІНЕЗІЯ – обмеження кількості та обсягу рухів, обумовлене способом життя, особливостями професійної діяльності, постільним режимом під час хвороби та іншими факторами. Часто гіпокінезія супроводжується гіподинамією – зменшенням м'язових зусиль, які витрачаються на підтримування пози, переміщення тіла у просторі, фізичну роботу.

ГРА. ДИТЯЧІ ІГРИ.

Гра – вид діяльності, мотив якої полягає не в її результатах, а в самому процесі. Значною мірою впливає на розвиток особистості, особливо у дитинстві.

Дитячі ігри – один з найважливіших засобів дитячого розвитку. Гра є провідною діяльністю дітей. Рухливі ігри сприяють фізичному вихованню дітей, розвитку сили волі, сміливості, наполегливості, витримки, рішучості. В цих іграх складаються перші колективи дітей.

Гра – це специфічна форма прояву дитячої активності в певному непродуктивному виді діяльності, спрямованому не на одержання результату, а на переживання задоволення від самого процесу.

Дитяча гра – це вид діяльності, який історично виник у людському суспільстві і полягає у відтворенні дітьми в доступній для них формі дій дорослих та відносин між ними і спрямована на пізнання навколишньої дійсності. У дошкільному віці гра є провідним видом діяльності і створює найсприятливіші умови для психічного і розумового розвитку. Розробки теорії дитячої гри (Л. Виготський, О. Леонтьєв, Д. Ельконін) зазначають, що під час гри в дитини з'являється потреба здійснювати активний вплив на навколишні предмети, розвиваються інтелектуальні, емоційні, вольові та моральні якості, формуються всі сторони її особистості.

ГРА ЗА ПРАВИЛАМИ – вищий рівень парної чи колективної гри у старшому дошкільному віці, в якій дії учасників та їх взаємини чітко визначені встановленими правилами і обов'язкові для всіх. Зароджується гра за правилами ще у рольовій грі, кожна роль у якій містить замасковані правила поведінки її виконавця. Поступово ускладнюючись і вдосконалюючись, гра за правилами стає улюбленою серед старших дошкільників і школярів, переростає в інтелектуальні і рухливі, спортивні ігри: шахи, шашки, футбол та ін. Гра за правилами супроводжує все свідоме життя людини і є популярною навіть серед людей похилого віку.

ДИТИНСТВО – термін, що позначає початок періоду онтогенезу – від народження до підліткового віку. Згідно з прийнятою періодизацією, дитинство охоплює: 1) немовля – від народження до одного року; 2) дитинство раннє – один-три роки; 3) вік дошкільний – від одного року до шести-семи років; 4) вік шкільний молодший – від шести-семи до десяти-одинадцяти років.

Головна соціальна функція дитинства – підготовка людини до дорослої самостійної праці; вона визначає специфіку вікової диференціації, тривалість і своєрідність дитинства.

ЗАВДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ:

1. Зміцнення здоров'я тих, хто займається, підвищення рівня життєдіяльності, підвищення опірності організму до дії несприятливих факторів зовнішнього середовища.
2. Підвищення функціональних спроможностей організму до необхідного безпечного або належного рівня розвитку фізичних якостей.
3. Оволодіння руховими вміннями і навичками, що забезпечують безпечну життєдіяльність людини.
4. Повідомлення знань з галузі фізичної культури та навчання прикладному їх використанню з метою удосконалення свого організму.

5. Формування мотиваційних установок тих, хто займається, на фізичне і духовне самовдосконалювання.
6. Формування світогляду, етичне, моральне виховання: повага до людини, повага до своєї Батьківщини, своєї професії, до самого себе.

ЗАЛІК – одна з форм перевірки знань студентів вузів і учнів середніх спеціальних навчальних закладів. Складання всіх заліків, передбачених навчальним планом на даний семестр (як правило, не більше 6), є обов'язковою умовою для допуску студента (учня) до сесії екзаменаційної. Залік з диференційованими оцінками ставлять за курсові проекти (роботи), виробничу практику, з дисциплін, перелік яких встановлюють рада вузу (факультету), педагогічна рада середнього спеціального навчального закладу.

ЗАЛІКОВА КНИЖКА, матрикул – документ студента вузу або учня середнього спеціального навчального закладу. До залікової книжки заносять усі предмети, які включено у навчальний план (з зазначенням їхнього обсягу в академічних годинах), проставляються екзаменаційні оцінки й відмітки про заліки з практичних занять, лабораторних та інших робіт, з виробничої й навчальної практики, оцінки за курсові й дипломні проекти (роботи). У залікову книжку роблять відмітку про переведення студента (учня) на наступний курс.

ЗДОРОВ'Я – це стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних дефекті (ВООЗ).

Стан здоров'я визначається за допомогою чотирьох *критеріїв:* 1) наявність або відсутність хронічних захворювань; 2) рівень функціонального стану основних систем організму; 3) стадії резистентності організму (стійкість, загартованість); 4) рівень досягнутого фізичного розвитку та ступінь його гармонійності. На основі критеріїв розрізняють *групи здоров'я:* 1) здорові особи з нормальним психічним і фізичним розвитком (належать до основної медичної групи); 2) здорові особи з деякими функціональними та морфологічним відхиленнями, що виникли внаслідок перенесеної хвороби, частих простудних захворювань (належать до підготовчої медичної групи); 3) належать особи з хронічними захворюваннями в стані компенсації, з фізичними вадами, які виникли внаслідок травм (спеціальна медична група); 4) особи з хронічними хворобами в стані компенсації, що значно обмежують її пристосування до зовнішнього середовища та принижують працездатність; 5) хворі особи в стані декомпенсації, інваліди першої та другої груп.

Основні *ознаки здоров'я:* добрий фізичний і розумовий розвиток, високий рівень працездатності та пристосування організму до зовнішнього середовища, що постійно змінюється. Фактори, що *зміцнюють здоров'я*: раціональне харчування, оптимальний руховий режим, загартування, позитивні емоції, перебування на свіжому повітрі та сонці, дотримання особистої гігієни. Чинники (фактори ризику), що *негативно впливають на здоров'я:* шкідливі звички, гіподинамія, неправильне харчування, нераціональний спосіб життя.

ІГРОВА ДІЯЛЬНІСТЬ – форма діяльності в умовних ситуаціях, спрямована на відтворення та засвоєння суспільного досвіду, що фіксується в

соціально закріплених заходах здійснення предметних дій. Ігрова діяльність є провідним типом діяльності дітей дошкільного віку.

Ігрова діяльність формує потребу дитини активно впливати на предмети, розвиває інтелектуальні, моральні й вольові якості дитини, формує особистість в цілому. Ігрова діяльність формує довільну поведінку дитини. Вона може мати індивідуальний або колективний характер (рольові ігри, ігри з правилами тощо).

КЛАСИФІКАЦІЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ – це їх розподіл на групи (класи) відповідно до певної класифікаційної ознаки. За допомогою класифікації вчитель, викладач, тренер можуть визначати характерні властивості тих або інших фізичних вправ, їхній освітньо-виховний потенціал, а отже, більш цілеспрямовано й ефективно підбирати ті вправи, які більшою мірою відповідають вирішенню конкретних педагогічних завдань, індивідуальним і віковим особливостям тих, хто займається, характеру фізкультурної діяльності та умовам проведення занять.

Нині відомо понад 300 класифікацій фізичних вправ.

Найбільш *поширені класифікації фізичних вправ:*

1. Класифікація вправ за переважною цільовою спрямованістю їх використання.
2. Класифікація вправ за їх переважною дією на розвиток окремих якостей (здатностей) людини.
3. Класифікація вправ за їх переважним проявом певних рухових умінь і навичок.
4. Класифікація вправ за структурою рухів. У цьому випадку вправи поділяються на циклічні, ациклічні та змішані.
5. Класифікація вправ, побудована за переважним впливом на розвиток окремих м’язових груп.
6. Класифікація вправ за особливостями режиму роботи м’язів.
7. Класифікація вправ за відмінністю механізмів енергозабезпечення м’язової діяльності, що беруть участь у роботі.
8. Класифікація вправ за інтенсивністю роботи.

ЛЕКЦІЙНИЙ МЕТОД – метод навчання, який полягає у систематичному усному викладі викладачем розділу науки або навчального курсу. Лекція вперше почала застосовуватися в середньовічних університетах у формі читання й коментування викладачем тексту якоїсь книги. Характер усного викладу навчального курсу (звичайно латинською мовою) лекція набула у XVIII ст. Лекційний метод у вищих навчальних закладах є одним з основних методів навчання. У середній школі лекційний метод застосовується лише у старших класах.

ЛЕКЦІЯ (лат. Lectio – читання) – систематичний, послідовний виклад навчального матеріалу, будь-якого питання, теми, розділу, предмета, методів науки. Лекції бувають навчальними (одна з основних форм навчального процесу й один з основних методів викладання у вузі) і публічними (одна з основних форм пропаганди й поширення наукових знань). Головні вимоги до лекції: науковість, доступність, єдність форми й змісту, емоційність викладу, органічний зв'язок з іншими видами навчальних занять – семінарами, практичними заняттями тощо.

МЕТА (ЦІЛЬ):

1) Усвідомлений образ передбачуваного бажаного результату, на досягнення якого спрямована дія людини; заздалегідь уявлюваний результат свідомої діяльності. Тут мається на увазі свідомий образ результату: він утримується у свідомості весь час, поки виконується дія. Мета завжди свідома.

2) Мета – психосоціальна якість, що випливає з почуття ініціативи, завдяки якій у дитини поступово зростає здатність до цілеспрямованої поведінки.

У психології поняття мети вживається й в інших значеннях: а) формальний опис кінцевих ситуацій, досягнення яких прагне будь-яка система, що саморегулюється і функціонує; б) передбачуваний корисний результат, що визначає цілісність і спрямованість поведінки організму.

МЕТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ – задоволення потреб окремих людей і суспільства в цілому у формуванні всебічно духовно і фізично розвиненої людини, сприяючи підвищенню її життєдіяльності.

НАПОЛЕГЛИВІСТЬ – якість особистості, що полягає в умінні досягати поставленої мети, долаючи при цьому зовнішні й внутрішні перешкоди. Не треба на основі зовнішньої схожості змішувати наполегливість з впертістю. І те і інше характеризується настійливим прагненням досягати бажаного, але не відміну від наполегливості при впертості єдиним мотивом поведінки є самоствердження, прагнення наполягати на своєму.

Виховання наполегливості необхідно починати з раннього віку. Найголовніше – привчити дитину не припиняти цілеспрямованих зусиль при виникненні перешкод. Треба ставити перед нею досить складні, але здійсненні завдання і неухильно вимагати, щоб вона доводила розпочату справу до кінця. Дуже важливо також виробити у дитини вміння самостійно ставити і вирішувати об’єктивно значимі завдання. У шкільному віці важлива роль у розвитку наполегливості належить самовихованню.

ПРАКТИКА, (від грец. *практіка* – діяння, активність) – зумовлена специфікою соціального буття цілеспрямована, чуттєво-предметна діяльність людей, змістом якої є перетворення природи й суспільства, специфічно людська форма життєдіяльності, спосіб буття людини у світі.

ПРАКТИКА ПЕДАГОГІЧНА СТУДЕНТІВ – спосіб вивчення навчально-виховного процесу на основі безпосередньої участі в ньому практикантів. Мета П. п. – виробити у студентів уміння й навички, необхідні в майбутній педагогічній діяльності, закріпити теоретичні знання, застосувати їх у педагогічній практиці. Студенти відвідують і самі проводять уроки та інші заняття, беруть участь у позакласній роботі.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ – форма навчального заняття, при якому педагог організує детальний розгляд учнями чи студентами окремих теоретичних положень навчального предмета й формує уміння та навички їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання учнем чи студентом відповідно сформульованих завдань. Практичні заняття проводяться в аудиторіях (класах) або в навчальних лабораторіях, оснащених необхідними засобами навчання,

обчислювальною технікою. Перелік тем практичних занять визначається робочою навчальною програмою предмета.

ПРИНЦИПИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ (основні):

1. Принцип гуманістичної орієнтації. Не дозволяється застосування таких засобів, методів, форм занять, які принижують гідність особистості або приносять шкоду здоров'ю.

2. Принцип пріоритету потреб, мотивів та інтересів особистості передбачає побудову системи фізичного виховання в цілому та окремих програм із урахуванням індивідуальних і групових, соціальних і духовних потреб людей, а також формування мотивації до занять фізичною культурою, виходячи із впливаючих зовнішніх і внутрішніх факторів.

3. Принцип всебічного розвитку особистості передбачає оптимальне поєднання фізичного (тілесного) і духовного розвитку особистості.

4. Принцип оздоровчої спрямованості передбачає орієнтацію занять фізичними вправами на досягнення певних норм фізичного стану, що відповідають високому рівню здоров'я.

5. Принцип індивідуалізації передбачає підбір адекватних засобів і методів фізичного виховання відповідно до індивідуальних особливостей тих, хто займається, та їхнього рівня фізичного стану.

6. Принцип зв'язку фізичного виховання з іншими видами діяльності й зайнятості людей передбачає раціональне поєднання засобів фізичного виховання з професійною, навчальною діяльністю, в побуті та під час дозвілля і відпочинку населення.

ПРИНЦИПИ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЛЮДИНИ (загальні) – це вихідні ідеї, теоретичні положення, які регламентують усі основні сторони педагогічного процесу у сфері фізичної культури. У своїй основі вони мають об'єктивні закономірності фізичної культури, багаторазово перевірені на практиці та науково обґрунтовані.

До більш загальних (соціальних) принципів відносять: принцип гармонійного розвитку особистості; принцип зв'язку з життєдіяльністю; принцип оздоровчої спрямованості. Окрім загальних ще встановлені методичні принципи, які регламентують порядок педагогічних впливів у процесі формування фізичної культури особистості.

За спрямованістю педагогічних впливів умовно виділяють: принципи навчання рухових дій; принципи розвитку фізичних здібностей; принципи виховання особистісних якостей. Змістовно кожний із загальних принципів розкривається через деякі вимоги, які належать до основних направлень у формуванні фізичної культури особистості та пов'язані з ними особливості педагогічного процесу і педагогічних впливів.

РЕФЕРАТ (від лат. refero – доповідаю): 1) Короткий виклад (усний чи письмовий) основних положень учення, наукової праці, дослідження або змісту книги. Реферат, зроблений автором, називають авторефератом. 2) Доповідь на певну тему, що містить огляд друкованих джерел.

РУХОВА АКТИВНІСТЬ складається із суми рухів, які людина виконує у процесі життєдіяльності. Розрізняють звичну і спеціально організовану рухову активність. До звичної рухової активності, за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, відносять види рухів, спрямованих на задоволення природних потреб людини (сон, особиста гігієна, приймання їжі, зусилля, витрачені на її приготування, придбання продуктів), а також навчальну та виробничу діяльність. Спеціально організована м'язова діяльність (фізкультурна активність) включає різні форми занять фізичними вправами, активні пересування до школи та зі школи (на роботу).

РУХОВА НАВИЧКА – це здатність виконувати дію автоматизовано, яка дозволяє акцентувати увагу на умовах та результатах руху.

РУХОМЕ ВМІННЯ – це здатність виконувати рухову дію за умови зосередження уваги дитини на кожній ще не засвоєній деталі рухової дії.

САМОНАВІЮВАННЯ – процес і результат навіювання, спрямованого на самого себе, адресований самому собі, коли суб'єкт і об'єкт впливу збігаються. Веде до підвищення рівня саморегуляції, що дозволяє суб'єктові викликати в себе ті чи інші відчуття, сприйняття, керувати процесами уваги, пам'яті, емоційними і соматичними реакціями. Самонавіювання може виявлятися у порушеннях функціонування різних систем організму у результаті суб'єктивного очікування певного розладу і впевненості, що він обов'язково наступить або вже наступив.

Довільне самонавіювання досягається за допомогою вербальних самоінструкцій або уявного відтворення певних ситуацій, однозначно пов'язаних із необхідною зміною психічного або фізичного стану. Ефективності його сприяють психічна релаксація, багата уява.

Мимовільне самонавіювання характеризується некритичним ставленням суб'єкта до власних ідей, концепцій, оцінок, відсутністю сумнівів у їхній правильності та вірогідності, зниженням контролюючих функцій свідомості. Наслідком цього іноді виявляється ригідність (відсутність гнучкості) психічної діяльності.

СИТУАЦІЯ УСПІХУ – поєднання умов, які забезпечують успіх як результат цієї ситуації. Ситуація успіху – це те, що може організувати вчитель для успішного навчання учня і досягнення ним радості. Ситуація успіху – це суб'єктивний психічний стан задоволення наслідком фізичної або моральної напруги виконавця справи, творця явища. Ситуація успіху – це таке цілеспрямоване, організоване поєднання умов, за яких створюється можливість досягти значних результатів у діяльності як окремо взятої особистості, так і колективу в цілому. Це результат продуманої та підготовленої стратегії і тактики вчителя, сім'ї.

СТАН ТРИВОЖНОГО ОЧІКУВАННЯ – такий стан дитини, при якому вона перебуває в постійному пресі очікування події, невідомої за результатом. Він виникає не миттєво, а формується поступово, підсвідомо, в результаті постійного нашарування будь-яких невдач, конфліктів, попередити або швидко ліквідувати не вдається.

СТУДЕНТ (лат. studens, від studeo – навчаюсь) – учень вищого навчального закладу. У Стародавньому Римі та у середні віки студентами називали кожного

зайнятого процесом пізнання. З організацією в XII ст. університетів термін „студент“ застосовували до тих, хто навчався (спочатку і до тих, хто викладав) в університетах. Після введення в університетах вчених звань для викладачів (магістра, професора та ін.) студентлом називають лише тих, хто у них навчається.

ТЕСТ (англ. test – випробування) – система прийомів для випробування та оцінювання окремих психічних рис і властивостей людини; завдання стандартної форми, виконання якого повинно виявити наявність певних знань, умінь і навичок, здібностей чи інших психологічних характеристик – інтересів, емоційних реакцій тощо. На відміну від інших типів наукових досліджень тести характеризуються такими особливостями: 1) відносною простотою процедури й необхідного обладнання; 2) безпосередньою фіксацією результатів; 3) можливістю використання як індивідуально, так і для цілих груп; 4) зручністю математичної обробки; 5) короткочасністю; 6) наявністю встановлених стандартів (норм). Неодмінними для здійснення дослідження за допомогою тестування є обов'язковий для всіх досліджуваних комплекс випробувальних завдань; наявність стандартної системи оцінювання, використання при оцінюванні спеціально розроблених кількісних норм, за які правлять середні показники виконання даного тесту представницькою добіркою піддослідних за певною віковою, статевою або професійною категорією та ін. Тестові оцінки мають відносний характер. Вони вказують лише на місце, яке посідає досліджуваний щодо відповідної норми. Розрізняють тести успішності, тобто знань, умінь і навичок; тести здібностей; тести особистими. Тести почали застосовувати з 1864 у Великобританії; термін “тест” запровадив американський психолог Дж. Кеттел (1890). Значного поширення набули тести у психотехніці. Системи тестів базуються на різних теоретичних засадах.

УСПІХ – це удача в діяльності, досягнення бажаних результатів, суспільне визнання особистості. Успіх це: удача в досягненні чого-небудь; суспільне визнання; хороші результати в роботі, навчанні. Успіх – це переживання стану радості, задоволення від того, що результат, якого прагнула особистість у своїй діяльності, або ж збігається з її очікуваннями, сподіваннями (із рівнем прагнень), або ж перевершує його. На засадах цього стану можуть формуватися стійкі почуття задоволення, нові, значно сильніші мотиви діяльності, змінюється рівень самооцінки, самоповаги. В випадку, коли успіх стає стійким, постійним і може початись ланцюгова реакція, яка вивільняє великі, приховані можливості особистості. Успіх – оптимальне співвідношення між очікуваннями оточуючих особистості і результатами її діяльності.

ФІЗИЧНА ОСВІТА – процес формування у людини рухових умінь і навичок, а також надбання і передавання спеціальних знань у галузі фізичної культури.

ЩАСТЯ – поняття моральної свідомості, що позначає стан людини, який найбільше відповідає внутрішній задоволеності повнотою й осмисленістю життя, здійсненням свого людського призначення. Щастя є чуттєво-емоційною формою ідеалу. Поняття «щастя» не лише характеризує певне конкретне об’єктивне положення чи суб’єктивний стан людини, а й виражає уявлення про те, якими повинні бути життя і діяльність людини.



ЗМІСТ

Пояснювальна записка 3

Тема І. Основні поняття про ігри 8
1. Виникнення та розвиток гри: 8
1.1. Ігри у родовому та рабовласницькому суспільстві 8
1.2. Роль гри у Стародавній Греції та Римі 10
1.3. Місце гри у середні віки та новий час 11
1.4. Розвиток гри на межі XIX – XX століть 13
1.5. Дослідження рухливих та українських народних рухливих ігор у кінці XX та на початку XXI століть 19
2. Поняття "гра", "ігрова діяльність", "рухлива гра", "українські народні рухливі ігри" 23
3. Педагогічна класифікація рухливих та українських народних рухливих ігор: 25
3.1. Класифікація ігор за І. Боберським, Л.В. Билеєвою та І.М. Коротковим, Е.С. Вільчковським, К. Гроссом, Д.А. Колоццою, Е. Клапаредом, Е.А. Покровським, С.Ф. Русовою та ін. 25
3.2. Класифікація рухливих ігор за С.М. Мудриком 29
3.3. Класифікація рухливих ігор за З.М. Діхтяренко 29
3.4. Класифікація українських народних рухливих ігор за А.Я. Вольчинським, Г.В. Довженок, О.В. Кенеман, Н.В. Кудикіною, М.Г. Стельмаховичем, А.В. Цьосьом та ін. 39
4. Функції гри 42
5. Структура гри 43
Перелік питань контролю і самоконтролю знань студентів 46

Тема ІІ. Педагогічні вимоги до організації та проведення рухливих і українських народних рухливих ігор 49
1. Педагогічна характеристика рухливих ігор: 50
1.1. Гігієнічне, оздоровче значення та завдання рухливих ігор 50
1.2. Навчальне значення та завдання рухливих ігор 51
1.3. Виховні завдання та значення рухливих ігор 51

2. Підготовка до проведення гри: 53
2.1. Схема (план) заняття (уроку) 53
2.2. Вибір (добір) гри 55
2.3. Підготовка місця для гри 56
2.4. Підготовка інвентаря 56
2.5. Розмітка майданчика 57
3. Організація та методика проведення рухливих ігор: 57
3.1. Пояснення гри 58
3.2. Визначення ведучих 58
3.3. Розподіл за командами 59
3.4. Вибір капітанів команд 61
3.5. Визначення помічників та суддів 61
3.6. Керівництво процесом гри 62
3.7. Дозування навантаження під час проведення гри 63
3.8. Закінчення гри 63
3.9. Підсумки гри 64
4. Значення малих фольклорних форм (загадки, заклички, жеребкування, лічилки, мирилки, примовки, скоромовки і т.д.) для проведення рухливих та українських народних рухливих ігор 64
5. Методика проведення рухливих та українських народних рухливих ігор у різних класах: 65
5.1. Організація та проведення ігор у 1-2 класах 65
5.2. Організація та проведення ігор у 3-4 класах 69
5.3. Організація та проведення ігор у 5-8 класах 71
5.4. Організація та проведення ігор у 9-11 класах 74
6. Рухливі та українські народні рухливі ігри під час різних навчально-виховних процесів у школі: 75
6.1. Ігри на перервах 75
6.2. Ігри у групах продовженого дня 76
6.3. Ігри під час свят 78
7. Рухливі та українські народні рухливі ігри у таборах, на місцевості, військово-спортивні ігри 79
8. Особливості проведення змагань із рухливих ігор 82
Перелік питань контролю і самоконтролю знань студентів 86

Список використаної та рекомендованої літератури 92

ДОДАТКИ 95
Додаток 1.
Критерії оцінювання знань студентів з дисципліни “Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав” 95
Додаток 2.
Шкала оцінювання 96
Додаток 3.
Психолого-педагогічна схема аналізу проведення уроку з рухливими іграми 97
Додаток 4.
Схема спостережень за рухливою грою 99
Додаток 5.
Зразок написання малорухливої гри “Подоляночка” 100
Додаток 6.
Тематика рефератів для самостійного опрацювання дисципліни “Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав” 101
Додаток 7.
Питання контролю і самоконтролю знань студентів із дисципліни “Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав” 102
Додаток 8.
Короткий психолого-педагогічний словник найбільш вживаних термінів 109

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР І ЗАБАВ

ЛЕКЦІЇ

Художник
Постних Людмила Георгіївна

Підписано до друку 08.09.2009. Формат 60х90 1/16
Папір офсет. Ум. друк. арк. 7,8.
Тираж 300. Зам. № 540.

Віддруковано з оригінал-макета
ПП Жовтий О.О.

20300, м. Умань вул. Садова, 28
(УДПУ, навчальний корпус № 3, кімн. 112, 327, 328)
Тел. 8 067 77 30 197
8 097 9 467 467

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до Державного реєстру видавців, виготівників
і розповсюджувачів видавничої продукції
Серія ДК, № 2444 від 22.03.2006 р.

Віддруковано на цифровому дублікаторі Ricoh