

**Міністерство освіти і науки України Закарпатський угорський інститут
імені Ференца Ракоці II**

Кафедра педагогіки та психології

**Пояснювальна записка до
кваліфікаційної роботи бакалавра**

на тему: **Вплив музичного супроводу на ефективність занять фізичної
культури дітей дошкільного віку**

Виконала: студентка IV-го курсу,
напряму підготовки (спеціальності)

0101 Педагогічна освіта

6.010101 Дошкільна освіта

Савко Г.М.

Керівник: Візавер А. Д.

Рецензент:

Берегово 2016

**Ukrajna Oktatási és Tudományos Minisztériuma II. Rákóczi Ferenc
Kárpátaljai Magyar Főiskola**

Pedagógia és Pszichológia Tanszék

Szavkó Gréta

Az óvodai sportfoglalkozások hatékonyságának növelése zenei kíséret
segítségével

Szakedolgozat

Témavezető:
Vizavér Árpád

Recenzens:

Beregszász – 2016

Зміст

Вступ.....	5
РОЗДІЛ I. Предмет теорії та методики фізичного виховання дітей дошкільного віку	7
1.1. Фізичне виховання дітей раннього та переддошкільного віку	8
1.2. Розвиток рухових якостей у дітей.....	12
1.3. Фізичні вправи — види рухової діяльності.....	15
1.4. Структура фізкультурних занять.....	17
РОЗДІЛ II. Роль музики у всебічному розвитку дитини	20
2.1. Вплив музичних творів на емоції дітей.....	22
2.2. Музика і рух – два взаємозв’язані поняття.....	23
2.3. Музично-дидактичні та музично-ритмічні рухи.....	26
РОЗДІЛ III. Діагностика дослідження ефективності музичного супроводу під час фізкультурних занять.....	32
Висновок.....	42
Висновок на угорській мові.....	44
Використана література.....	46
Додатки	

Tartalomjegyzék

Bevezetés.....	5
I Fejezet. Az óvodai testnevelés elmélete és módszertana.....	7
1.1. A csecsemők és a kisgyermekek testnevelése.....	8
1.2. A motoros készségek fejlesztése gyerekeknél.....	12
1.3. Testnevelési gyakorlatok — a motoros aktivitás típusai.....	15
1.4. Testnevelési foglalkozások szerkezete.....	17
II Fejezet. A zene szerepe a gyermek fejlődésében.....	20
2.1. A zene hatása a gyerekek érzelmi világára.....	22
2.2. A zene és a mozgás - két, egymással összefüggő fogalmak	23
2.3. Zenei-ritmikus és didaktikus játékok.....	26
III Fejezet. A zenei kíséret hatékonysági vizsgálata a testnevelési foglalkozások alatt.....	32
Összefoglalás	42
Összefoglalás magyar nyelven.....	44
Felhasznált irodalom.....	46
Mellékletek	

Вступ

Фізичне виховання юного покоління є одним із найважливіших напрямів сучасної дошкільної освіти. Воно спрямоване на своєчасне формування у дошкільників життєво важливих для них рухових навичок, розвиток фізичних якостей, забезпечення належного рівня фізичної підготовленості, ознайомлення дитини з функціями свого тіла, виховання стійкого інтересу до рухової активності, заохочення дитини до здорового способу життя. Обрана мною тема — Вплив музичного супроводу на ефективність занять фізичної культури, я вибрала, тому що, дуже люблю музику, ритмічність, виконання танцювальних рухів. На мою думку, важливо розвивати не тільки розумовий, але й естетичний, музичний кругозір, чим ширший кругозір, тим краще дитина сприймає навколишній світ, середовище в якому вона перебуває. У своїй бакалаврській роботі я хочу дізнатися як музика впливає на ефективність проведення фізичних занять, а також як впливає на фізичний та емоційний розвиток дітей.

Актуальним видається пошук різноманітних методів та форм роботи з дітьми у сфері навчання та виховання. Поєднання музики з фізичними рухами відкриває для дітей нові можливості пізнання свого тіла, підвищення інтересу до занять. Щоб успішно виховувати дітей, педагогу слід враховувати специфіку впливу музики на ефективність фізичних занять та особливості сприймання музики дітьми. Вплив музики на особистість передбачає численні художні враження, які накладаються одне на одне, поступово збагачуючись і поглиблюючись, складаючи естетичний кругозір. *Тому об'єктом дослідження є - процес фізичного виховання дітей із супроводом музики.*

Предмет дослідження — вплив музики на ефективність проведення фізкультурних занять.

Мета дослідження - виявити значущість впливу музичного супроводу на ефективність проведення фізкультурних занять та на розвиток фізичних якостей дітей. *Гіпотеза* — при використанні музичного супроводу на заняттях з фізичної культури, у дітей краще розвиваються фізичні якості, розширюється пізнавальна сфера дітей, краще розвивається координація рухів та швидкість, підвищується емоційний стан та рухова активність.

Для досягнення мети необхідно було виконати наступні завдання:

- вивчити головні завдання теорії та методики фізичного виховання;
- розглянути структуру фізкультурних занять;

- визначити сутність музики та її вплив на фізичний розвиток дітей;
- виявити особливості впливу музики на фізичні якості дітей, зокрема швидкості (проведення естафети);
- проаналізувати вплив музичного супроводу на проведення занять з фізичної культури.

Методи дослідження : аналіз та синтез, порівняння, узагальнення.

РОЗДІЛ І

Предмет теорії та методики фізичного виховання дітей дошкільного віку

Дошкільний період є одним з найбільш відповідальних періодів життя людини у формуванні фізичного здоров'я та культурних навичок, що забезпечують його вдосконалення, зміцнення та збереження в майбутньому. Сьогодні відомо: 40 % захворювань у дорослих, які були «закладені» в дитячому віці, у 5–7 років, а саме здоров'я на 50 % залежить від способу життя людини. Фізичне здоров'я є головною умовою духовного і морального здоров'я дитини. У період дошкільного дитинства закладається фундамент здоров'я, формуються життєво необхідні рухові навички, вміння, розвиваються важливі фізичні якості, що свідчить про необхідність правильного фізичного виховання, яке має сприяти оздоровленню і повноцінному розвитку дитини.

Фізичний розвиток — процес зміни морфологічних і функціональних ознак організму, основою якого є біологічні процеси, зумовлені спадковими генетичними факторами, умовами зовнішнього середовища та виховання. *(Поніманська, 2006, 161)*

Фізична культура має багато функцій: нормативну, яка полягає у закріпленні раціональних норм рухової діяльності; інформаційну, яка відображує властивості накопичувати культурну інформацію, бути засобом її розповсюдження та передачі її від одного покоління до іншого; комунікативну, яка характеризується властивістю сприяти спілкуванню, встановленню міжособистісних контактів; естетичну – задоволення естетичних потреб особистості у красивих рухах, своєму гармонійному фізичному розвитку та ін.; біологічну, яка пов'язана з задоволенням природної потреби людини (особливо дітей) у русі, покращання її фізичного стану та забезпечення високої працездатності організму. Ці функції покладено в основу класифікації видів фізичної культури, яка може бути представлена як базова (загальнорозвиваюча), прикладна та оздоровча фізкультура, спорт. *(Вільчковський, Курок, 2011, 10)*

Теорія і методика фізичного виховання не може існувати ізольовано, вона має тісний взаємозв'язок з іншими науковими дисциплінами, тому що вона вирішує соціальні педагогічні проблеми, що перебувають на стику декількох наук. Це такі науки як : філософія, яка дає методологічну основу, діалектичний метод пізнання людини як безпосередньо природної та соціальної істоти. Також має тісний взаємозв'язок із загальною та дошкільною педагогікою, творчо використовує їх досягнення у сфері всебічного виховання підростаючих поколінь. Багато спільного має також теорія і методика фізичного

виховання із загальною та віковою психологією. Врахування психологічних особливостей дитини є обов'язковим при проведенні різних організаційних форм фізичної культури. Фізичне виховання має великий виховний потенціал, він повинен реалізуватися у формуванні вольової сфери дитини, де також необхідно спиратися на рекомендації психології.

Тісний зв'язок теорії і методики фізичного виховання з біологічними науками (анатомією, фізіологією, гігієною, педіатрією та ін.) обумовлений необхідністю вивчення реакції організму дітей на запропоновані їм засоби фізичної культури. Тільки враховуючи анатоמו-фізіологічні закономірності розвитку дитячого організму, можна успішно керувати процесом фізичного виховання дошкільників. *(Комісарик, Чуйко, 2013, 58)*

Фізичне виховання дітей дошкільного віку – важливе завдання дитячого садочка. Саме перші сім років у людини закладаються основи здоров'я, формується багато рухових навичок, розвиваються фізичні якості (спритність, швидкість, сила та ін.). Головне у фізичному вихованні дошкільників – охорона життя, зміцнення здоров'я і всебічний розвиток дітей. Його розв'язанню сприяє створення відповідних умов (раціонального режиму, харчування та ін.), урізноманітнення організаційних форм фізичного виховання (заняття, ранкова гімнастика, рухливі ігри тощо), підвищення рухової активності протягом дня.

Наступне завдання – формування в дітей життєво важливих навичок основних рухів: ходьби, бігу, стрибків, метання, лазіння, рівноваги та ін. Рух досягає рівня навички тоді, коли виконується легко, невимушено, з найменшою затратою зусиль. Завдяки високій пластичності нервної системи у дошкільників дуже високо встановлюється нервові зв'язки й формуються умовні рухові рефлекси. Однак дитина повинна не тільки вміти користуватися своїми рухами у звичній обстановці, а й у різних умовах, які змінюються (в іграх, під час прогулянок, коли треба перестрибнути через рівчак, підлізти під гілку тощо). Отже сформована навичка з того чи іншого руху повинна бути не тільки міцною, а й достатньо гнучкою (пластичною).

1.1. Фізичне виховання дітей раннього та переддошкільного віку

Ранній вік (1-3 роки) - є найбільш відповідальним періодом життя людини, коли формуються найбільш фундаментальні здібності, що визначають подальший розвиток людини. В цей період розвивається мовлення, ходьба, з'являються перші уявлення про зв'язки в навколишньому світі. У цей період першочерговим є розвиток

предметноманіпулятивної діяльності, через яку дитина пізнає світ, розвиває свідомість і самосвідомість. (*Поніманська, 2006, 40*)

Для дітей цього віку мають бути створені умови, специфічний режим, а зміст та методи виховання мають бути відмінні від тих, що використовуються на подальших вікових етапах. Дослідники, які вивчають саме період раннього віку (В.М. Бехтерев, Н.М. Щелованов, Г.Г.Філіпова, Л.П. Павлова та ін.), дійшли єдиного експериментально доведеного твердження : характерною рисою цього періоду життя, є швидкі темпи фізичного та психічного розвитку. Другою особливістю віку є підвищена чутливість організму дитини, не достатня морфологічна та функціональна зрілість органів і систем. У дітей відбувається становлення та розвиток психічних процесів – сприймання, пам'яті, мислення, уяви, які вербалізуються та опосередковуються мовленням і набувають довільного характеру. Відомий вітчизняний психолог В. Котирло вказувала, що формування психічної діяльності дитини відбувається в процесі спілкування, способи якого можуть змінюватися, але яке незмінно лишається рушійною силою розвитку. (*Нечепоренко, 2007, 216*)

На третьому році життя зміцнюється організм, удосконалюється рухова сфера, понад 50% часу неспання дитина проводить в активних діях. М'язи, від яких залежить сила та швидкість, лише починають розвиватися, що позначається на особливостях розвитку рухової сфери. Рухи дитини повільні, плавні; відсутні різкі ривки, внаслідок чого дитина трьох років хоча й оволодіває навичками бігу, проте фізіологічно ледь відриває ноги від землі. Найулюбленішими стають рухові дії з м'ячем, дитина його прокочує, підкидає, кидає; проте ловити його їй досить складно внаслідок не достатньої координації рухів, тому потрібне багаторазове повторення певних рухів та дій під час фізкультурних занять. (*Фіцула, 2002, 297*).

Рухова активність дітей раннього віку визначається за такими критеріями: кількість умовних кроків, тривалість, інтенсивність. Щодо тривалості рухової активності малят, вони мають рухатися не менше 50-60% усього часу перебування у дитсадку, не враховуючи час, відведений для сну. На жаль, доволі часто батьки обмежують рухову активність своїх дітей, втихомирюючи їх або навіть забороняючи бігати, стрибати, шуміти, тобто «заважати» дорослим. Такі обмеження та заборони аж ніяк не сприятимуть фізичному і психічному розвиткові дитини, закріпленню рухових навичок, загартовуванню та формуванню адаптаційних реакцій до мінливого зовнішнього середовища. (*Андрусич, 2011, 20*)

Важливо пам'ятати, що кожна дитина характеризується власним темпом фізичного розвитку, тому її біологічний вік не завжди виступає орієнтиром для визначення фізичних навантажень. Перевантаження, намагання прискорити процес фізичного змушнення, примус, докори небезпечні: вони викликають відразу до занять фізичною культурою, формують недовіру малюка до своїх можливостей та дорослого оточення. Тому дорослим необхідно створити безпечні умови для рухової діяльності дитини: відводити для дітей просторе місце, розміщувати фізкультурні мати, килим, на повітрі турбуватися про відсутність небезпечних предметів (скла, каміння, палиць). Важливо створювати передумови для формування креативності, стимулювати вияв дитиною сміливості у подоланні невеликих перешкод; надавати їй можливості експериментувати з власними можливостями шукати цікаві рішення рухових завдань, отримувати від цього задоволення. (*Комінарець, 2014, 260*)

Вік 5-7 років називають часто «періодом першого витягнення», коли за рік дитина може вирости на 7-10 см. Кожен віковий етап характерний різною інтенсивністю росту окремих частин тіла. Протягом шостого року швидко збільшуються довжина кінцівок, ширина тазу і плечей у дітей обох статей. Разом з тим є індивідуальні відмінності в цих показниках, а також відмінності їх у хлопчиків і дівчаток. Розвиток опорно-рухової системи (скелет, суглобово-зв'язковий апарат, мускулатура) дитини до п'яти-шести років ще не завершена. Кожна з 206 кісток продовжує змінюватися за розміром, формою, будовою, причому у різних кісток фази розвитку неоднакові. Зрощення частин кістки черепа і окостеніння слухового проходу до шести років закінчується. Зрощення ж між собою частин потиличної, основної та обох половин лобової кісток черепа до цього віку ще не завершено. Між кістками черепа зберігаються хрящові зони, тому зростання головного мозку може продовжуватися. Не закінчується і окостеніння опорних частин носової перегородки. Ці особливості вихователь повинен враховувати при проведенні рухливих ігор та фізкультурних занять, тому що навіть самі легкі удари в області носа, вуха можуть призвести до травм. (*Стельмахович, 1985, 211*)

Найбільша вірогідність травм може виникнути у вправах, пов'язаних із зменшенням площі опори (ходьба по лавці); при стрибанні, коли діти легко втрачають рівновагу; у вправах з м'ячем (у дитини достатньо сили, щоб докинути його до партнера, але недосконала координація може спотворити напрям польоту, і тоді м'яч потрапляє не в руки, а в обличчя, тому необхідно давати дітям точні вказівки, нагадувати, що м'яч потрібно кидати в руки партнеру). Використання тенісних м'ячів у старшій групі можливо лише за умови, якщо у

дітей на цьому етапі добре сформований відповідний навик. Із цією метою слід систематично проводитиме ігри та вправи з м'ячами типу «Влуч у обруч», «Добіжи і до прапорця», «Збий кеглю». Хребетний стовп дитини п'яти-семи років також чутливий до деформуючих впливів. Скелетна мускулатура характеризується слабким розвитком сухожиль, фасцій, зв'язок. Еластичність і гнучкість дитячої кістки можуть стати причиною травм не тільки кінцівок, а й хребта. У розвитку м'язів виділяють кілька «вузлових» етапів. Один з них - це вік шість років.

До шести років у дитини добре розвинені великі м'язи тулуба і кінцівок, але як і раніше слабкі дрібні м'язи, особливо кистей рук. Тому діти відносно легко засвоюють завдання на ходьбу, біг, стрибки, що при виконанні вправ, вимагають роботи дрібних м'язів. Розвиток центральної нервової системи характеризується прискореним формуванням ряду фізіологічних ознак. Так, поверхню мозку шестирічної дитини складає вже більше 90% розміру поверхні кори головного мозку дорослої людини. Бурхливо розвиваються лобові частки мозку. Завершується, наприклад, диференціація нервових елементів тих верств (так званих асоціативних зон), в яких здійснюються процеси, що визначають успіх складних розумових дій: узагальнення, усвідомлення послідовності подій і причинно-наслідкових відносин, формування складних міжаналізаторних зв'язків та ін. (Гребенюк, 2005, 5-6)

Так, діти старшого дошкільного віку розуміють складні узагальнення, утворені на основі між функціональних зв'язків. У навчально-виховному процесі необхідно широко використовувати здатність, центральної нервової системи до утворення складних між функціональних зв'язків. У потрібних випадках у дитини проявляється паралельність, одночасність течії нервових процесів у різних аналізаторних системах. У ряді випадків можливе використання між предметних зв'язків. Так, цілями для метання можуть служити геометричні фігури: трикутник, чотирикутник. Потрапивши (після однієї-трьох спроб) в таку мету, дитина отримує картку із зображенням відповідної фігури. Кількість її сторін (кутів) позначає кількість очок, яке він отримав. (Приєм розроблений В.М. Аванесова.).

До п'яти років у дитини в порівнянні з періодом новонародженості розміри серця збільшуються в 4 рази. Так само інтенсивно формується і серцева діяльність, але цей процес не завершується будь навіть у підлітків. У перші роки життя дитини пульс його нестійкий і не завжди ритмічний. Середня частота його до шести-семи років становить 92-95 ударів на хвилину. Життєва ємність легень у дитини п'яти-шести років у середньому - 1100-1200 см³, але вона залежить і від інших факторів (довжини тіла, типу дихання тощо). До семи років у дітей яскраво виражений грудний тип дихання. Число подихів у хвилину - в середньому

25. Максимальна вентиляція легень до шести років приблизно 42 дц 3 повітря е хвилину. При гімнастичних вправах вона збільшується...я в 2-7 разів, а при бігу - ще більше. Дослідження з визначення загальної витривалості у дошкільнят (на прикладі бігових і стрибкових вправ) показали, що резервні можливості серцево-судинної та дихальної систем у дітей досить високі.

Таким чином, протягом шкільного віку відбуваються суттєві якісні зміни, пов'язані з інтенсивним анатомічним і функціональним дозріванням організму дітей, розвитком рухового аналізатора. Ці зміни дозволяють широко розгорнути роботу з розвитку рухових здібностей дітей старшого дошкільного віку. Психічний розвиток дитини старшого дошкільного віку вивчено досить докладно. Тим не менш, розкрити динаміку розвитку психічних процесів (сприйняття, пам'ять, мислення, уява та ін), вдосконалення основних видів діяльності (праця, гра, навчання) або формування особистості по роках життя малюка дуже складно. Ці зміни помітні не завжди і часом охоплюють лише окремі сторони загального процесу. Старший дошкільний вік характеризується як період істотних змін в організмі дитини і є певним етапом дозрівання організму.

1.2. Розвиток рухових якостей у дітей

Розвиток рухових якостей у дитини відбувається під впливом двох факторів: природно-вікових змін організму (морфологічна та функціональна перебудова) та режиму рухової активності, до якого входить весь комплекс організаційних форм фізичного виховання та його самостійна рухова діяльність.

Правильно сформовані рухові навички й уміння дають змогу заощаджувати фізичні сили дитини. Коли дитина робить вправу легко, без напруження, то вона втрачає менше нервово-м'язової енергії на її виконання. Завдяки цьому створюється можливість повторювати вправу більшу кількість разів і ефективніше впливати на серцево-судинну і дихальну системи, а також розвивати фізичні якості (швидкість, силу, витривалість та ін.)

Цілеспрямований розвиток рухових якостей повинен починатися у дошкільному віці. Тільки за цієї умови можна забезпечити необхідну загальнофізичну підготовленість дитини. Процес розвитку рухових якостей у дошкільників здійснюється відповідно до морфологічних особливостей та можливостей функціонування їхнього організму. При цьому необхідний диференційований підхід, який враховує вік, стан здоров'я, рухову підготовленість, а також особливості психіки дітей 3-6 років. (Хухлаєва, 1979, 15)

Система засобів фізичного виховання передбачає реалізацію принципу всебічного розвитку особистості дитини, що обумовлює різнобічний вплив на різні сторони її рухової функції, включаючи комплексний розвиток усіх рухових якостей. Виконання основних рухів, загальнорозвиваючих вправ, участь у рухливих іграх, вимагає від дітей одночасного прояву різних рухових якостей. Наприклад, стрибки у довжину і висоту з розбігу розвивають швидкість, силу, спритність, а біг під час різноманітних рухливих ігор – ті ж самі якості та швидкісну витривалість; метання предметів у ціль – силу та спритність і т. ін. При цьому оптимальні показники у будь-якому виді рухових якостей можуть бути досягнуті лише при певному рівні розвитку інших якостей.

Здійснюючи комплексний підхід до різнобічної фізичної підготовки дошкільників, більшу увагу у цей період необхідно приділяти розвитку швидкості, спритності та гнучкості, тобто тих якостей, які найбільш активно розвиваються у дошкільному віці.

Швидкість – це здатність людини виконувати різноманітні дії (фізичні вправи, трудові операції) у мінімальний для даних умов відрізок часу. Рівень розвитку цієї якості визначається станом опорно-рухового апарата (ступенем розвитку м'язової системи), рухливістю, силою, врівноваженістю процесів збудження і гальмування центральної нервової системи.

Дошкільний вік найсприятливіший для розвитку швидкості. Відповідність короткочасних навантажень функціональних можливостей організму дітей обумовлена високою збуджуваністю іннерваційних механізмів, що регулюють діяльність опорнорухового апарата. Висока динаміка нервових процесів, властива дошкільникам, обумовлює швидку зміну скорочення і розслаблення м'язів, максимальний темп рухів.

Розвитку швидкості сприяють вправи, що виконуються з максимальною динамікою. Тому для розвитку цієї якості варто добирати ті рухи, які діти попередньо засвоїли. Тоді основна увага приділятиметься не на способі, а на швидкості виконання рухової дії. Найпоширенішим способом розвитку швидкості є біг, який широко використовується під час ранкової гімнастики, занять з фізкультури, рухливих ігор сюжетного характеру, ігрових дій типу естафет, де діти змагаються між собою. Раціональним є повторення бігу. Суть його в тому, щоб діти вдруге долали ту ж дистанцію, але вже з якомога більшою швидкістю. Розроблені оптимальні дистанції для бігу з максимальною швидкістю для дітей 3-6 років, а також періоди пауз відпочинку між його повтореннями. Для дітей 3 років рекомендується дистанція 15 метрів, 4 років – 20м, 5 років – 25м, 6 років – 30-35м. В іграх естафетного

характеру старші дошкільники часто виконують біг «човниковим» способом (15 – 20м в один і другий бік). (*Комісарик, Чуйко, 2013, 174*)

Спритність – це здатність людини чітко виконувати рухи у складних координаційних умовах. Координаційна складність рухових дій є одним з основних критеріїв спритності. До другого критерію відносять точність рухів, до якого входять точність просторових, часових та силових характеристик.

Значна частина авторів досліджень (М.В. Зімінкін, О.В. Коробков) ставлять швидкість формування рухових навичок у пряму залежність від рівня розвитку спритності: чим вище рівень розвитку спритності, тим легше та швидше формуються ті чи інші навички. З психологічної точки зору спритність залежить від повноцінного сприйняття власних рухів та оточуючих обставин, від умінь швидко змінювати свою діяльність. Вона має тісний зв'язок з швидкістю та точністю складних рухових реакцій.

На розвиток спритності у дошкільників впливають різноманітні фізичні вправи: загальнорозвиваючі, основні рухи (стрибки, метання, вправи з рівноваги та ін.) вправи в шикунанні та перешиковуванні, які вимагають для правильного їх виконання відповідної координації рухів. Для більш ефективного розвитку спритності рекомендується під час виконання вправ використовувати предмети (гімнастичні палиці, м'ячі, скакалки та ін.) особливо у старших групах, а також вибирати вправи з раптово зміненими ситуаціями, з швидким реагуванням на раптові зміни обставин і прийняття відповідно до цього оптимального рішення, яке проявляється в конкретній руховій дії. Використання рухливих ігор та вправ спортивного характеру відносять до найбільш дійових та доступних засобів, які стимулюють розвиток даної якості у дітей 3-6 років. (*Вільчковський, Курок , 2011, 133*)

Гнучкість – це здатність виконувати рухи з найбільшою амплітудою. Таким чином, гнучкість характеризує ступінь рухливості у різних ланках опорно-рухового апарата людини. Вона залежить від форми та побудови суглобів, еластичності м'язів та зв'язок, а також від функціонування стану центральної нервової системи та рухового апарата. У дітей дошкільного віку є всі передумови для успішного розвитку гнучкості. Морфологічні особливості опорно-рухового апарата: висока еластичність м'язів, рухливість хребетного стовбура – сприяють підвищенню ефективності вправ для розвитку цієї якості.

Розвиваючи гнучкість у дошкільників, слід дотримуватися певної міри, чітко дозувати навантаження і не намагатися надмірного розтягування м'язів та зв'язок. Рухи на розтягування виконуються з поступовим збільшенням амплітуди, так, щоб не викликати больових відчуттів.

Сила — здатність людини переборювати зовнішній опір за допомогою м'язових зусиль. Збільшення сили може бути досягнуто за рахунок збільшення маси, що переміщується (підняття предмета, подолання опору партнера, (у парних вправах) і підняття власного тіла (стрибки в довжину й висоту з місця та з розгону, лазіння по похилих і вертикальних драбинах, підтягування на гімнастичній стінці та ін.) У дошкільному віці слід розвивати силу всіх м'язів, особливо розгиначів спини та ніг. Для цього в основному використовуються загальнорозвиваючі вправи. Враховуючи анатомофізіологічні особливості дітей дошкільного віку, не слід прагнути до максимальних результатів і перевищувати норми стрибка (у висоту з місця та з розгону, з висоти), тому що це може негативно вплинути на розвиток кісткової системи і внутрішніх органів.

Витривалість — здатність людини виконувати яку-небудь роботу (в тому числі фізичні вправи) припустимої інтенсивності протягом якомога довшого часу.

Розвиток витривалості вимагає великої кількості повторювань однієї й тієї самої вправи. Одноманітне навантаження призводить до стомлення, і діти втрачають інтерес до цієї вправи. Ось чому в дошкільному віці найкраще застосовувати різноманітні динамічні вправи, особливо на свіжому повітрі: ходьбу, біг. Корисні також рухливі ігри, які викликають позитивні емоції й знижують відчуття втомленості. (Хухлаєва, 1979, 50)

Слід бути особливо обережними під час виконання вправ, спрямованих на збільшення рухливості хребетного стовпа та плечових суглобів, бо ці ланки опорнорухового апарата при різних рухах з максимальною амплітудою в суглобах можуть бути травмовані у дітей. Насамперед потрібно розвивати рухливість тазостегнових та гомілковостопних суглобів. Окрім загальнорозвиваючих вправ, удосконаленню гнучкості сприяють стрибки, метання, лазіння, танцювальні рухи під музичний супровід. Однак необхідно врахувати, що рухливість суглобів збільшується при підвищенні температури м'язів. Тому перед вправами на гнучкість слід виконати рухи, що допомагають розігріти основні м'язові групи тулуба і кінцівок. (Вільчковський, 1979, 45)

1.3. Фізичні вправи — види рухової діяльності

Організм дошкільника потребує активної рухової діяльності. Фізичне виховання здійснюють, використовуючи спеціально підібрані, методично правильно організовані, керовані педагогом рухи і складні види рухової діяльності — фізичні вправи. До фізичних вправ, які використовують у вихованні дітей дошкільного віку, належать гімнастика, ігри рухливі та зі спортивними елементами, спортивні вправи, елементарний туризм. У дитячому садку основними фізичними вправами є гімнастика. З її допомогою формуються

життєво необхідні навички рухової діяльності, фізичні якості. Загальнорозвивальні вправи використовують для рівномірного розвитку м'язової системи і всебічного впливу на організм дитини. Кожна вправа, діє на розвиток і зміцнення конкретних груп м'язів (рук і плечового поясу, ніг, тулуба тощо), тому їх підбір має забезпечувати розвиток усіх груп м'язів дитячого організму. Шиккування, перешиковування і повороти використовують для організованого розміщення дітей під час занять. Танцювальні вправи розвивають легкість, ритмічність рухів, правильну поставу.

У багатьох дошкільних закладах використовують гімнастику у-шу, яка поєднує базові рухи тіла, тренування дихання, самомасаж. Їх включають до підготовчої частини фізкультурних занять, а окремі елементи — до заключної (вправи на розслаблення). Важливу роль відіграють також рухливі ігри, спортивні вправи, елементи туризму (пішохідні прогулянки за межі території дитячого садка), мають на меті удосконалення рухових навичок, опанування навичок орієнтації на місцевості, підвищення рухової діяльності дітей. *(Поніманська, 2006, 178-179)*

Відомий російський фізіолог І.М.Сеченов розробив учення про активний відпочинок і довів, що працездатність людини поновлюється швидше, якщо процес збудження на якийсь час переключатиметься на інші центри кори головного мозку. Тому, короткачасна зміна діяльності дітей у вигляді невеликих комплексів гімнастичних вправ дає можливість зменшити стомленість і відновити працездатність дошкільнят для успішного продовження навчальної роботи в другу половину заняття. Ефективно використовувати фізкультурні хвилини до яких входять 3-4 вправи, кожна з яких повторюється по 4-6 раз, тривалість — одна-дві хвилини. Ці вправи виконуються з різних вихідних положень: сидячи за столом, стоячи за столом, стоячи біля столу. До комплексів входять вправи, які вивчалися на заняттях з фізичної культури. Основна спрямованість комплексів фізкультурних хвилинок така: 1) вправи типу потягування, які сприяють випрямленню хребта та підвищують тонус м'язів-розгиначів тулуба; 2) вправи для м'язів ніг; 3) нахили й поворота тулуба. Остання вправа повинна трохи знижувати фізіологічне навантаження порівняно з попередніми вправами, щоб переключити увагу дітей на продовження роботи.

Загальнорозвиваючі вправи доцільно супроводжувати музикою. Вона сприяє більш ритмічному і координованому виконанню гімнастичних вправ, задає темп рухів, допомагає виконувати їх виразніше й точніше. Музичний супровід за формою, змістом і темпом повинен відповідати характеру рухів, однак ні в якому разі не можна допускати спотворення музичного твору для того, щоб пристосувати його до того чи іншого руху. Під плавну,

тиху музику вправа виконується спокійно, в повільному темпі. Під швидку й голосну музику виконують енергійні рухи руками або стрибки. Раптове закінчення музики або голосний, виразний акорд є сигналом до зупинки або зміни рухів.

(Печераська, 2001, 272)

Фізичне навантаження під час виконання дітьми загальнорозвивальних вправ слід дозувати, добираючи вправи за складністю, регулюючи темп їх проведення, та кількість повторень кожної вправи. Велику увагу треба приділяти правильному диханню дітей та якості виконання вправ, оскільки вони сприяють удосконаленню координації рухів та зміцненню різних груп м'язів, а відтак-формуванню правильної постави, розвитку склепіння стопи дитини, тощо. Після виконання загальнорозвивальних вправ доцільно проводити біг середньої швидкості тривалістю від 40 секунд до 2 хвилини залежно від віку дітей, а після нього ходьбу з виконанням дихальних вправ та перешикуванням дітей для виконання вправ в основних рухах. *(Андрусич, 2012, 4)*

1.4. Структура фізкультурних занять

Фізкультурні заняття організовуються у всіх групах дитячого садка. З дітьми 1 року проводяться індивідуально; від 1 до 6 місяців до 3 років — частіше невеликими підгрупами, (5-6 осіб), від 3 до 6 років — з усією групою одночасно. Фізкультурні заняття — це основна форма організованого навчання дітей рухів, яке здійснюється у певній системі і послідовності. У процесі фізкультурних занять у дітей виховуються якості і здібності, потрібні для успішного навчання в школі.

(Хухлаєва, 1979, 146)

Вихователь підбирає фізичні вправи і розподіляє їх під час фізкультурного заняття особливим чином. Такий розпорядок зумовлений закономірностями фізіологічних і психічних процесів, що відбуваються в організмі під час виконання активних рухів. Виходячи з цього, враховуючи закономірності розвитку дитячого організму, у фізкультурному занятті виділяють вступну (підготовчу), основну та заключну частини. Кожна з частин розв'язує певні завдання, відповідно до яких добираються і чергуються вправи, розробляється методика проведення їх. *(Андрусич, 2010, 18-19)*

У *вступній частині* ставляться насамперед завдання : організувати дітей, зібрати та активізувати їхню увагу, викликати інтерес до занять, створити бадьорий настрій. Для цього використовуються стройові вправи, різні види ходьби і бігу, стрибки на двох і одній нозі на місці з просуванням, вправи та ігри на увагу, елементи танців.

Загальна підготовка найкраще забезпечується загальнорозвитковими вправами, що впливають на розвиток групи м'язів, і основними рухами, такими наприклад, як ходьба, біг, стрибки на двох ногах. Основні рухи посилюють діяльність серцево-судинної і дихальної систем, внаслідок чого фізичне навантаження поступово зростає.

В основній частині заняття формуються рухові навички й уміння, розвиваються фізичні якості. Вправи краще розучувати на початку основної частини занять, коли нервова система і психічні процеси (увага, сприймання) перебувають на оптимальному рівні збудливості. І вже після цього можна закріпити навички у засвоєних рухах і розвивати фізичні якості. Для навчання основних рухів застосовують різноманітні методичні прийоми. Одна з них — показ рухів у супроводі пояснень. Виконувати вправи вихователь повинен без напруження, вільно, правильно і красиво. Дошкільнята дуже копіюють дорослих і від того, як показано певний рух, багато в чому залежить те, як ним оволодіють діти.

Моторна щільність — найбільший показник продуктивності заняття. Тобто це ступінь раціонального використання часу на різні види діяльності дітей. Вона може бути різною, залежно від його змісту, організації методики проведення. Вона має свої межі. Діти не можуть протягом усього заняття бути в русі. Певний час займає показ рухів і пояснення їх вихователем. Моторна щільність основної частини заняття значною мірою залежить від організації дошкільників під час виконання певних рухів. Тому для цього використовують методи організації дітей :

- фронтальний (рухи одночасно виконують усі діти або половина групи);
- груповий (дітей розподіляють на дві підгрупи й кожній із них дають різні рухи);
- поточний (діти один за одним (по черзі) виконують один і той самий рух, найчастіше з шикуванням у колону);
- змінний (його застосовують, коли основний рух можуть виконувати одночасно кілька дітей (3-5-7), а решта спостерігають, чекають своєї черги. (Вільчковський, 1979, 118-119)

При використанні будь-якого із зазначених методів з метою підвищення моторної щільності заняття треба забезпечити групу необхідною кількістю фізкультурних посібників. В основній частині також використовуються рухливі ігри. Під час вибору рухливої гри обов'язково треба врахувати підготовленість дітей та їх інтереси, види рухів, які заплановані на даному занятті, місце де проводиться та ін.

Завдання заключної

частини — забезпечити поступовий перехід дітей від стану збудження, викликаного вправами та іграми в основній частині, до відносно спокійного стану. Для цього проводять спокійні ігри (епізодично) з нескладними рухами та правилами. Наприклад такі як: —Знайди і промовчи!, —Вгадай, хто підходив!, —Знайди де заховано!. На завершення заняття вихователь пропонує дітям ходьбу в повільному темпі, іноді з різними завданнями. У кінці заняття, коли підбиваються підсумки, вихователь відзначає, хто з дітей виконував вправи правильно, хто й чому досяг успіху в грі. Тривалість заключної частини 2 - 4 хвилини.

Вибір типу заняття залежить від завдань, що стоять перед вихователем, від пори року та ін. Загальна тривалість занять з фізичної культури в другій молодшій та середній групах — 20-25 хв, у старшій і підготовчій до школи групах — 30-35 хв.

Для занять з фізичної культури треба створити відповідні гігієнічні умови. Приміщення в якому проводять заняття, заздалегідь прибирають вологим способом, провітрюють, підготовляють необхідний інвентар. Одяг у дошкільників під час занять повинен бути легким, не заважати рухам (майка, труси, чешки). Вихователь проводить заняття в спортивному одязі (брюках або шортах, футболці чи кофточці, тапочках). (*Хухлаєва, 1979, 150*)

РОЗДІЛ II

Роль музики у всебічному розвитку дитини

Широке використання музики з метою впливу на стан людини представлено у багатьох наукових дослідженнях. Доказано, що впливаючи на фізіологічні процеси організму людини, музика сприяє підвищенню амплітуди дихання, легочної вентиляції. Підвищення емоційного тону і покращення роботоздатності, спрощує процес навчання руховим діям. Музика, яка сприймається слуховими рецепторами, впливає на загальний стан організму людини, викликає реакції, які пов'язані зі змінами системи кровообігу та дихання. В.М. Бехтерев підкреслює таку особливість і доводить, що якщо встановити механізми впливу музики на організм, то можна викликати або посилити збудження. П.І. Анохін, який вивчав питання впливу мажорного і мінорного ладу на стан організму, робить висновок що раціональне використання методичної, ритмічної та інших компонентів музики допомагає людині на протязі праці та відпочинку.

Ефективність використання музики та занять з фізичного виховання сприяє формуванню естетичного та морального виховання дітей та молоді. Заняття ритмікою, які засновані на взаємозв'язку музики і руху покращують поставу, координацію. Динаміка і темп музичного супроводження потребують зміни швидкості, ступеня напруги, амплітуди рухів. Треба відзначити, що більшість наукових досліджень, які присвячені особливостям використання музики на заняттях з фізичної культури в основному стосуються дітей дошкільного і шкільного віку.

Підбір музики – процес складний і здійснювати його повинен професійний музикант. Дуже важливо правильно обрати відповідний темпоритм, знайти точну відповідність руху внутрішньому змісту музики, що призведе до розуміння органічного взаємозв'язку музики і руху. Магічна сила музики здібна впливати не тільки на духовний, але і фізичний стан людини. Синтез музики і фізичних вправ, дозволяє створювати не тільки єдиний оздоровчий простір, але і сприяє підвищенню ефективності навчальних занять з фізичної культури. В процесі занять ми також активно використовували спеціальні музично-ритмічні і танцювальні рухи. Музика – це емоції, ритм, а ритм – це такий компонент музики, який знаходить найбільше відображення у рухах. Тому музичноритмічна діяльність прибавляє своєю емоційністю і можливістю активно виражати свої почуття. *(Іващенко, Безкопильний, 2005, 420)*

Музичні здібності у людини зазвичай виявляються вже в ранньому віці. Обдаровані діти

цікавляться будь якими об'єктами, що звучать, незнайомими тембрами. Деякі малюки починають скоріше наспівувати ніж говорити, відгукуються на музику емоційними рухами тіла. Розвиток музичних здібностей дошкільника відбувається під час музичних занять, розваг, музично-театралізованих свят, у повсякденному житті — слухання аудіозаписів, самостійне музикування, музичні ігри, ранкова гімнастика під музику тощо. Педагогу важливо створювати атмосферу поваги до кожної особистості, її інтересів, до думки про музику, заохочувати кожну дитину до гри, до співу, танців, підтримувати творчі прояви в музичній діяльності дітей, давати мотиваційну оцінку дитині або групі.

(Кулішко, 2016, 4-5)

Дорослі повинні пам'ятати : їхній власний естетичний смак, творча вигадка, ініціативність, своєчасна підтримка дитячого інтересу до музики та організація сприятливих психологічних умов для відповідних занять є визначальними. Дитяча обдарованість визначається по-різному. Хтось із неабияким захопленням слухає музику та співає, хтось — неначе байдужий до цього. І робити висновок, що ті чи ті діти від природи

—не музикальні, у них немає слуху, ритму й розвивати його безперспективно — не можна. У кожної дитини можна пробудити любов до музики, розвинути подаровані природою музичний слух та голос. Це засвідчує життєва практика й наука. *(Кулішко, 2016, 7)*

Навчання мові рухів з метою формування у дітей музично-ритмічної діяльності в танці може бути ефективним лише на основі застосування високохудожнього музичного матеріалу. Музика здатна активізувати фантазію дитини, спрямувати та спонукати її до творчого використання виразних рухів.

Різні музичні твори викликають у дітей емоційні переживання, породжують певні настрої, під впливом яких рухи набувають відповідного характеру. Наприклад, урочисте звучання святкового маршу радує, бадьорить, що проявляється у підтягнутій поставі, точних, підкреслених діях у руках і ногах. Навпаки, спокійний, плавний характер танцю дає змогу зробити поставу вільнішою, рухи неквапливими, м'якшими, круглішими. Музично-ритмічні рухи змушують дітей переживати образний зміст, який несе у собі музика. А це, в свою чергу, позитивно впливає на якість виконання відповідних музичноритмічних дій. Радіючи музиці, відчуваючи красу своїх рухів, дитина емоційно збагачується, переживає особливе піднесення, життєрадісність. Таким чином, через активізацію музично-ритмічної діяльності школярів в умовах цікавої, захоплюючої діяльності – ритміки – відбувається відповідний музично-ритмічний розвиток дитини. До того ж заняття ритмікою

сприяють формуванню загальної культури особистості дитини, її пізнавальної, вольової та емоційної сфер.

Досягнення успіхів у музично-ритмічному вихованні, безумовно, залежать від загального фізичного розвитку дитини, якому великою мірою сприяє методично доцільна організація занять та їхня систематичність. *(Безвиненко)*

2.1. Вплив музичних творів на емоції дітей

Виховання музикою є найточнішим, найдоцільнішим спрямуванням на розвиток духовного світу кожної дитини і пов'язується з їхнім загальним розвитком та здійснюється у контексті загальної проблеми становлення цілісної особистості.

Використання музики з метою оздоровлення відоме з давніх часів. Музика сприймається не лише слухом, а майже усіма аналізаторами та системами тіла. Вона здійснює вплив на біологічно активні точки й меридіани, досягає кожної клітини усіх органів, впливає на життєдіяльність організму, на перебудову хімічних реакцій, змінює характеристики як фізіологічних, так і психічних станів особистості. Отже, музика – невичерпне джерело формування й розвитку фізичного та психічного здоров'я. Наукою доведено, що музика є ключем до імунної системи, до адаптаційних механізмів організму. Вчені здійснювали фундаментальні нейробіологічні та психолого-педагогічні дослідження впливу музики В. Моцарта на здоров'я людини. Його вони назвали «ефектом Моцарта». Доведено, що музика В. Моцарта сприяє покращенню пам'яті, підвищує інтелектуальний показник, підсилює творчі процеси. Музика цього композитора «ідентична природному репертуарові просторово-часових фігур раннього головного мозку. Тобто саме вона позитивно впливає на функціонування дитячої розумової діяльності та всього організму в цілому».

Емоційний зміст музики, зміни темпу, ритму, сили звучання сприяють також музичному розвитку дітей. Завдяки рухам музика стає зрозумілішою і легше засвоюється. Але слід пам'ятати, що ігри під музику будуть корисними для дітей лише тоді, коли розвиток гри, її характер, дії і рухи учасників відповідатимуть змісту і характеру музики та засобам її виразності. *(Вільчковський, 1986, 10)*

Основними функціями музики, відповідно до класифікації Т. Ротерс, є ритмічна, навчально-пізнавальна, емоційна та фонова. Вони спрямовані на організацію ритміки й синхронності рухів, стимуляцію емоційного підйому, підвищення інтересу до занять, створення позитивного емоційного фону уроку, підвищення працездатності учнів. Як

фізкультурні заняття, так і окремі вправи, які проводяться у цікавій формі та в доброму темпі, підвищують емоційний стан дітей. Інтенсивність дитячих переживань звичайно пов'язана із ступенем фізичного навантаження, але іноді (зокрема у грі), така відповідність не спостерігається. Позитивні емоції підвищують тонус дитячого організму, створюючи тим самим вигідні умови як для сприймання матеріалу, що вивчається, так і для закріплення рухових навичок та вмінь.

Діти відчують радість, коли займаються у колективі ровесників; коли виконують вправи, що вимагають участі великої кількості м'язів; коли рухи проводяться у формі гри або змагання. Заняття і мають відбуватися так, щоб діти діставали задоволення, — м'язову радість. Усе заняття педагог має проводити бадьорим тоном.

Навчаючи дітей, не можна знижувати їхнього радісного настрою, але треба й розважати, тішити їх. Зловживання образами, поясненнями у формі цікавих оповідей надто збуджує дітей, часто відволікає їхню увагу від правильного виконання вправ. Треба домагатися, щоб у дітей був рівний настрій — спокійний, веселий і водночас активний, серйозний. Багато залежить від інтонації та виразу обличчя вихователя.

Треба пам'ятати, що діти дошкільного віку дуже легко збуджуються, тому не можна перевантажувати їх емоціями. Чергуючи вправи, що підвищують емоційний тонус, з тими, які вимагають зосередженої уваги, можна урівноважувати тонус дітей. Музика на занятті викликає позитивні емоції, підвищує інтерес до заняття, допомагає одночасно починати і закінчувати вправи, виконувати їх у певному ритмі та темпі, до того ж, виразно та м'яко. На фізкультурному занятті доцільно супроводити музикою уже вивчені вправи: різні види ходьби та бігу, загальнорозвиткові вправи, танці, деякі рухливі ігри. Вправи у рівновазі, стрибки у глибину, а також у довжину, метання, лазіння та інші рухи, що виконуються в індивідуальному темпі, як правило, не супроводяться музикою. *(Хухлаєва, 1979, 156-157)*

2.2. Музика і рух – два взаємозв'язані поняття

Педагоги-дошкільники покликані з перших днів життя дитини виховувати в ній почуття сприйняття краси. Перші яскраві, радісні картини життя запам'ятовуються назавжди. Досвід переконливо доводить, що дошкільники краще засвоюють знання під час гри.

Види самостійної діяльності дитини у дошкільному навчальному закладі різноманітні, серед яких є і музична. Музично-дидактичні ігри є важливим засобом розвитку музичної діяльності дітей. Вони об'єднують розділи: співи, слухання, рухи під музику, ігри на

музичних інструментах. Такі ігри доступні та цікаві для дітей, вони викликають бажання брати участь у них.

Музичні керівники будують музичні заняття з дошкільниками з урахуванням завдань музично-естетичного виховання дітей відповідно до вимог програми «Я у Світі» і проводять їх відповідно до перспективного планування. При цьому береться до уваги те, що зміст і структура занять, як індивідуальних так і фронтальних, повинні бути варіативними та цікавими, з використанням різноманітних прийомів, що допоможуть дошкільникам сприймати музичний твір та розуміти основи музичної грамоти.

Своєрідне виховання як система запропоноване Ж. Далькросом для виховання і розвитку відчуття ритму, пластичності, музичного слуху, пам'яті. Для ритмічного виховання зазвичай застосовують систему спеціальних вправ, які позитивно впливають на зв'язок музики і рухів. Діяльність людини, як продукт біологічної та соціальної еволюції, спрямована, з одного боку, на адаптацію (фізичних і соціальних) форм існування, а з іншого – на творче осмислення життя і постійний рух вперед, що сприяє психічному, фізичному, соціальному, благополуччю. *(Савитська, 2009, 67)*

Заняття рухами, поряд із вивченням музики, є вагомим засобом музичного виховання. Музика і рух – два взаємозв'язані поняття, вони співвідносяться як звук та його ритмічна пульсація. Протягом багатьох десятиріч педагоги використовували рух, як засіб музичного розвитку *(Гребенюк, 2005, 10)*

Рухи полегшують сприйняття і запам'ятовування музики. Розвиток рухових навичок відбувається одночасно з розвитком мови. Тому основним завданням хореографічної підготовки школярів є формування музично-ритмічних навичок, засвоєння учнями елементарної мови рухів (пантомімічних і танцювальних), ознайомлення з деякими прийомами композиції танцю.

Проте, слід зазначити, що не всі діти однаково володіють тілом, щоб вільно передати музику засобами хореографії. Метою кожного заняття повинна стати робота над гармонійним розвитком тіла. Відповідно до цього необхідно використовувати певні фізичні вправи для формування музично-рухової культури, необхідних рухових навичок, свідомого ставлення до своїх рухів, зацікавленого відношення до музично-ритмічної діяльності. Головним засобом формування музично-ритмічної діяльності стає ознайомлення дітей з мовою рухів, яка є надзвичайно різноманітною. Навчання мові рухів з метою формування у дітей музично-ритмічної діяльності в танці може бути ефективним лише на основі

застосування високохудожнього музичного матеріалу. Музика здатна активізувати фантазію дитини, спрямувати та спонукати її до творчого використання виразних рухів. *(Кукловська, 1983, 10)*

Різні музичні твори викликають у дітей емоційні переживання, породжують певні настрої, під впливом яких рухи набувають відповідного характеру. Наприклад, урочисте звучання святкового маршу радує, бадьорить, що проявляється у підтягнутій поставі, точних, підкреслених діях у руках і ногах. Навпаки, спокійний, плавний характер танцю дає змогу зробити поставу вільнішою, рухи неквапливими, м'якшими, круглішими. Музично-ритмічні рухи змушують дітей переживати образний зміст, який несе у собі музика. А це, в свою чергу, позитивно впливає на якість виконання відповідних музично-ритмічних дій. Радіючи музиці, відчуваючи красу своїх рухів, дитина емоційно збагачується, переживає особливе піднесення, життєрадісність.

Таким чином, через активізацію музично-ритмічної діяльності дітей в умовах цікавої, захоплюючої діяльності – ритміки – відбувається відповідний музично-ритмічний розвиток дитини. До того ж заняття ритмікою сприяють формуванню загальної культури особистості дитини, її пізнавальної, вольової та емоційної сфер.

Досягнення успіхів у музично-ритмічному вихованні, безумовно, залежать від загального фізичного розвитку дитини, якому великою мірою сприяє методично доцільна організація занять та їхня систематичність. *(Безвиненко)*

У той же час можна стверджувати, що музично-ритмічна діяльність підтримує розвиток у дітей музикальності, зокрема основних її компонентів – емоційного відгуку, слуху та почуття ритму. Дитина вчиться сприймати музику, рухатися згідно її характеру, який втілений певними засобами музичної виразності. Емоційний зміст музики: зміни темпу, ритму та сили звучання сприяють образно-музичному розвитку дітей. Завдяки рухам музика стає зрозумілішою і легше засвоюється ними. Але для формування музично-ритмічних навичок необхідно врахувати, що ефективнішими є ті рухи, які відповідають характеру музики та засобам її виразності. Досліджено, що у дітей молодшого шкільного віку підвищується рухова активність завдяки характерній музиці. Вправи з музичним супроводом сприяють формуванню постави, координації та узгодженості рухів. Музика надає рухам особливої виразності, чіткості, ритмічності.

Для того, щоб навчити дітей виконувати вправи правильно та виразно, слід постійно привертати увагу дітей до музики, наголошувати на характері музичного образу і найбільш яскравих засобах музичної виразності, котрі повинні відтворюватися у рухах. Так,

наприклад, можна запропонувати прослухати музичну п'єсу, яка розкриває образ ведмедя: «Послухайте, діти, як ходять клишоногий ведмідь. Музика повільна, звучить у низькому регістрі. Це так іде, перевалюючись, ведмідь і реве низьким голосом» (під цю музику дітям пропонується хода на зовнішній частині ступні). Або: звучить музика весела, швидка, у високому регістрі. «Це горобчики весело стрибають, дзьобають зернятка, швидко перелітають з місця на місце». Такі чіткі пояснення керівником активізують сприйняття музики дітьми, а єдність музики, слова і дій формує навичку рухатися відповідно до характеру музики. Все це робить вправи більш ефективними, що сприяє фізичному розвитку та зміцненню здоров'я молодших школярів. Рухлива гра з музичним супроводом викликає у дітей більший інтерес і проходить значно жвавіше. Які ж вимоги ставляться до музичного супроводу? Підібрана музика повинна відповідати віку дітей, особливості їхнього сприймання, рівню музичної підготовленості, а також анатомо-фізіологічним можливостям рухового апарату.

Для кожного руху в грі важливо знайти відповідний музичний супровід. Наприклад, стрибки на місці або з просуванням уперед потребують легкої, бадьорої музики; плавні рухи руками — наспівної, спокійної. Музика не повинна бути регулятором або фоном при виконанні рухів дітьми, вона покликана перш за все допомогти якісно виконати фізичне завдання та емоційно усвідомити свої рухові дії. *(Вільчковський, 1986, 9)* Таким чином, проблема взаємозв'язку музики й рухів розкривається у музичноритмічному навчанні школярів і не обмежується лише узгодженістю їхнього спільного характеру. Розвиток музичного образу, порівняння контрастних і схожих музичних побудов, ладова забарвленість, особливості ритмічного малюнка, динаміки, темпу — все це може відобразитися і у рухах. Рухи допомагають повніше сприймати музичний твір, який у свою чергу, надає рухові особливої виразності. У цій взаємодії музика відіграє провідну роль, а рухи стають своєрідним засобом вираження художніх образів у музичноритмічному навчанні. *(Кулішко, 2016, 4-5)*

2.3. Музично-дидактичні та музично-ритмічні рухи

Дошкільні роки - це час найбільшого нагромадження музичних вражень, інтенсивного розвитку музичного сприйняття. Дитина ознайомлюється зі світом музики, охоче долучається до музичної діяльності, їй цікаві заняття, пов'язані з музикою, коли вони добре організовані (співи, танці, ігри).

Уміння адекватно відтворювати різноманітні ритми сприяє правильному відтворенню ритмічного малюнка слів, їхньої складової структури, пришвидшує розвиток інших лінгвістичних здібностей, зокрема словотворення. Чуття ритму, або ритмічна здатність, у психічному розвитку дитини є новоутворенням універсального типу. З розвитком цього чуття якісно змінюються складові психіки малюка, необхідні для різних видів діяльності та поведінки загалом. Заглиблення в інтонаційний лад музики дає можливість маленьким слухачам відчувати особливості художнього сприймання світу конкретним народом, його психологічні риси. *(Турчин, 2011, 36)*

Музично-дидактичні ігри повинні бути різноманітними та естетично оформленими. Тільки тоді у дітей виникне бажання співати і слухати музику. Музично-дидактичні ігри можна проводити як на заняттях, так і у повсякденному житті: під час режимних моментів, розваг, прогулянок тощо. Їх основою є звернення до вже набутих дітьми знань із музики — знайомі пісеньки, звукові та рухові асоціації, що виникають під час виконання того або іншого твору.

Головне призначення музично-дидактичних ігор — формувати у дітей музичні здібності, у доступній ігровій формі допомогти їм розібратись у співвідношенні звуків за висотою; розпинати у них почуття ритму, тембровий і динамічний слух; спонукати до самостійних дій із застосуванням знань, які вони отримали на музичних заняттях. Музично-дидактичні ігри збагачують дітей іншими уявленнями, розвивають у них ініціативу, самостійність, здатність до сприйняття, розрізнення основних якостей музичного звука.

Педагогічна цінність музично-дидактичних ігор полягає у тому, що вони відкривають перед дитиною шляхи використання отриманих знань у життєвій практиці. Використання музично-дидактичних ігор дає можливість найбільш змістовно здійснювати музичне виховання. Музично-дидактичні ігри проводяться на заняттях як окремий вид діяльності, тому мають навчальний характер. У доступній ігровій формі у малят розвиваються музичні здібності.

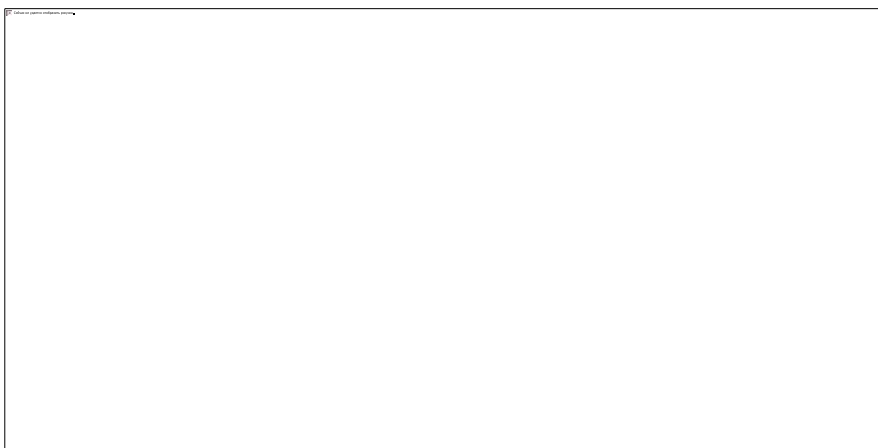
Орієнтовна мета музично-дидактичних ігор:

- розвиток пісенних навичок;
- навчання виразно співати;
- розвиток музичних здібностей (слуху, пам'яті, почуття ритму);
- ознайомлення з музичними інструментами та вокальними творами різного характеру;

- розвиток музично-слухового сприймання у процесі ритмічних рухів;
- розвиток та збагачення рухової реакції дітей, уміння погоджувати рухи з музикою; виховання естетичного смаку, поваги до національної та світової культури.

Ось декілька підібраних музично-дидактичних та музично-ритмічних ігор, які використовують педагоги у своїй діяльності.

МУЗИЧНО-ДИДАКТИЧНІ ІГРИ –СОНЦЕ – ХМАРА”



Мета : формувати вміння ходити й бігати врозсіп, не наштовхуючись, один на одного; привчати діяти по сигналі.

Хід гри:

Діти сидять на стільчиках. Вихователь говорить «Сонечко!». Діти ходять і бігають по залі в різних напрямках. Після сов «Дощик!», вони біжать на свої місця. Гра може проходити з музичним супроводом. Після того як гра добре освоєна, слова можна замінити звуковими сигналами.

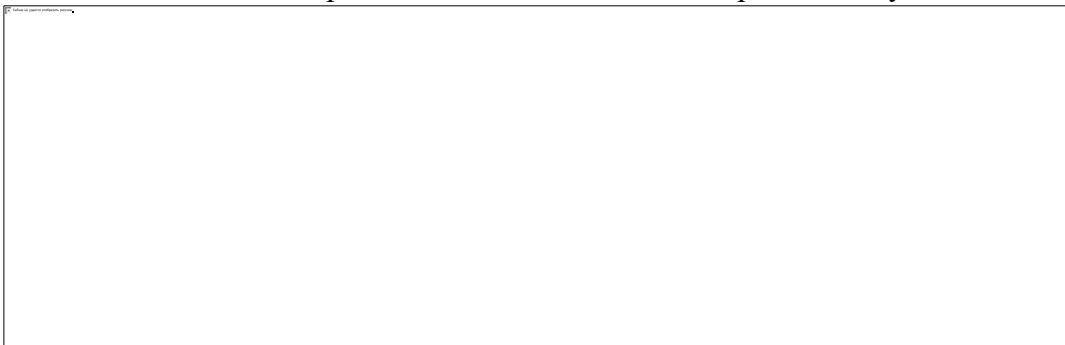
Мажор – це світло, сонце.

Мінор – темрява, хмара.

З однієї сторони причеплена хмара, з другої сонце. Якщо звучить музика мінорного характеру діти стають під хмарку, якщо мажорного – під сонце.

"ЩО МУЗИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТ РОЗПОВІСТЬ ПРО СЕБЕ"

Мета: закріплення знань про музичні інструменти.



Ігровий матеріал: музичні інструменти, озвучені і не озвучені (заховані в коробку), картки із зображенням музичних інструментів.

Хід гри:

Коробка з інструментами стоїть за ширмою. Дитина підходить до ширми, витягує з коробки інструмент, і, не показуючи дітям, починає розповідати про нього. Якщо дитині важко, дорослий ставить йому питання: "Що уміє робити інструмент?", "Як витягуються звуки?", "На що схожий звук інструменту". Діти можуть ставити розповідачу питання. Гра повторюється до тих пір, поки діти не втомляться, або поки всі не побувають в ролі розповідача. Гру можна урізноманітнити тим, що в кінці дорослий читає цікаві історії і казки про музичні інструменти.

Музично-дидактична гра допомогла урізноманітнити і удосконалити знання дітей про музичні інструменти, що надалі дозволило проводити з ними індивідуальну роботу, метою якої було навчання дітей гри на простих дитячих музичних інструментах.

ГРА «ГОЛОСНО-ТИХО ЗАСПІВАЄМО»

Матеріал: будь-яка іграшка

ХІД ГРИ

Діти обирають того, хто водить. Він залишає кімнату. Усі домовляються, куди заховати іграшку. Той, хто водить, повинен знайти її, керуючись гучністю звучання пісні, яку

співають усі діти: звучання посилюється у міру приближення до місця, де знаходиться іграшка, або слабшає у міру віддалення від неї. Якщо дитина успішно впоралася із завданням, то під час повторення гри вона має право заховати іграшку.

"ПРИНЦ І ПРИНЦЕСА"

Мета: вдосконалення динамічного сприйняття і відчуття ритму.

Хід гри

Діти розсаджуються на килимку обличчям до центру кола, руки прибирають за спину. Вибирається принц, який закриває очі, і в цей час в долоньки одній з дівчаток кладуть красивий бантик. Вона принцеса. Принц повинен дізнатися принцесу по гучній музиці. Звучить «Вальс» Е. Доги, принц поволі йде під музику по колу поряд з дітьми дорослий регулює динаміку: від тихого звучання до гучного. Чувши голосну звучну музику, принц вказує на принцесу. Дівчинка розкриває долоньки, показує бантик.

Гра проводилася кілька разів і «ритмічні танці», придумані дітьми були дуже різноманітні.
(Іваницька)

Музично-ритмічні рухи – це форма виконавчої діяльності, до якої входять вправи, ігри, таночки.

Парні таночки: будуються на основних рухах (крок, біг, підстрибування, ритмічні оплески, стрибки) елементи бальних танців (боковий галоп, крок, полька), іноді з використанням елементів народних таночків (напівприсядки, колупалочка). Вони можуть багато чого навчити дітей: розвинути увагу, орієнтуватися у просторі, почуття ритму, координації рухів, а також до рухів партнера.

Таночки зі співами і хороводами: дуже корисні для дітей з вадами мови. Вони допомагають їм координувати співи та рухи. Вони також можуть використовувати не тільки на музичних заняттях, а й в самостійній музичній діяльності. При добірці таких таночків треба враховувати навички дітей у співах та рухах, щоб, як кінцевий результат, вони могли рухатися під свої співи, що дає вражаючий корекційний ефект.

Гра, яка має відношення до музично-ритмічних рухів є основним видом діяльності дітей з вадами мови. Музичні ігри мають велике значення у музичному розвитку дітей з їх допомогою у цікавій та невимушеній формі можна з успіхом вирішувати корекційні задачі.

Сюжетні інструментальні ігри відрізняються яскравим музично-ігровим змістом.

Несюжетні інструментальні ігри, включають елементи змагань, з їх допомогою вирішуються рухові задачі – ритмічні та творчі

Ігри зі співами, формування цікавості до музики і співів, розвиток музичного слуху, пам'яті, відчуття ритму, чистоти інтонування; нормалізація психічних процесів і властивостей, тренування рухового апарату.

Музично-ритмічні рухи сприяють всебічному розвитку дитини. Святкові—шикування, національні танці, інсценівки, хороводні ігри із співом формують моральні якості дошкільників. Беручи активну участь в іграх, вправах, танцях, підготовці до свят, дошкільники набувають найрізноманітніших знань про життя, що їх оточує, розвивають творчу уяву та мислення, спостережливість, здатність орієнтуватися в просторі й часі. Ігри й танці привчають дітей до колективних дій, сприяють вихованню почуття колективізму, дружби, товариськості, взаємної поваги. На заняттях у дітей формується характер, воля, наполегливість, вміння мобілізувати свої сили, зосередити увагу, проявити спритність, кмітливість, розумову активність. Рухи під музику зміцнюють дитячий організм.

(Кукловська, 1983, 25)

Головне завдання педагога — створити емоціональній настрій у дітей під час заняття. Від цього залежить також вплив музичного керівника, який має підібрати: художнє виконання музики, виражений показ рухів, вміння відчувати емоціональній стан музики і передавати його через рухи; прагнення до розвитку у дітей мимовільних емоційно-рухових реакцій на музику різного характеру, активного творчого пошуку в передачі музичних образів. *(Бекина, 1984, 8)*

Всі види музичної діяльності, рекомендуються для дитячих дошкільних закладів і дошкільних груп, вони розвивають музикальність дітей. Сучасна педагогіка відмічає важливість використання різних форм і видів музичної діяльності для всебічного розвитку і виховання дітей і для формування у нього різних психічних . При цьому вказують на взаємозв'язок між слуханням і іграю на музичних інструментах, між слуханням і виконанням ритмічних рухів. Швидкість розвитку музикальності залежить від впливу та використання музичних прийомів вже у ранньому віці. Дошкільним музичним вихованням має бути охоплена кожна дитина, без винятків. *(Альсіра Легаспи де Арісменди, 1989, 40)*

К.Д. Ушинський обґрунтував фізіологічний закон розвитку дитячого організму: "змінюючи діяльність дитини, ви встигнете примусити її зробити значно більше і без утоми, ніж надаючи її діяльності одного й того ж напрямку". Він зазначав: "Примусьте дитину йти – вона стомиться дуже швидко, стрибати – також, стояти – також, сидіти – вона також стомиться, але вона змішує всі ці діяльності різних органів і пустує цілий день, не стомлюючись". *(Бекина, 1984, 70)*

РОЗДІЛ ІІІ

ДІАГНОСТКА ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МУЗИЧНОГО СУПРОВОДУ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОВЕДЕННЯ ФІЗИЧНИХ ЗАНЯТЬ

У Берегівському ДНЗ №16, який знаходиться по вулиці Мужайській, 114, було проведено визначення ефективності використання музичного супроводу під час фізкультурних занять.

У дошкільному закладі відкрито 7 груп, 2 — ясельні, 1- молодша, 2— середні, 1 — різновікова, угорська група та 1 — старша група. Загалом кількість дітей — 180.

У дитячому садку працюють: 19 педагогічних працівників (7 вихователів, 7 помічників вихователя, 2 музкерівники, психолог, методист).

Дослідження я проводила з двома середніми групами. У першій групі, яка називається —Дзвіночки», я проводила протягом одного місяця два рази на тиждень фізичні вправи із супроводом музики, використовуючи також музично-ритмічні рухи, одне фізкультурне заняття. Співпрацювала з музичним керівником Тетяною Михайлівною у підборі музичного репертуару, а також проведенні фізкультурних занять. З дітками другої середньої групи, яка називається —Сонечко» також провела протягом місяця фізкультурне заняття на повітрі, але без музичного супроводу, і проводила рухливі ігри.

Музика використовувалася під час фізкультурних занять: у підготовчій частині, на етапі відпрацьовування окремих загальнорозвиваючих вправ і в заключній частині. Ці періоди характеризувалися виконанням простих або досить заучених вправ. Музичний супровід відповідно ділився на музику для підготовчої частини, музику для використання рухливих ігор та заспокійливу музику, яка використовувалась в заключній частині заняття. Тривалість музичних програм була від 10 до 15 хвилин. Я використовувала під час дослідження також музичні треки, зокрема треки з мультфільму —Маша і ведмідь». Для діагностики з літературних джерел підбрала конспекти занять з музичним супроводом і без нього.

У відповідності з об'єктом (процес фізичного виховання дітей із супроводом музики) та предметом (вплив музики на ефективність проведення фізкультурних занять) та метою (виявити значущість впливу музичного супроводу), були визначені наступні дослідницькі завдання:

- виявити цікавість до слухання музики, відтворення рухів під час музичного супроводу;
- визначити вплив музики на емоційний стан дитини, його реакції;
- виявити здатність дитини довільно змінювати темп та характер рухів відповідно до змін у звучанні музики;
- визначити розвиток фізичного розвитку за допомогою естафети між двома групами;
- виявити ефективність використання музичного супроводу під час проведення фізкультурних занять;
- визначити вплив музичного супроводу на спостережливість, активність та дисципліну під час і заняття.

Робота з дітками у середній групі —Дзвіночок‖ показала, що під час проведення занять з фізичної культури з супроводом музики, у дітей підвищується інтерес до виконання вправ, музика піднімає настрій дітей, вимагає їх рухатися енергійніше, красиво, відповідно до характеру і форми музичного твору. Завдяки музичному супроводі діти були більш організованіші під час заняття, уважно слухали завдання вихователя і намагалися точно відтворювати рухи. Атмосфера під час заняття весела, деякі діти охоче вигадували рухи, намагались емоційно відтворити певний образ, застосовували різноманітні відомі їм рухи. Діти охоче повторювали за мною темп, рухи, емоційно реагували на музику, підібрані треки з мультфільму —Маша і ведмідь‖ підняли ще більший вплив на психоемоційний стан, тому ще це були знайомі їм мелодії. Під час проведення фізичних вправ під музику, діти краще засвоювали рухи, розвивався ритм та любов до музики і виконання фізичних вправ. В процесі заняття виявлено, що більшість дітей із задоволенням виконують фізичні вправи під музичний супровід. Проведення фізкультурного заняття з дітками в групі —Сонечко‖, показало теж не погані результати. Завдяки використанню певних реквізитів (масок жабок) та певного інвентарю діти із задоволенням виконували завдання, але емоційно вони були менш збуджені. Вже під кінець основної частини заняття вони втрачали інтерес, швидко стомлювались. Деякі дітки не виконували фізичні вправи, не звертали увагу на вказівки вихователя. Під час проведення рухливої гри їх активність підвищилась.

Ще на початку проведення занять з музичним супроводом осінню я провела естафету між двома групами для виявлення швидкості та хорошу координацію рухів на початку

дослідження; через місяць я зробила повторну естафету між групами для порівняння результатів і виявлення впливу музики на фізичний розвиток дітей. У естафеті брали участь з групи по 15 діток в одній команді і 15 в іншій. Головні завдання естафети:

- пройти по гімнастичній лаві;
- стрибати з обруча в обруч на двох ногах;
- пролізти через дугу і повернутися до своєї групи.

Ось так виглядало обладнання, яке я використала для естафети:

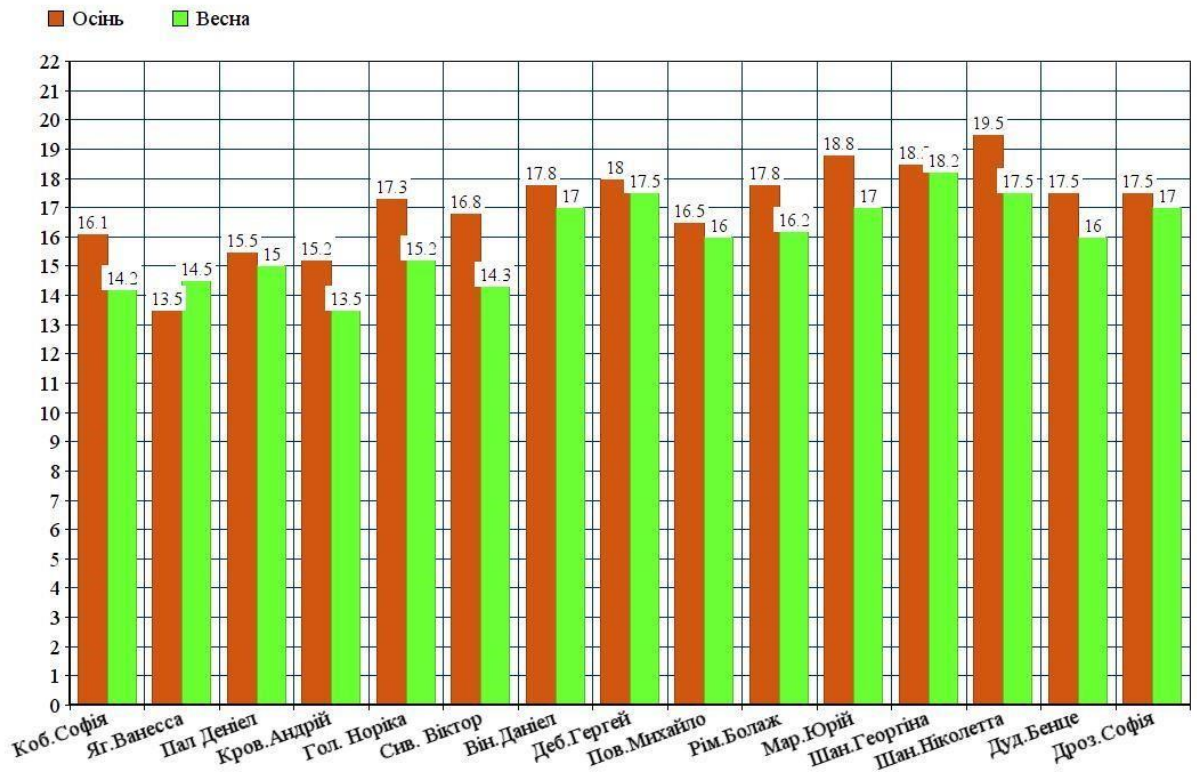


Після проведеної естафети в групі —Дзвіночок!, з якою я виконувала вправи під музичний супровід отримані такі результати:

№ п/п	Прізвище, ім'я дитини	Стать	Комбінована естафета (сек)		Різниця
			Осінь	Весна	
1	К.Софія	дівч.	16,1	14,2	1,9
2	Я.Ванесса	дівч.	13,5	14,5	-1
3	П. Деніел	хл.	15,5	15	0,5
4	К. Андрюша	хл.	15,2	13,5	1,7
5	Г. Норіка	дівч.	17,3	15,2	2,1
6	С. Віктор	хл.	16,8	14,3	2,5
7	В.Даніел	хл.	17,8	17	0,8
8	Д.Гергей	хл.	18	17,5	0,5
9	П.Михайло	хл.	16,5	16	0,5
10	Р.Болаж	хл.	17,8	16,2	1,6
11	М.Юрій	хл.	18,8	17	1,8
12	Ш.Георгіна	дівч.	18,5	18,2	0,3
13	Ш.Ніколетта	дівч.	19,5	17,5	2
14	Д.Бенце	хл.	17,5	16	1,5

15	Д.Софія	дівч.	17,5	17	0,5
----	---------	-------	------	----	-----

Результати комбінованої естафети (сек)



Весною результати дітей у групі —Дзвіночок по виконанню естафети покращились.

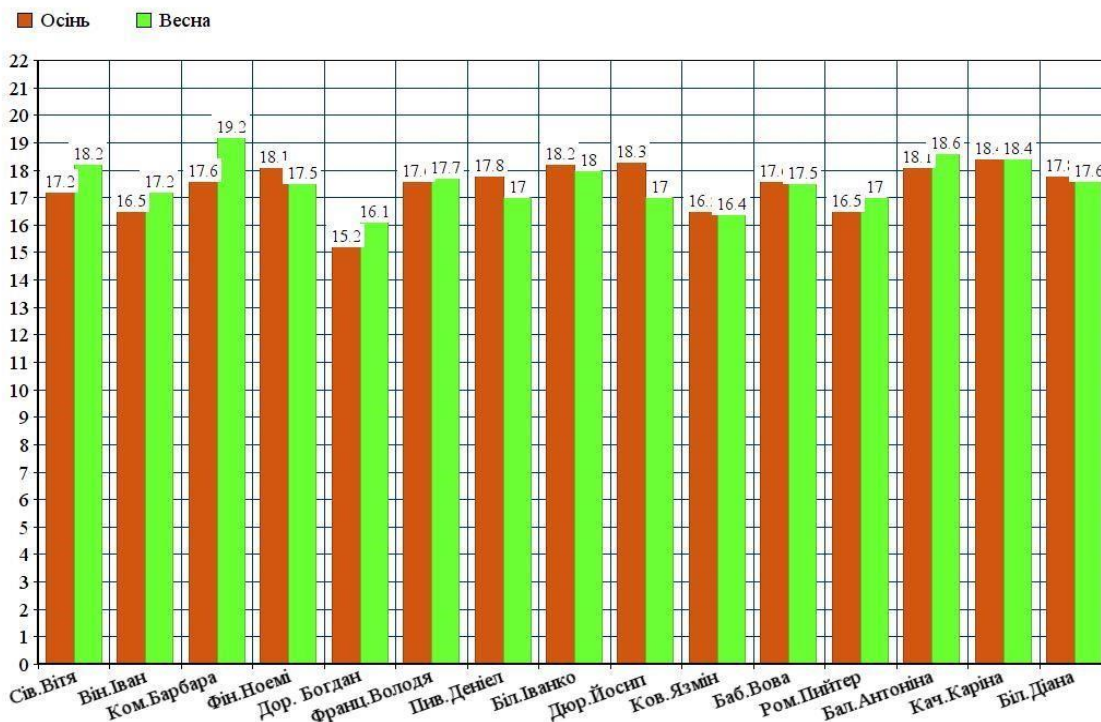


Проведення естафети в групі —Сонечко!, де я проводила вправи без музичного супроводу, отримані такі результати :

№ п/п	Прізвище, ім'я дитини	Стать	Комбінована естафета (сек)		Різниця
			Осінь	Весна	
1	С.Вітя	хл.	17,2	18,2	-1
2	В.Іван	хл.	16,5	17,2	-0,7
3	К.Барбара	дівч.	17,6	19,2	-1,6
4	Ф.Ноемі	дівч.	18,1	17,5	0,6
5	Д. Богдан	хл.	15,2	16,1	-0,9
6	Ф.Володя	хл.	17,6	17,7	-0,1
7	П.Деніел	хл.	18,2	18	0,2
8	Б.Іванко	хл.	19,2	19,1	0,1
9	Д.Йосип	хл.	18,3	17	1,3
10	К.Язмін	дівч.	16,5	16,4	0,1
11	Б.Вова	хл.	17,6	17,5	0,1
12	Р.Пийтер	хл.	16,5	17	-0,5
13	Б.Антоніна	дівч.	18,1	17,6	0,5
14	К.Каріна	дівч.	18,4	18,4	0

15	Б.Діана	дівч.	17,8	17,6	0,2
----	---------	-------	------	------	-----

Результати комбінованої естафети (сек)



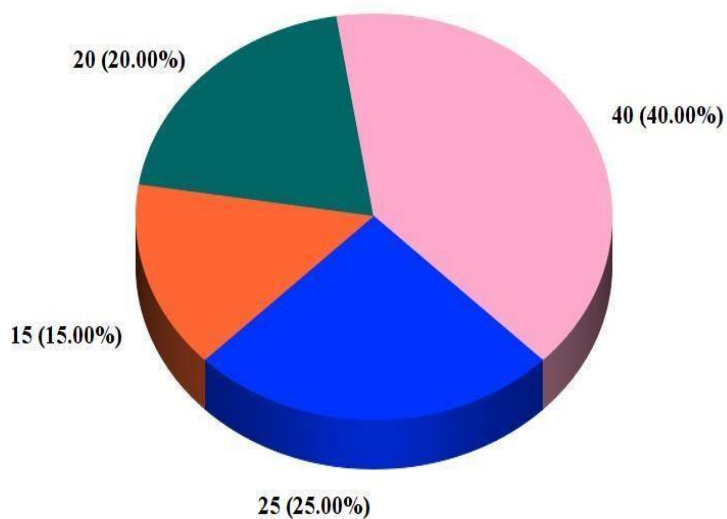
Також я провела дослідження методом спостереження у двох фізкультурних заняттях у групі —Дзвіночок| з музичним супроводом, у групі —Сонечко| без музичного супроводу на подвір'ї (див. Додаток №1, №2)

Завдяки методу спостереження, я намагалась визначити рівень емоційного стану, спостережливості, активності та дисципліни (дотримання правил гри), перед використанням музики на фізкультурних заняттях, а також визначення цих рівнів без використання музичного супроводу.

Таким чином я дістала такі результати в групі —Дзвіночок|. Без використання музичного супроводу : активність дітей була 40%; спостережливість 25%, емоційність 15%, дисциплінованість під час проведення гри була 20%. Діти активно брали участь у занятті, але швидко втомлювались. Після проведення занять з музичним супроводом активність збільшилась на 5%, та емоційність збільшилась на 10%, але знизвся рівень спостережливості на 5%(вигадували під музику власні рухи), та знизився рівень дисциплінованості під час гри на 10% (збудженість була занадто висока).

Стан групи "Дзвіночок" без музичного супроводу

Емоційність Дисциплінованість Активність Спостережливість



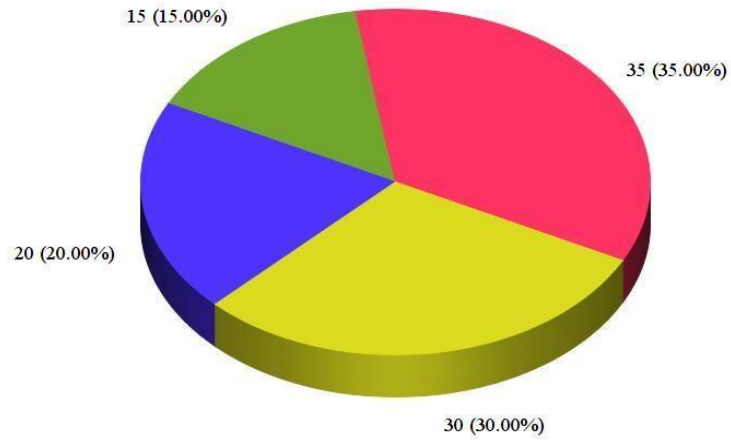
Стан групи "Дзвіночок" з музичним супроводом

Емоційність Дисциплінованість Активність Спостережливість



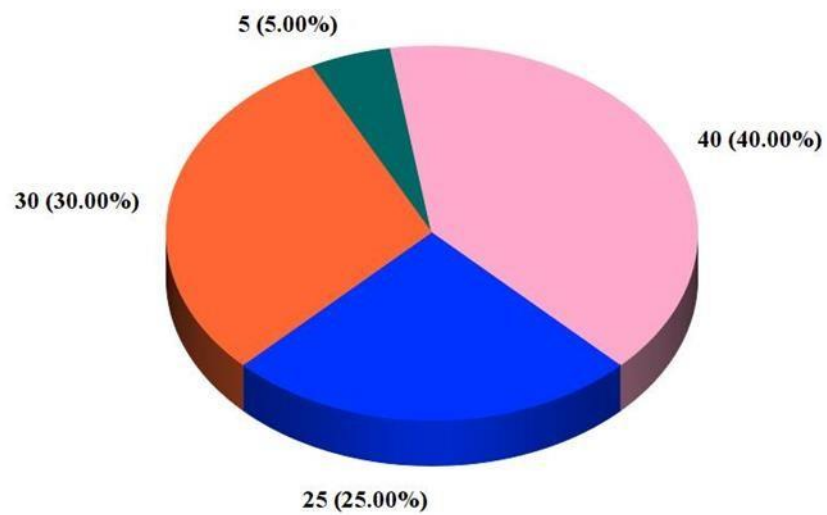
Стан групи "Сонечко" на початку дослідження

■ Спостережливість ■ Дисципліна ■ Активність ■ Емоційність



Стан групи "Сонечко" без музичного супроводу

■ Емоційність ■ Дисциплінованість ■ Активність ■ Спостережливість



Порівнявши результати групи —Сонечко, де не використовувався музичний супровід можемо спостерігати, що зміни не відбулись ні в підвищенні рівні емоційного стану дітей ні в дисциплінованості, тільки не великі зміни є у підвищенні активності на 5% та спостережливості на 5%, це являється нижчим показником чим у групі —Дзвіночок. Таким чином у процесі діагностування і дослідження ефективності впливу музичного супроводу на проведення фізкультурних занять завдання були виконані, при використанні музичного супроводу на заняттях з фізичної культури, у дітей краще розвиваються фізичні якості, зокрема швидкість, розширюється пізнавальна сфера дітей, краще розвивається координація рухів, підвищується емоційний стан дітей.

Систематичне застосування музики на заняттях фізичної культури, а також під час проведення рухливих ігор (особливо сюжетного характеру), сприяє піднесенню емоційного стану, більш якісному виконанню дітьми фізичних вправ, допомагає підвищити їх рухову активність, позитивно впливає на розвиток почуття красивого і естетичного, сприяє інтеграції різноманітних рухів і музики.

Висновок

У процесі написання даної бакалаврської роботи —Вплив музичного супроводу на ефективність занять фізичної культури дітей дошкільного віку» поставлені перед собою завдання були виконані, я освоїла основні вимоги і завдання теорії та методики фізичного виховання; розглянула структуру фізкультурних занять; визначила сутність музики та її вплив на фізичний розвиток дітей за допомогою естафет, та проведення вправ, проаналізувала ефективність впливу музики під час проведення занять з фізичної культури. В ході вивчення теоретичного і практичного аналізу даної бакалаврської роботи, було встановлено, що впровадження музичного супроводу під час фізичних занять є ефективним і дієвим способом для підвищення інтересу дітей до виконання фізичних вправ, для їхнього емоційного, естетичного та музичного розвитку. Проводячи заняття з дітьми я отримала досвід у проведенні фізичних занять використовуючи музичний супровід, виявляється, що у дітей підвищується рухова активність, музика надає рухам особливої виразності, чіткості, ритмічності. Радіючи музиці, відчуваючи красу своїх рухів, діти емоційно збагачувались, переживали особливе піднесення, були більш життєрадісними.

У I-му розділі —Предмет теорії та методики фізичного виховання дітей дошкільного віку», я розкрила значення та сутність фізичного виховання. Проаналізувала значимість правильного розвитку рухових якостей дитини, переглянула певні фізичні вправи та їх використання під час фізкультурних занять. Для педагога у своїй роботі не менш важливим є правильна побудова фізкультурного заняття. Проаналізувала структуру фізичного заняття та певні методи організації дітей на занятті. Вихователеві важливо створити цікаву для дітей атмосферу для того щоб діткам було весело і вони із великим захопленням виконували вказані ним завдання.

У II-му розділі — Роль музики у всебічному розвитку дитини», значна роль приділялась впливу музичних творів на емоційний стан дітей, а також проаналізувала використання музичного супроводу на заняттях по фізкультурі та під час проведення рухливих ігор. Представлено декілька музично-дидактичних ігор для розвитку музичного слуху дітей. Вплив музично-ритмічних вправ на розвиток дитини. З метою здійснення цікавого, різнобарвного фізичного заняття, ефективно використовувати музичні мотиви, рухливі ігри з використанням музичних прийомів.

У III-му розділі, який має назву —Діагностика дослідження впливу музичного супроводу на ефективність проведення фізичних занять» я провела заняття у середніх групах, та

естафету, з метою порівняння та дослідження ефективності використання музичного супроводу під час занять з фізкультури. У підготовці занять я співпрацювала з музичним керівником ДНЗ №16 Тетяною Михайлівною, для підбору музичного репертуару. Завдяки сучасним технологіям у дослідженні я використовувала також треки з мультфільму —Маша і ведмідь». Педагогам доцільно використовувати музичний супровід під час фізкультурних занять, тому що це допомагає досягнути хороших результатів поставленої меті.

Під час занять у дітей підвищується емоційна збудженість, вони із великою цікавістю чекають на вказівки вихователя і намагаються відтворювати задані їм рухи та фізичні вправи поєднуючи їх з музичним ритмом. Таким чином дитина краще засвоює рухи, розвиває свою ритмічність, музикальність. Під час заняття з музичним супроводом дітки більш спостережливі, уважні, дотримуються вказівок вихователя. Дітки під час фізкультурного заняття без музичного супроводу були менш активними під час заняття, їхній емоційний рівень був менший, швидко стомлювались. Під час естафети в діток групи —Дзвіночок», які виконували вправи під музичний супровід виявились кращі результати, ніж у групі —Сонечко», де результати були низькими.

Отже, діагностика підтвердила гіпотезу, про те, що впровадження музичного супроводу під час фізкультурних занять впливає на покращення у дітей розвитку фізичних якостей, розширюється пізнавальна сфера, краще розвивається координація рухів, підвищується емоційний стан та рухова активність, а також інтерес до виконання фізичних вправ.

Összefoglalás

A szakdolgozatom írása folyamán, melynek a témája: „Az óvodai sportfoglalkozások hatékonyságának növelése zenei kíséret segítségével a fő feladatok teljesültek és a hipotézisem is beigazolódott. A fő feladatok meg lettek valósítva, azaz: tanulmányoztam az óvodai testnevelés elméletét és módszertanát, figyelembe vettem a testnevelési órák szerkezetét, a zene hatását a gyermek fizikai fejlődésére; elemeztem a zenei kíséret hatékonyságát a testnevelési foglalkozások alatt. A vizsgálat során arra a következtetésre jutottam, hogy a zenei kíséret bevezetése a testnevelési órák levezetésében nagyon hatékony és eredményes módszer, mely növeli nemcsak a gyermek fizikai aktivitását, hanem az érzelmi, esztétikai és zenei érzékének fejlődését is.

A gyerekekkel való munka közben tapasztalatokat szereztem a tornafoglalkozások levezetésének módjairól. A foglalkozásokon a zenei kíséret használatának köszönhetően megnő a gyermekek mozgásaktivitása. A zene egy sajátos kifejezést, pontosságot, ritmusot kölcsönöz a mozdulatoknak. Örülve a zenének, érezve a saját mozdulatainak szépségét, a gyermek emocionálisan gazdagszik.

Az első fejezetben, amelynek címe: „Az óvodai testnevelés elmélete és módszertanál, tanulmányoztam a testnevelés lényegét, elemeztem a gyermek motoros készségeinek megfelelő fejlődését és megvizsgáltam néhány gyakorlatot, amit fel lehet használni a testnevelés órák keretében. A pedagógus számára nagyon fontos megfelelően felépíteni a testnevelési foglalkozásokat. Az óvónőnek fontos olyan hangulatot teremteni, hogy a gyerekek jól érezzék magukat, és nagy lelkesedéssel végezzék el a gyakorlatokat.

A második fejezetben: „A zene szerepe a gyermek fejlődésében, jelentős szerepet kapott a zene hatásának vizsgálata a gyerekek érzelmi állapotára. Ebben a részben bemutattam néhány zenei-ritmikus és didaktikus játékokat és a játékok hatását a gyerekek fejlődésére. Arra a következtetésre jutottam, hogy a zenei motívumok felhasználása a játékokban és a foglalkozásokon növeli a gyerekek érdeklődését a testnevelési foglalkozások iránt.

A harmadik fejezetben „A zenei kíséret hatékonysági vizsgálata a testnevelési foglalkozások alatt részben leírtam tapasztalataimat, két csoportban tartottam foglalkozást és testnevelési gyakorlatokat vezettem le az egyik csoportban zenei kísérettel, a másikban zenei kíséret nélkül. A foglalkozásra való felkészülésben az óvoda zene tanárával dolgoztam együtt a zenei anyag felhasználásának céljából. A modern technikának köszönhetően a kutatásom alatt a —Маша и ведмидь című mese hanganyagát vettem alapul.

A kutatásom alatt arra a következtetésre jutottam, hogy a testnevelési foglalkozások zenei kísérettel során a gyerek érzelmi szintje növekszik, nagy érdeklődéssel várják a pedagógus mozgásának bemutatását, ezt próbálják minél jobban átvenni és összekapcsolni a zenei ritmussal. Így a gyermek jobban megtanulja a gyakorlatok mozgását, fejleszti a ritmus- és zenei érzékét. A zenei kísérettel a foglalkozás során a gyerekek figyelmesebbek, óvatosabbak, követik a pedagógus utasítását. Gyerekek kevésbé voltak aktívak a testnevelési foglalkozás során zenei kíséret nélkül, hamarabb fáradtak el, kevésbé voltak figyelmesebbek. Jobb eredményeket szerzett az a csoport, melyik zenei kíséretben részesült, a csoport melyik nem részesült zenei kíséretben, alacsony eredményeket mutatott.

Így a kutatás alatt szervezett tapasztalat megerősítette azt a feltevést, hogy a zenei kíséretet bevezetése a testnevelés órák keretében jó hatással van a gyermekek fejlődésére, jobb a gyerek fizikai mozgása, bővülnek a kognitív képességei, jobban fejlődik a koordinációs képessége, fokozódik az érzelmi állapota, a fizikai aktivitása és az érdeklődése a gyakorlatok és mozgás iránt.

Використана література:

1. Андрусич Н. Науково-методичний журнал —Дошкільне виховання № 6, —Світич, 2012, стаття —Панасюк Тамари —Організація фізкультурнооздоровчої роботи в -ДНЗ ст. 4;
2. Андрусич Н. Науково-методичний журнал —Дошкільне виховання №8, —Світич, 2010. Стаття —Запобігти, виявити, допомогти Юлія Рібцун, ст. 1819;
3. Альсира Легаспи де Арисменди —Дошкольное музыкальное воспитание», Москва , «Прогресс», 1989, ст. 40;
4. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. —Музыка движения», Москва —Просвещение, 1984, ст. 8, 70;
5. Вільчковський Е.С. —Методика фізичного виховання в дитячому садку, Київ —Радянська школа 1979 ст. 45, 118-119;
6. Вільчковський Е. —Рух і музика, Київ —Музична Україна 1986, ст. 9-10;
7. Вільчковський Е.С., Курок О.І. —Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку, навчальний посібник, Суми —Університетська книга 2011,ст. 10, 133;
8. Гребенюк М. Використання музики в заключній частині уроку фізкультури „Здоров'я та фізична культура 2005, № 10. – ст. 5-6, 10;
9. Іващенко В.П., Безкопильний О.П. —Теорія і методика фізичного виховання, підручник, Черкаси, Видавництво — 2005, 420.;
10. Комісарик М., Чуйко Г. —Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку підручник.- Чернівці : Книги — XXI, 2013, ст. 58, 174;
11. Комінарець Т.В., Кузьменка В. В —Педагогіка К.Д.Ушинського: історія та сьогодення: матеріали обласної науково-практичної конференції, Херсон: КВНЗ, «Херсонська академія неперервної освіти», 2014. – 260с.;

12. Кулішко Т. Щомісячний спеціалізований журнал —Музичний керівник №2|лютий, Київ —МЦФЕР-Україна|, 2016. стаття —Умови для розвитку музичних здібностей дошкільника| Інна Кондратець, ст. 4-5;
13. Кулішко Т. Щомісячний спеціалізований журнал —Музичний керівник №3|березень, Київ —МЦФЕР-Україна|, 2016. стаття Тетяни Вовк —Секрети успіху музичної діяльності| ст. 4-5;
14. Кулішко Т. Щомісячний спеціалізований журнал —Музичний керівник №2|лютий, Київ —МЦФЕР-Україна|, 2016. стаття —Творчі здібності дитини| Литвин Інна, ст. 7;
15. Кукловська В. —Музично-римічні рухи в дитячому садку|, Київ —музична Україна| 1983, ст. 10;
16. Нечепоренко Л.С. Сучасна педагогіка: навчальний посібник / Нечепоренко Л.С., Пономарьова Г.Ф., Подоляк Я.В. – Харків, 2007 – 216 с.;
17. Печерська Е.П. Уроки музики у початкових класах: навчальний посібник / Е.П.Печерська. – К.: Либідь, 2001. – 272 с.;
18. Поніманська Т. І. —Дошкільна педагогіка|, Київ —Академвидав| 2006, ст. 40, 161, 178-179;
19. Савитська М.О. —Музика і ритм|, Житомир: Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2009. – 67 с.;
20. Стельмахович М.Г. —Народна педагогіка|, Київ —Радянська школа|, 1985, ст.211;
21. Турчин Т. „Методичні особливості викладання української музики|, Рідна школа, 2011, ст.36;
22. Фіцула М.М. —Педагогіка|, посібник, Київ, Видавничий центр —Академія|, 2002, ст. 297;
23. Хухлаєва Д.В. —Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку|, Київ —Вища школа|, 1979 ст. 15, 50, 146, 150, 156 -157;

24. <http://oldconf.neasmo.org.ua/node/1759> Галина Безвиненко (Київ, Україна),
—Деякі питання взаємозв'язку музики і рухів у музично- ритмічному
навчанні;
25. (<http://verluz.lvivedu.com/uk/site/music-instructor.html>) Іваницька
Галина
Євгенівна —Музика -це завжди свято!;