

DOI: [https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1\(2\)-68-75](https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1(2)-68-75)

ORCID: 0000-00003-1726-5104

ПАВЛОВА Тетяна

*доцент кафедри теорії і методики
фізичного виховання
Національного університету фізичного
виховання і спорту України*

PAVLOVA Tatyana

*Associate Professor of the Department of
Theory and Methods of Physical
Education National University of Physical
Education and Sports of Ukraine*

✉ pavlova.tatyana64@ukr.net

ORCID: 0000-0002-5076-4186

ЄФАНОВА Валентина

*старший викладач кафедри теорії і
методики фізичного виховання
Національного університету фізичного
виховання і спорту України*

YEFANOVA Valentina

*Senior Lecturer of the Department of
Theory and Methodology of Physical
Education of the National University of
Physical Education and Sports of Ukraine*

✉ tmfv@ukr.net

ORCID: 0000-0002-9458-7695

ІВАНІК Оксана

*викладач кафедри теорії і методики
фізичного виховання Національного
університету фізичного виховання і спорту
України*

IVANIK Oksana

*Lecturer of the Department of Theory
and Methodology of Physical Education
of the National University of Physical
Education and Sports of Ukraine*

✉ tmfv@ukr.net**ВПЛИВ РУХЛИВИХ ІГОР НА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ДІТЕЙ СТАРШОГО
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ****THE INFLUENCE OF MOBILE GAMES ON THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES
IN PRESCHOOL CHILDREN****Анотація.**

Вступ. Формування та виховання гармонійної особистості, яка володіє не тільки знаннями, а й практичними навичками є запорукою її успішної соціалізації. Починаючи з дошкільного віку дитина починає засвоювати ті рухові уміння і навички, які їй пропонують у закладі дошкільної освіти. На заняття з фізичного виховання та на спеціалістів у цій галузі покладено велику відповідальність. Для створення позитивного емоційного фону та відповідного розвитку рухових якостей провідне значення мають рухливі ігри. Рухливі ігри – один з основних засобів фізичного виховання дітей. У дошкільному віці діти мають велику потребу у русі. Під час рухливих ігор у дітей удосконалюються рухи, розвиваються фізичні якості.

Мета дослідження: підвищити ефективність фізичного виховання засобами рухливих ігор, які впливають на формування фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури; педагогічні – спостереження, експеримент, тестування; методи математичної статистики.

Результати дослідження. В результаті проведених досліджень доведено, що у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку доцільніше використовувати програму, яка ґрунтується на застосуванні рухливих ігор, що ефективно впливає на розвиток рухових якостей. В процесі проведення ігор різної спрямованості у дітей виховується увага і спостережливість, розвиваються вольові якості, формується характер. Аналіз програмних і методичних матеріалів з фізичного виховання в дошкільних установах і організації цього процесу на практиці свідчать про те, що основна увага на заняттях з фізичної культури приділяється навчанню основним рухам. В результаті дошкільнята не отримують необхідного фізичного навантаження, яке чинило б істотний вплив на розвиток фізичних якостей.

Висновки. Впровадження програм фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку зі збільшеним обсягом рухливих ігор є більш ефективним для розвитку фізичних якостей в цьому віці, ніж застосування існуючої програми фізичного виховання в ЗДО для дітей старшого дошкільного віку.

Ключові слова: фізичне виховання, рухливі ігри, діти старшого дошкільного віку, фізичні якості.

Annotation.

Topicality. The formation and education of a harmonious personality with not only knowledge but also practical skills is the key to society. From preschool age, the child begins to acquire the motor skills and abilities that are offered to him in the institution of preschool education. Physical education classes and specialists in this field have a great responsibility. For a positive emotional background and the corresponding development of motor skills, the main role is played by mobile games. Mobile games are one of the main means of physical education of children. Preschoolers need movement. During mobile games, children's movements improve and physical qualities develop.

The purpose of the study to increasing the effectiveness of physical education by means of mobile games influencing the formation of physical qualities of older preschool children.

Research methods: theoretical – for the analysis and generalization of data of scientific and methodical literature; pedagogical – to study the effectiveness of existing and studied programs; methods of mathematical statistics – for processing research results.

Results. As a result of the conducted researches it is proved that in physical education of children of senior preschool age it is more expedient to use the program based on application of the mobile games effectively influencing development of motor qualities. Playing mobile games of different directions, children are brought up attention and observation, develop strong-willed qualities, form a character. The analysis of program and methodical materials on physical education in preschool institutions and the organization of this process in practice show that the main attention in physical education classes is paid to learning basic movements. As a result, preschoolers do not receive the necessary physical activity, which would have a significant impact on the development of physical qualities.

Conclusions. The use of physical education programs for older preschool children with an increased volume of mobile games is more effective for the development of physical qualities at this age than the use of the existing physical education preschool children.

Key words: physical education, moving games, children of senior preschool age, physical qualities.

Вступ. Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень. За останні роки у вітчизняній літературі з'явилося чимало наукових праць, присвячених вирішенню різних проблем виховання дошкільнят. Це пояснюється тим, що низка несприятливих соціально-економічних змін, які відбулися в нашій країні наприкінці двадцятого століття, перш за все, торкнулися підростаючого покоління і особливо дітей дошкільного віку. На думку ряду вчених, у даний час виникли істотні суперечності між декларованими цілями фізичного виховання, фізичної підготовки підростаючого покоління і реальними можливостями держави щодо їх досягнення для кожної людини [3, 4, 5].

Пошук нових шляхів вирішення проблеми розвитку фізичних якостей дошкільнят як основи фізичної підготовленості, пов'язаний з необхідністю вивчення закономірностей, методологічних і методичних умов удосконалення процесу розвитку фізичних якостей дошкільнят.

Суттєвою особливістю раннього дитинства є взаємозв'язок і взаємозалежність стану фізичного здоров'я і нервово-психічного розвитку дітей [6, 10, 17]. Міцна, фізично розвинена дитина не тільки менше хворіє, але і краще розвивається психічно [2, 7, 8]. Починаючи з трирічного віку, дитина засвоює широкий спектр рухових умінь, стає дуже активною. Запорукою цьому слугують фізичні вправи. Саме оптимальний руховий режим сприяє розвитку і зміцненню опорно-рухового апарату, попереджає порушення постави та деформацію скелета загалом. Заняття фізичними вправами мають не лише оздоровче, а й виховне значення. У дітей виховується увага та спостережливість, розвиваються вольові якості, формується характер [2, 9, 18, 19, 20].

Отже, комплексний аналіз психофізичного стану дітей дозволяє більш об'єктивно судити і про процес фізичного виховання. Відомо, що в дошкільних освітніх установах рухливі ігри займають одне з провідних місць у виховній роботі з дітьми. Адже саме в рухливих іграх діти вступають у складні взаємини зі своїми однолітками, виявляючи в природних умовах рухової активності свої фізичні

можливості. Однак, проблема розвитку фізичних якостей дошкільнят в процесі проведення рухливих ігор залишається актуальною.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами: роботу виконано згідно теми НДР кафедри теорії і методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» на термін 2021-2025 рр.

Робоча гіпотеза полягає у припущенні, що програма проведення занять фізичного виховання з дітьми старшого дошкільного віку з використанням збільшеного обсягу рухливих ігор буде сприяти більш оптимізації розвитку рухових якостей, зміцненню здоров'я дітей, підготовки їх до наступної навчальної діяльності в школі та вирішенню всіх основних завдань, які вирішуються в процесі фізичного виховання у дошкільних закладах освіти.

Мета дослідження – сприяти підвищенню ефективності фізичного виховання засобами рухливих ігор, які впливають на формування фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку.

Матеріали і методи дослідження: теоретичні – аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури; педагогічні – спостереження, експерименти, тестування; методи математичної статистики. Теоретичні дослідження передбачали аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, емпіричних матеріалів наукових досліджень, нормативних документів (навчальних програм та планів), публікацій вітчизняних та зарубіжних фахівців з питань оптимізації фізичного виховання дітей різних вікових груп; для вивчення питання можливості підвищення ефективності фізичного виховання засобами рухливих ігор, а також – отримання інформації про кількісні і якісні зміни показників фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку.

У процесі формування та констатувального експериментів нами було проведено тестування для визначення рівня розвитку фізичних якостей у дітей старшого дошкільного віку, яке включало: біг 30 м (швидкість), стрибок в довжину з місця (сила), стрибки через скалку за 30 с (витривалість), нахил вперед з положення сидячи (гнучкість), човниковий біг 4x5 м (координація). В ході досліджень на заняттях з фізичного виховання в експериментальній групі нами використовувались наступні рухливі ігри: «Хто найвлучніший», «Пожежні навчання», «Чия ланка швидше збереться», «Переліт птахів», «Не давай м'яч ведучому», «Подорож на кораблі», «З купинки в купинку». В кінці експерименту всі отримані дані були оброблені, за допомогою методів математичної статистики.

Організація дослідження. В результаті проведеного дослідження у закладі дошкільної освіти № 261 м. Києва була розроблена програма занять фізичного виховання з дітьми старшого дошкільного віку зі збільшеним обсягом використання рухливих ігор, до якої були відібрані рухливі ігри, які сприяли розвитку рухових якостей. Всього в дослідженні приймали участь дві групи дітей старшого дошкільного віку (5-6 років) по 22 дитини в кожній. Діти контрольної групи відвідували заняття з фізичного виховання згідно вимог навчальної програми, а діти експериментальної групи під час занять займалися за розробленою програмою. Нами було проведено первинне тестування (на початку дослідження) та повторне тестування (в кінці дослідження) для виявлення рівня розвитку фізичних якостей та змін, які відбулись в ході експерименту. Проводилося тестування рівня фізичної підготовленості контрольними випробуваннями, передбаченими програмою фізичного виховання у ЗДО для дітей старшого дошкільного віку. Під час проведення досліджень діти перебували під наглядом вихователів та медичного працівника, після кожної виконаної вправи у дітей вимірювалось ЧСС. Експеримент тривав три місяці з початку лютого по кінець квітня 2021 р.

Результати дослідження та дискусія. Розроблена експериментальна методика занять рухливими іграми різної спрямованості була застосована в процесі занять з фізичної культури у дітей експериментальної групи (ЕГ). У контрольній групі (КГ) дана методика не впроваджувалася з метою визначення ефективності розробленої нами експериментальної програми занять рухливими іграми різної спрямованості у дітей, а також її експериментального обґрунтування. Рухливі ігри, що використовувались на заняттях з фізичної культури в експериментальній групі підбиралися з урахуванням функціональних можливостей, рівня фізичної підготовленості дітей. Наприкінці педагогічного експерименту дітям експериментальної та контрольної групи були запропоновані контрольні випробування, що визначають рівень фізичної підготовленості. Проводився повний аналіз і узагальнення отриманих результатів дослідження.

Добираючи рухливі ігри з метою використання їх для розвитку фізичних якостей, ми зупинилися на таких: «Пожежні навчання», «Чия ланка швидше збереться» для розвитку швидкості,

«Хто найвлучніший», «Подорож на кораблі» для розвитку координаційних здібностей, «Переліт птахів» для розвитку витривалості, «3 купинки на купинку» для розвитку сили, «Не давай м'яч ведучому» для розвитку гнучкості.

Нами була обрана специфіка якісної спрямованості рухливих ігор у вигляді деяких правил, які дозволили більш точно визначити відповідність ігор, спрямованих на розвиток фізичних якостей.

На основі педагогічних спостережень нами були відібрані і згруповані рухливі ігри за переважним впливом на ті або інші фізичні якості. Добираючи ігри, ми прагнули не використовувати моделі гри, описані в різній літературі, а творчо їх переробити у відповідності з поставленими завданнями.

Для експериментальної програми були обрані наступні рухливі ігри:[1, 11, 13, 14, 15].

1. «Пожежні навчання». На відстані 5-6 кроків від гімнастичної стінки проводиться лінія. Вихователь ділить групу дітей на 3-4 ланки (за кількістю прольотів гімнастичної стінки). На кожному прольоті стінки нагорі, на одній і тій же висоті, підвішується дзвіночок. Перші учасники з кожної ланки стають на лінії, обличчям до гімнастичної стінки. За сигналом вихователя «Раз, два, три – біжи!» діти біжать до гімнастичної стінки, вилазять на неї і дзвонять (кожен в свій дзвіночок), потім вони спускаються і повертаються до своєї ланки. Вихователь відзначає, хто перший подзвонив. Потім до лінії підходять наступні діти з ланки і роблять те ж, що і попередні. Гра триває, поки всі учасники не виконають завдання по одному разу. Виграє та ланка, де виявилось більше число дітей, що встигли задзвонити у дзвінок першими.
2. «Хто найвлучніший». Вихователь ділить групу дітей на 4-5 ланок. В одній зі сторін кімнати проводиться лінія, а на відстані 3 м від неї ставляться 4-5 (за кількістю ланок) однакових мішеней (щити з намальованим колом, що крутиться) або між двома стійками натягується мотузка, до якої підвішуються 4-5 обручів. Діти, по одному з кожної ланки, виходять на лінію і кидають мішечок з піском, намагаючись влучити в ціль. Влучив у ціль – зараховується очко ланці. Коли всі кинули мішечки по одному разу, підраховується кількість очок в кожній ланці. Ланка, яка отримала більшу кількість очок, вважається переможцем. Гру можна продовжити, запропонувавши обрати найвлучнішого учасника. Для цього всі діти, які отримали очко, знову кидають у ціль, але вже з більшої відстані (3,5 м). Хто не влучив у ціль – виходить з гри, а тому, хто залишився можна запропонувати ціль меншого діаметру. Гра закінчується, коли залишаються 1-2 найвлучніші дитини.
3. «Чия ланка швидше збереться»: Діти розподіляються на 3-4 ланки з однаковим числом гравців, їм дають прапорці 3-4 кольорів. У різних кінцях площадки (кімнати) або по одній стороні ставлять на підставках 3-4 прапора тих же кольорів. Кожна група стає в колону перед прапором свого кольору. Коли гравці пошикувалися, вихователь дає сигнал і вони починають ходити або бігати врозтіч по майданчику (кімнати). Рухи дітей змінюються в залежності від ритму і темпу, який дає вихователь. За сигналом «На місця!» діти біжать до свого прапора і шикуються в колону. Вихователь відзначає, яка група вишикувалася першою, та група і перемогла.
4. «Переліт птахів». Діти стоять врозтіч на одному кінці майданчика (кімнати) вони – птахи. З протилежного боку майданчика поміщається вишка або гімнастична стінка з декількома прольотами. За сигналом вихователя «Пташки відлітають!» діти, піднявши руки (крила) в сторони, бігають по всьому майданчику. За сигналом «Буря!» діти біжать до вишки (гімнастичної стінки) і залазять на неї («птиці ховаються від бурі на деревах»). Коли вихователь каже: «Буря припинилася», діти спускаються з вишки і знову бігають («птиці продовжують політ»). Під час гри вихователь повинен знаходитися біля гімнастичної стінки для лазіння, щоб у разі потреби допомогти дітям.
5. «Не давай м'яч ведучому». Усі гравці стають у коло на відстані витягнутих рук. Один призначається ведучим, він йде в середину кола. Дітям дають великий м'яч, який вони передають по колу. Гравці перекидають м'яч у різних напрямках у повітрі і по землі так, щоб ведучий не міг торкнутися м'яча. Ведучий, бігаючи в середині кола, прагне доторкнутися до м'яча, що знаходиться в повітрі, на землі або в руках у кого-небудь з гравців. Якщо ведучому вдається торкнутися м'яча, то на його місце йде дитина, при кидку якої м'яч було спіймано. Ведучий стає на його місце. Якщо м'яч вилетить з кола, то гравці повинні швидко підняти його і, повернувшись на свої місця, продовжувати гру.

6. «Подорож на кораблі». Діти шикуються у дві шеренги в однієї зі сторін майданчика (кімнати) – це корабель. Капітан корабля (вихователь) оголошує: «Приготуватися до виходу на берег, праворуч земля!». Всі діти повинні повернутися направо, готуючись до виходу. Той, хто поверне в інший бік, позбавляється виходу на берег і залишається на кораблі (відходить в сторону). Всі інші йдуть парами (можна з пісню або під удари в бубон) і, обійшовши площадку (кімнату), повертаються на корабель (повертаються до місця початкового старту) і знову шикуються у дві шеренги. Діти, які залишалися на кораблі, включаються в гру, стаючи на свої місця в шеренгах. На слова вихователя: «Приготуватися до виходу, ліворуч земля!» діти повертаються ліворуч і, обійшовши площадку (кімнату), повертаються на корабель і шикуються у дві шеренги.
7. «3 купинки на купинку». В середині майданчика проводяться дві паралельні лінії на відстані 4-5 м. одна від одної, це – «болото». Вихователь розподіляє дітей на ланки, викликає по одній дитині від кожної ланки і пропонує їм встати на лінію (берег). Перед кожною дитиною у напрямку до протилежної лінії на болоті малюються купини діаметром 25-30 см., на відстані 10, 20, 30 см. одна від одної. Вихователь пропонує перебраться на протилежний бік болота, стрибаючи з купини на купину. Стрибати треба на середину купини. Наступ на край купини вважається «промочити ноги» і учасник виходить з гри. Виграє бал той, хто перший досяг протилежного боку. Потім знову викликають дітей по одному з кожної ланки. В кінці гри підраховується кількість балів у кожної ланки. Ланка, яка отримала більшу кількість балів, вважається переможцем.

Дослідницько-експериментальна робота з розвитку у дітей старшого дошкільного віку фізичних якостей включала у себе кілька етапів: підготовка проведення експерименту; констатування зрізу щодо виявлення рівня сформованості фізичних здібностей у дітей старшого дошкільного віку; формувальний експеримент з розвитку у дітей фізичних якостей; контрольний зріз щодо виявлення результативності формувального експерименту.

Нами була поставлена мета – визначити рівень сформованості фізичних якостей у дітей в старших групах дитячого садка, провести експеримент з розвитку фізичних якостей. Основним завданням формувального експерименту є поліпшення показників констатувального експерименту, а також розробка практичних рекомендацій.

Для того, щоб визначити вихідний рівень сформованості фізичних якостей були використані тести і рухливі ігри, в процесі виконання яких вихователь оцінює рівень сформованості фізичних якостей кожної дитини, керуючись знаннями і вміннями, якими повинна володіти дитина старшого дошкільного віку. Показники фізичних якостей визначалися за трьома рівнями: високий, середній і низький.

В результаті аналізу результатів видно, що в групі присутні діти з високим рівнем сформованості фізичних якостей, але в основному у всіх дітей рівень сформованості фізичних якостей за всіма показниками середній. У групах були діти, у яких рівень сформованості фізичних якостей знаходився на низькому рівні.

Отримані дані рівня розвитку фізичних якостей старших дошкільників експериментальної групи «Бджілка» і контрольної групи «Тигрєня» на початку експерименту представлені на рис. 1.

Якщо в контрольній групі розвиток фізичних якостей відбувався поступово, то в експериментальній – робота з розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку мала цілеспрямований характер. Ігри використовувалися у всіх формах роботи для формування фізичних якостей у дітей старшого дошкільного віку (ранкова гімнастика, заняттях з фізкультури, в повсякденному житті, активному відпочинку і безпосередньо, в самостійних заняттях). Ігрова форма розвитку фізичних якостей підвищувала настрій дітей, сприяла проведенню рухливих ігор у емоційному ритмі, а найголовніше – розвитку фізичних якостей, таких як сили, витривалість, швидкість, гнучкість, сила, спритність.

Важливою умовою самостійної ігрової діяльності було створення предметного середовища, що має розвиваючий характер, тобто створення предметного оснащення для самостійних ігор [1, 12].

Результати дослідження показали, що в експериментальній групі темпи приросту всіх показників вище, ніж у контрольній групі. Це свідчить про те, що запропоновані рухливі ігри, які спрямовані на розвиток швидко-силових якостей у дітей, забезпечують тренувальний ефект в рамках коротких програм.

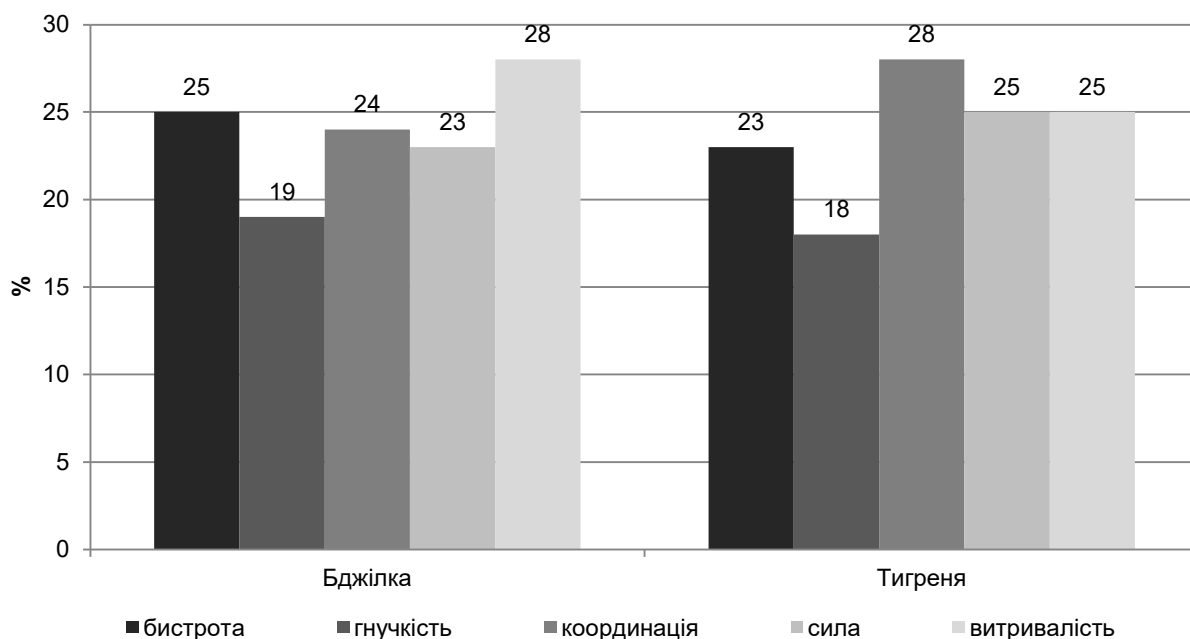


Рис. 1. Показники розвитку фізичних якостей експериментальної групи «Бджілка» та контрольної групи «Тигрєня» на початок експерименту (%)

У процесі констатувального експерименту з виявлення рівня сформованості фізичних якостей було проведено тестування і отримані наступні результати (рис.2).

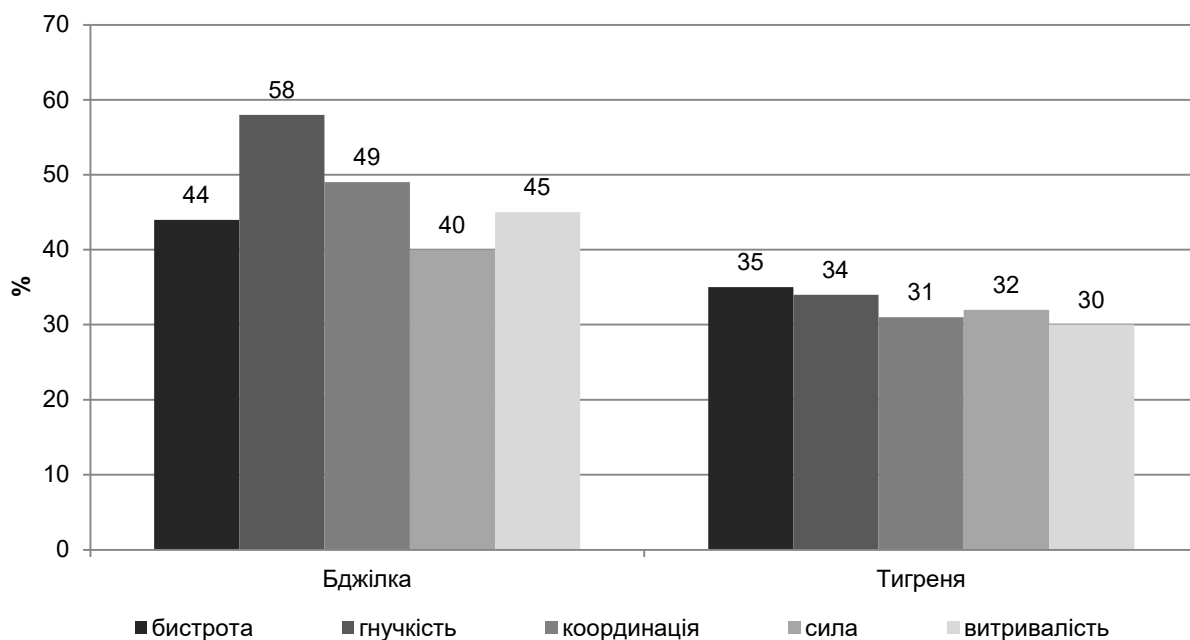


Рис. 2. Показники розвитку фізичних якостей експериментальної групи «Бджілка» та контрольної групи «Тигрєня» в кінці експерименту (%)

Експеримент підтверджує припущення низки дослідників про раціональність розвитку швидко-силових якостей в старшому дошкільному віці. Поєднаний розвиток сили і психічних якостей в процесі фізичного виховання дошкільників дозволяє протягом року прискорити процес фізичного і психічного вдосконалення дітей 5-6 років. Однак тільки комплекс різних тестів в силовій підготовці не дає можливості в повній мірі виявити вікові та статеві особливості її впливу на процес психічного розвитку.

Висновки. Старший дошкільний вік вважається одним з найбільш важливих періодів в процесі формування особистості людини. Рухова активність в цьому віці відіграє величезну роль в

комплексному розвитку організму дитини. У цьому віці більш інтенсивно розвиваються фізичні якості, в тому числі швидкісно-силові. Аналіз програмних і методичних матеріалів з фізичного виховання в дошкільних установах і організації цього процесу на практиці свідчать про те, що основна увага на заняттях фізичної культури приділяється навчання основним рухам.

Отже, на початку експерименту групи дітей за всіма показниками статистично не відрізнялися. Після проведення дослідження фізичних якостей дітей контрольної та експериментальної груп було виявлено, що результати експериментальної групи перевищують результати контрольної.

Дані проведеного дослідження свідчать, що рухливі ігри, які ми обрали, позитивно впливають на розвиток рухових якостей, динаміку ми побачили в кінці дослідження. Рухливі ігри позитивно впливають на психо-емоційний стан дошкільнят, а це, в свою чергу, сприяє гармонійному розвитку здорової особистості, що є надважливим для соціуму.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці методичних рекомендацій щодо оптимізації процесу фізичної підготовки дітей 5-6 років засобами рухливих ігор спортивного характеру.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність будь-якого конфлікту інтересів.

Література

1. Бузова А. Дні здоров'я. *Палітра педагога*. 2004. № 4. С. 8-10.
2. Вільчковський Е. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : [навч. посіб.]. 2-ге вид. Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
3. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Народна рухлива гра – основний засіб фізичного виховання дошкільнят. Традиції фізичної культури в Україні: зб. наук. пр. Київ : ІЗМН, 1997. С. 147-153.
4. Вольчинський А. Я. Українські рухливі ігри для дітей 5-6 років: метод. посіб. для вихователів дошк. закл. Київ: ІЗМН, 1996. 96 с.
5. Воробей Г. В. Народні ігри та забави у фізичному загартуванні молодших школярів різних етнографічних груп Прикарпатського краю: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.01. Укр. держ. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 1997. 16 с.
6. Денисенко Н. Ф., Григоренко, А. Ф., Михайліченко Г. І. Дитячі народні рухливі ігри. Запоріжжя : [б. в.], 2003. 75 с.
7. Дубогай О. Д., Пангелов Б. П., Фролова Н. О., Горбенко М. І. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів. Київ: Оріяни, 2001. 152 с.
8. Дубогай О. Д. Навчання в русі: Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі. Київ : Вид. дім «Шкіл. Світ», 2005. 112 с.
9. Дубогай О. Д., Маковецька Н. В., Погрібняк Н. В. Оздоровлення дошкільнят, або Канікули влітку. Запоріжжя : ТОВ «ЛІПС» ЛДД, 2005. 228 с.
10. Дубогай О. Д., Маковецька Н. В. Плекаймо здоров'я дитини. Запоріжжя : [б. в.], 2007. 264 с.
11. Дубогай О. Д., Цьось А. В. Навчання в русі. Здоров'язбережувальні педагогічні технології для дошкільнят та учнів: навч. посіб. [для студентів вищ. навч. закл., вихователів дошкіль. навч. закл., учителів фіз. культури, методистів, батьків]. Луцьк: Вежа-Друк, 2017. 324 с.
12. Кліш І. С. Використання засобів етнопедагогіки у фізичному вихованні дітей до 3-річного віку : метод. посіб. для батьків. Луцьк: Надстир'я, 1998. 67 с.
13. Кожевникова Т. На городі густо, вироста капуста. *Палітра педагога*. 2004. № 3. С. 30-31.
14. Левків В. І. Використання засобів української народної фізичної культури у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вихов. і спорту: 24.00.02. Волин. держ. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 1998. 17 с.
15. Овчинникова В. І. Рухливі ігри за мотивами казок. *Палітра педагога*. 2002. № 4. С. 16-19.
16. Організація ігрової діяльності дітей дошкільного віку. [авт. – упоряд.: А. П. Бузова]. Тернопіль: Мандрівець, 2010. 256 с.
17. Петренко Г. В. Організаційно-методичні засади здоров'яформувального фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.02. Луцьк, 2017. 235 с.
18. Піроженко Т. О., Ладивір. С. О., Вовчик-Блакитна О. О., Гуменюк Г. В., Гурковська Т. Л. Розвивальні ігри та вправи для дітей п'ятого року життя. Тернопіль: Мандрівець, 2012. 64 с.
19. Рунова, М. А. Особенности организации занятий по физической культуре. *Дошкольное воспитание*. 2009. № 9. С.42-52.
20. Цьось А. В. Українські народні ігри та забави : навч. посіб. Луцьк: Надстир'я, 1994. 96 с.

References

1. Burova A. Days of health. A teacher's palette. 2004. No. 4. P. 8-10.
2. Vilchkovsky E. Theory and methods of physical education of children of preschool age: [scientific. manual]. 2nd edition. Sumy: VTD "University Book", 2008. 428 p.
3. Vilchkovskiy E. S., Kurok O. I. Folk movement game – the main means of physical education of preschoolers. Traditions of physical culture in Ukraine: coll. of science pr. Kyiv: IZMN, 1997. P. 147-153.
4. Volchinskiy A. Ya. Ukrainian mobile games for children 5-6 years old: methodical manual for teachers of preschool institutions. Kyiv: IZMN, 1996. 96 p.
5. Vorobey P. V. Folk games and fun in physical hardening of younger schoolchildren of various ethnographic groups of the Carpathian region: author's abstract. thesis ... candidate ped. Sciences: 13.00.01. Ukraine. M. P. Drahomanov State Ped. University. Kyiv, 1997. 16 p.
6. Denysenko, N. F., Hryhorenko, A. F., Mykhailichenko, H.I. Children's folk mobile games. Zaporizhzhia: [b. v.], 2003. 75 p.
7. Dubohai O. D., Panhelov B. P., Frolova N. O., Horbenko M. I. Integration of cognitive and motor activity in the system of education and upbringing of schoolchildren. Kyiv: Oriiany, 2001. 152 p.
8. Dubohai O. D. Learning in motion: Health-preserving pedagogical technologies in primary school. Kyiv: Ed. house "School. World", 2005. 112 p.
9. Dubohai O. D., Makovetska N. V., Pogribniak N. V. Health of preschoolers, or summer vacation. Zaporizhzhia: LLC "LIPS" LDD, 2005. 228 p.
10. Dubohai O. D., Makovetska N. V. Let's take care of the child's health. Zaporizhzhie: [b. v.], 2007. 264 p.
11. Dubohai O. D., Tsios A. V. Learning in motion. Health-preserving pedagogical technologies for preschoolers and students: teaching. manual [for students of higher educational institutions, teachers of preschool educational institutions, physical education teachers, methodologists, parents]. Lutsk: Vezha-Druk, 2017. 324 p.
12. Klish, I. S. The use of ethno-pedagogical tools in the physical education of children up to 3 years of age: method. manual for parents Lutsk: Nadstryia, 1998. 67 p.
13. Kozhevnikova T. Cabbage grew thickly in the garden. A teacher's palette. 2004. No. 3. P. 30-31.
14. Levkiv V. I. The use of means of Ukrainian folk physical culture in the physical education of children of primary school age: author's review. thesis ... candidate sciences in physics education and sports: 24.00.02. Lesia Ukrainka Volyn State University. Lutsk, 1998. 17 p.
15. Ovchinnikova V. I. Moving games based on fairy tales. A teacher's palette. 2002. No. 4. P. 16-19.
16. Organization of play activities for preschool children. [author – editor: A. P. Burova]. Ternopil: Mandrivets, 2010. 256 p.
17. Petrenko H. V. Organizational and methodical principles of health-forming physical education of older preschool children: author's review. thesis ... candidate ped. Sciences: spec. 13.00.02. Lutsk, 2017. 235 p.
18. Pyrozhenko T. O., Ladyvir. S. O., Vovchyk-Blakytina O. O., Humeniuk G. V., Hurkovska T. L. Developmental games and exercises for children of the fifth year of life. Ternopil: Mandrivets, 2012. 64 p.
19. Runova, M. A. Features of the organization engaged in physical culture. Preschool education. 2009. No. 9. P.42-52.
20. Tsots A. V. Ukrainian folk games and fun: teaching. manual. Lutsk: Nadstryia, 1994. 96 p.