

**КОМПЛЕКСНИЙ РОЗВИТОК МОТОРИКИ  
І ПІЗНАВАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ  
СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**



*Пивовар Андрій*

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний  
університет імені Григорія Сковороди»

**Аннотація**

Целью статьи является определение организационно-методических основ комплексного развития моторики и познавательных способностей детей старшего дошкольного возраста.

Наличие взаимосвязи между компонентами физической подготовленности, функциональных возможностей, физического развития и познавательных способностей обусловило целесообразность использования сопряженного метода развития познавательных способностей в процессе занятий физическими упражнениями.

Согласно динамики развития физических и познавательных способностей с позиции «сенситивных периодов» определена направленность педагогических воздействий. Выполнение упражнений избирательной направленности развития физических способностей сочеталось с заданиями для развития восприятия, мышления, памяти, внимания, воображения.

Предложенные модели проведения занятий физическими упражнениями включали доступные детям виды физических упражнений, в частности, основ-

ные движения в сочетании с задачами, направленными на развитие познавательных способностей с использованием спортивно-игрового метода.

**Ключевые слова:** физические способности, познавательные способности, основные движения, модели сопряженного развития.

**Annotation**

The aim of the article is to determine the organizational and methodological principles of integrated development of movement and cognitive abilities of senior preschool age children. The presence of interconnection and interaction between the components of physical fitness, functional capabilities, physical development, and cognitive abilities led to the expediency of using a combined method of developing cognitive abilities in the process of physical exercises.

According to the dynamics of physical and cognitive abilities development from the position of “sensitive periods” the direction of pedagogical influences was determined. The exercise of the selective orientation of physical abilities development was combined with tasks for the development of perception,

thinking, memory, attention, imagination.

The proposed models of physical exercise conduction include the accessible for children types of physical exercises, in particular, the main movements in conjunction with the tasks aimed at the development of cognitive abilities using the sports game method.

**Key words:** physical abilities, cognitive abilities, main movements, models of integrated development.



**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Відомо, що дошкільний вік – це період, коли відбуваються найбільш інтенсивні процеси зростання і розвитку організму, формування особистості дитини. Саме в цьому віці закладаються основи майбутнього стану здоров'я, фізичної підготовленості, розумової діяльності людини.

Період від народження до 6 років є і найважливішим етапом в розвитку пізнавальних здібностей людини. В умовах організованого дошкільного навчання і фізичного виховання у дітей активно розвиваються увага, сприйняття, пам'ять, мислення, мова, уява, завдяки чому підвищується рівень їх пізнавальної діяльності.

Дані чисельних досліджень [1, 5, 7] та ін. свідчать, що для стимулювання пізнавальної активності дітей необхідно спеціально навчити їх раціональному застосуванню розумових дій. Але для того, щоб мислення дитини не набуло беззмислового, схоластичного характеру, в період передшкільного віку важливим є накопичення сенсорного досвіду, конкретного матеріалу для активної пізнавальної діяльності, тобто створення певних умов, які можуть бути забезпечені в процесі фізичного виховання.

Психологи, педагоги і фізіологи дійшли висновку, що індивідуальні здібності (мислення, сприйняття, уявлення) не варто розглядати ізольовано, без контексту рухового розвитку дитини [8, 11] та ін..

Дослідники В.С. Вільчковський (1989), О.Д. Дубогай (2001) відзначають, що одним із кризових явищ традиційних і авторських систем освіти є розрив між фізичним вихованням і всіма іншими напрямками виховання дітей дошкільного віку, відсутність реальних механізмів, які обумовлюють взаємозв'язок пізнавальної та рухової діяльності у процесі навчання. Суть такої

взаємодії, як відмічає Л.В. Волков (1990), полягає у формуванні системи навчання, яка передбачає інтегрований освітній, оздоровчий, загальний виховний ефект, що і є запорукою оптимального розумового і фізичного розвитку дитини, що в теперішній час є найбільш актуальним.

В останні роки проблеми підвищення ефективності дошкільного фізичного виховання були предметом дисертаційних досліджень О.Г. Лахно [9], Н.С. Маляр [10], Н.С. Пангелової [11], В.М. Пасічник [12], А.В. Полякової [14], Ю.А. Старченко [15].

Однак, у зв'язку з ускладненням суспільного життя, надмірною інформатизацією навчально-виховних програм (навіть у дошкільному закладі), що збільшує статичний компонент, – проблема комплексного розвитку моторики дитини, її пізнавальних і когнітивних процесів залишається актуальною.

Тому проблема науково-обґрунтованих підходів щодо сполученого розвитку моторики і пізнавальних здібностей дітей старшого дошкільного віку у процесі фізичного виховання в дошкільних закладах освіти потребує подальшої розробки.

**Мета статті** – визначити організаційно-методичні засади комплексного розвитку моторики і пізнавальних здібностей дітей старшого дошкільного віку.

**Результати досліджень та їх обговорення.** У системі фізичного виховання дітей дошкільного віку велике значення мають основні рухи: ходьба, біг, метання, стрибки, лазіння. Систематичне виконання основних рухів позитивно впливає на всебічний фізичний розвиток дитини, покращує роботу серцево-судинної, дихальної, нервової системи, зміцнює м'язи та опорно-руховий апарат, розвиває фізичні якості.

Дослідження розвитку психофізичної структури дітей 5-6 років дозволило встановити

взаємозв'язок і взаємодію між компонентами, які характеризують рівень розвитку як фізичних, так і пізнавальних здібностей.

Вивчення взаємозв'язків цих показників у процесі наших досліджень свідчить про достатню сильну їх взаємодію у віковій структурі психофізичної системи дітей старшого дошкільного віку. Необхідно відмітити, що високі темпи приросту характерні для показників фізичної підготовленості (40%-20,9%) і складових пізнавальної діяльності (20,5%-13,3%) як у хлопчиків, так і у дівчаток. Розглядаючи динаміку розвитку фізичних і пізнавальних здібностей з позиції «сенситивних періодів», можна достатньо об'єктивно визначити і спрямованість педагогічних впливів для кожної вікової групи. Необхідно відмітити, що такий підхід має достатнє теоретичне обґрунтування і практичну значущість [2]. Співставлення цих даних з результатами вікової динаміки, а також з темпами щорічного приросту (табл. 1) дозволяє вважати, що найбільш сприятливі біологічні умови у зазначеному віковому періоді створені для розвитку як фізичних, так і пізнавальних здібностей.

Найбільший ефект може бути досягнутий при акцентованому тренувальному впливі координаційного, швидко-силового, швидкісного і силового характеру із застосуванням вправ, які потребують проявлення такої здібності, як гнучкість. Причому, доцільно поєднувати виконання вправ даної спрямованості із завданнями для розвитку сприймання, мислення, пам'яті, уваги, уяви.

Слід зазначити, що у найбільш високому ступені кореляції з пізнавальними здібностями знаходяться такі фізичні якості, як швидкість, спритність, швидко-силові, що і визначає використання у значній мірі вправ, що виконуються з максимальною і великою інтенсивністю.



## Приріст показників фізичної підготовленості та пізнавальних здібностей дітей 5- і 6-річного віку

Руховий тест	Здібність	Приріст, %	
		Дівчатка	Хлопчики
Біг 30 м, с	Швидкість	5,3	5,5
Кидання і ловля м'яча від стіни за 30 с, к-сть разів	Швидкість реакції	32,5	26,7
Теплінг-тест за 10 с, к-сть разів	Частота локальних рухів	0	-9,8
Стрибок у довжину з місця, см	Швидкісно-силова	15	20,9
Підняття тулуба в сід, к-сть разів	Сила м'язів тулуба	19	24,4
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, к-сть разів	Сила м'язів рук	40	28,6
Нахил уперед, см	Гнучкість	20,5	29,2
Стрибки з поворотом, в градусах (°)	Просторове орієнтування	3,3	7,5
Човниковий біг 3x10м, с	Оцінка і регуляція просторово-часових параметрів	7,2	11,5
Пізнавальні здібності	Сприймання	20,5	18,2
	Пам'ять	13,3	2,6
	Мислення	16,5	4,8
	Уява	7,1	2,3
	Увага	1,9	7,2

Одним із методів, які дозволяють активно впливати на стан дитячого організму за допомогою фізичних вправ, є метод сполученого впливу, основним змістом якого є проведення, зокрема, основних рухів, спрямованих на поєднаний розвиток фізичних і пізнавальних здібностей.

Аналіз результатів багатьох досліджень [3, 11, 12], де визначено особливості зростання і розвитку дітей старшого дошкільного віку і дані власних експериментальних досліджень вікової динаміки показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості і функціонального стану [13] стали підставою для розробки моделей сполученого розвитку основних рухів і пізнавальних здібностей дітей старшого дошкільного віку.

Таким чином, у зміст занять експериментальних груп, що в основному проводились в ігровій і спортивно-ігровій формі були включені вправи, які сприяють не тільки підвищенню рівня загальної фізичної підготовленості,

але й спрямовані на активізацію пізнавальних процесів дитини – сприймання, пам'яті, уваги, мислення, уяви.

З урахуванням змісту програмного матеріалу були розроблені моделі поєднаного розвитку фізичних і пізнавальних здібностей, куди окрім змісту, спрямованості, увійшли також методичні рекомендації, які визначали компоненти тренувального впливу (обсяг, інтенсивність, інтервали відпочинку) кожної фізичної вправи (таблиця 2).

Реалізація педагогічних умов, спрямованих на сполучений розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 і 6 років проводилась зі збереженням основних дидактичних закономірностей, правил і принципів, з урахуванням вікових особливостей нормування загальної і вибіркової величини фізичних навантажень.

**Висновки.** Наявність взаємозв'язку і взаємосприяння між компонентами фізичної підготовленості, функціональних можли-

востей, фізичного розвитку і пізнавальних здібностей обумовило доцільність використання поєднаного методу розвитку пізнавальних здібностей у процесі занять фізичними вправами. Визначення основних факторів структури рухової і пізнавальної діяльності дітей 5 і 6 років, ступеня їх взаємозв'язку та вагомого внеску зумовив зміст засобів фізичного виховання.

Спрямованість педагогічних впливів визначалась згідно з динамікою розвитку фізичних і пізнавальних здібностей з позиції «сенситивних періодів». Виконання вправ вибіркової спрямованості розвитку фізичних здібностей поєднувалось із завданнями для розвитку сприймання, мислення, пам'яті, уваги, уяви.

У розроблених моделях проведення занять передбачалось застосування доступних дітям видів фізичних вправ, зокрема, основних рухів у поєднанні із завданнями, спрямованими на розвиток пізнавальних здібностей із



**Зміст і методика проведення основних рухів, спрямованих на сполучений розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 і 6 років**

Зміст	Фізична здібність, яка переважно розвивається	Пізнавальна здібність, яка переважно розвивається	Методичні рекомендації			
			Інтенсивність, ЧСС, уд./хв	Тривалість, с	Кількість повторень, к-сть разів	Інтервали відпочинку, с
Біг з прокочуванням обруча по землі (підлозі) поштовхом долоні, рахуючи кожний поштовх (педагог дає завдання рахувати до певної цифри, не більше ніж до 10, яка визначатиме тривалість вправи) Метання Кидати великий м'яч у стіну двома руками, сплеснути в долоні, ловити його (під час кожного сплеску в долоні називати диких тварин, які живуть у цьому регіоні) Лазіння і повзання Піднятися по гімнастичній стінці на 1,5 м змінним кроком і спуститися вниз (перед виконанням вправи назвати якомога більше тварин, які вміють лазити по деревах (кішка, мавпа, леопард і т.п.)	Спритність Швидкість	Мислення Увага	140-160	10-12	2-3	150-180
	Швидкісно-силові здібності	Пам'ять Увага	150-170	15-20	3-4	90-120
	Спритність Швидкісно-силові здібності	Мислення Увага	150-170	15-20	3-4	90-120

використанням спортивно-ігрового методу, характерного для змагальної діяльності.

Виконання різновидів основних вправ з урахування розроблених методичних рекомендацій у поєднанні із завданнями, спрямованими на активізацію пізнавальної діяльності, дозволить ефективно розвивати як фізичні, так і пізнавальні здібності дитини.

### Література

1. Богоявленская Д.Б. Психологические основы интеллектуальной активности: автореф. диссерт. докт. психолог. наук: спец. 19.00.01 – «Общая психология, психология личности, история психологии» / Д.Б. Богоявленская – М., 1987. – 49 с.
2. Выготский Л.С. Детская психология / Под ред. Д.Б. Эльконина. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – 432 с.
3. Вильчковский Э.С. Педагогические основы процесса формирования двигательной подготовленности детей 3-7 лет: автореф. диссерт. докт. пед. наук: спец. 13.00.01, 13.00.04 / Э.С. Вильчковский. – К., 1989. – 44 с.
4. Волков Л.В. Спортивно-игровой метод в физическом воспитании детей дошкольного возраста (средняя, старшая, подготовительная группы): Программа и метод. рекомендации / Л.В. Волков. – Переяслав-Хмельницкий, 1990. – 32 с.
5. Гальперин П.Я. Экспериментальное формирование внимания / П.Я. Гальперин, С.Л. Кабыльницкая. – М: Изд-во Москов-го ун-та, 1974. – 95 с.
6. Дубогай О.Д. Интеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів: Метод. посіб. для вчит. початк. шк. та фіз. культ., студ., батьків / О.Д. Дубогай, Б.П. Пангелов, Н.О. Фролова, М.І. Горбенко. – К: Оріяни, 2001. – 152 с.
7. Запорожец А.В. Психологическое развитие познавательных процессов / А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин. – М.: Просвещение, 1964. – 350 с.
8. Кистьяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста (развитие некоторых основных движений и двигательных качеств) / М.Ю. Кистьяковская. М.: Просвещение, 1978. – 272 с.
9. Лахно О.Г. Інноваційні технології розвитку психомоторних здібностей у фізичному вихованні дітей 2-го – 5-го років життя: дисерт... канд. наук з фіз. вих. і спорту / О.Г. Лахно. – Київ, 2013. – 301 с.
10. Маляр Н.С. Організаційно-



- методичні основи превентивного фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку: автореф. дисерт. ... канд. наук з фіз. вих і спорту: 24.00.02 / Н.С. Маляр. – Львів, 2014. – 20 с.
11. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання: автореф. дисерт. ... докт. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 – «Фізична культура, фіз. вих. різних груп населення» / Н.Є. Пангелова. – К., 2014. – 39 с.
12. Пасічник В.М. Удосконалення фізичних і розумових здібностей у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку з використанням інтегрально-розвивальних м'ячів: дис. ... канд. н. ф. в. і с.: спец. 24.00.02 / В.М. Пасічник. – Львів, 2014. – 295 с.
13. Пивовар А.А. Вікова динаміка фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей 5-го – 6-го року життя / А.А. Пивовар // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 7: У 3-х т. – Львів: НВФ «Українські технології», 2003. – Т.2. – С.11-14.
14. Полякова А.В. Організаційно-методичні засади рухового режиму дітей 3-4 років у дошкільних закладах різного типу: автореф. дис. ... канд. н. ф. в. і с.: спец. 24.00.02 / А.В. Полякова. – Дніпропетровськ, 2016. – 22 с.
15. Старченко А.Ю. Оптимізація фізкультурної освіти старших дошкільнят на основі застосування засобів дитячого фітнесу: автореф. дис. ... наук. ст. канд. н. з фіз. вих. і с.: спец. 24.00.02 – Фізична культура, фіз. вих. різних груп населення / А.Ю. Старченко. – Дніпропетровськ, 2015. – 20 с.

