5 Hordiichuk V. I. (2010), Stavlennia silskykh ta miskykh uchniv serednikh ta starshykh klasiv do zaniat fizychnymy vpravamy / V. I. Hordiichuk // Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk. – №3. – S. 36 – 40.

6 Hordeeva T.O. (2002), Motyvatsyia dostyzhenyia: teoryy, yssledovanyia, problemы // Sovremennaia psykholohyia motyvatsyy. pod red. D.A. Leonteva. M., Smыsl. – S. 46 – 49.

7 Drandrov H. L. (2016), Osobennosty razvytyia Ya– kontseptsyy u selskykh y horodskykh shkolnykov / H. L. Drandrov, D. A. Drandrov, D. N. Siukyev, E. H. Bohoslova // Sovremennыe problemы nauky y obrazovanyia. – №3.;URL: URL: https://www.science-education.ru.

8 Kostiuk Yu.S. Suchasni pidkhody shchodo modernizatsii urokiv fizychnoi kultury uchniv osnovnoi malokomplektnoi shkoly, yaki prozhyvaiut v silskii mistsevosti. URL: http://eprints.zu.edu.ua.

9 Kurbanova, Z.S. (2011), Psykholohycheskye osnovы formyrovanyia samootsenky podrostka. Monohrafyia / Z. S. Kurbanova. M. – 215 s

10 Kon YS. V (1984), V poyskakh sebia: lychnost y ee samosoznanye. M. – 335 s.

11 Krutsevych T. Iu., (2018), Marchenko O. Iu. Struktura modeli tsinnisnykh oriientyriv indyvidualnoi fizychnoi kultury shkoliariv riznykh vikovykh hrup. Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk. – №5 (67). – S. 5-10.

12 Panhelova N. Ye. (2018), Fizychnyi stan i rukhova aktyvnist uchniv pochatkovykh klasiv silskoi zahalnoosvitnoi shkoly /Panhelova N. Ie., Ruban V. Iu // Molodyi vchenyi. – № 4.2 (56.2). – S. 123-126.

13 Panhelova N., Ruban V. (2016), Faktory, yaki vplyvaiut na orhanizatsiiu fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv u miskii ta silskii mistsevosti // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. – №1. – S.211-214.

14 Pakhalchuk N.O. (2012), Orhanizatsiia fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv u silskii shkoli / N.O. Pakhalchuk // Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii. – №2(20). – S. 303–310.

15 Sydorchuk T. (2014), Analiz pokaznykiv fizychnoi pidhotovlenosti ta zdorovia ditei 7 rokiv, yaki meshkaiut v riznykh sotsialno-ekonomichnykh i ekolohichnykh umovakh / T. Sydorchuk, V. Reshetylova, Z. Anastasieva, K. Korablov // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. – № 2. – S. 151-155.

16 Khakhulia V.M. (2011), Pidvyshchennia efektyvnosti systemy fizychnoho vykhovannia ditei serednoho shkilnoho viku silskykh shkil / V.M. Khakhulia, O. M. Burla // Visnyk Chernihivskoho Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T.H. Shevchenka. – Chernihiv. – Vyp. 86. – T. 1. – S. 201–204.

17 Tsiupak Yu. (2008), Vplyv prosvitnytskoi ta propahandystskoi roboty na rukhovu aktyvnist molodshykh shkoliariv silskykh shkil. / Tsiupak Yu., Tsiupak T. // Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zb. nauk. pr. – Lutsk.− T. 2.− 312 s.

УДК: 373.2.015.31:796

Пангелов Б.П.
Кандидат педагогічних наук, доцент,
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
Рижик Р.О.
Магістр за спеціальністю 014(Середня освіта ,фізична культура),
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
Діас Д.Л.
Аспірант І-го року навчання за спеціальністю 017(Фізична культура і спорт)
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

ОСОБЛИВОСТІ ІНТЕГРОВАНОГО РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ І ПІЗНАВАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНЯТ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Стаття присвячена питанню оптимізації функціонування системи фізичного виховання дітей дошкільного віку, а саме – визначенню ефективності методики інтегрованого розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5-6 років в процесі занять фізичними вправами. Висвітлені організаційно методичні засади запропонованої методики, умови її реалізації у практиці фізично-оздоровчої роботи у закладах дошкільної освіти, а також – її вплив на психофізичний стан досліджуваних груп дітей. Проведений аналіз педагогічного експерименту свідчить, що впровадження методики комплексного розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5-6 років сприяло значному підвищенню рівня фізичної підготовленості і рівня розвитку складових пізнавальних здібностей дітей експериментальних груп порівняно з контрольними. Таким чином, результати проведеного експерименту показали ефективність нашої методики сполученого розвитку фізичних і пізнавальних здібностей старших дошкільників у процесі фізичного виховання.

Ключові слова: *інтеграція, розвиток, дошкільнята, фізичні здібності, пізнавальні процеси.*

Пангелов Б.П., Рыжик Р.О., Диас Д.Л. Интегрированное развитие физических и познавательных способностей старших дошкольников в процессе физического воспитания. *Статья посвящена вопросу оптимизации функционирования системы физического воспитания детей дошкольного возраста, в частности – определения эффективности методики интегрированного развития физических и познавательных способностей детей 5-6 лет в процессе занятий физическими упражнениями. Представлено организационно – методические*

основы предлагаемой методики, условия её реализации в практике физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях дошкольного образования, а также – её влияния на психологическое состояние исследуемых групп детей. Проведенный анализ педагогического эксперимента свидетельствует, что внедрение методики комплексного развития физических и познавательных способностей детей 5-6 лет способствовало значительному повышению уровня физической подготовленности и уровня развития составляющих познавательных способностей детей экспериментальных групп по сравнению с контрольными. Таким образом, результаты проведенного эксперимента показали эффективность нашей методики интегрированного развития физических и познавательных способностей старших дошкольников в процессе физического воспитания.

Ключевые слова: *интеграция, развитие, дошкольники, физические способности, познавательные процессы.*

Panhelov B., R. Ryzhyk, D. Dias. Integrated development of physical and cognitive abilities of senior preschool children in the process of physical education. *The article is devoted to the optimization of the system of physical education of preschool children, in particular – determining the effectiveness of methods of integrated development of physical and cognitive abilities of children 5-6 years old in the process of physical exercise. Here are the organizational and methodological bases of the proposed methods, the conditions of its implementation in practice of physical education and health work in preschool educational institutions, as well as – its impact on the psychological condition of the researched groups of children. The analysis of the pedagogical experiment shows that the introduction of methods of integrated development of physical and cognitive abilities of children 5-6 years has significantly increased the level of physical fitness and the level of development of components of cognitive abilities of children in experimental groups compared to controls. Thus, the results of the experiment showed the effectiveness of our method of combined development of physical and cognitive abilities of older preschoolers in the process of physical education.*

Keywords: *integration, development, preschool children, physical abilities, cognitive processes.*

Постановка проблеми. Трансформації, які відбуваються у системі дошкільної освіти в Україні обумовлені об'єктивними потребами у змінах, які повинні бути адекватними розвитку суспільства та освітньої системи в цілому.

Педагогічна спільнота усвідомлює необхідність змін у роботі освітніх установ. Основним механізмом таких змін є пошук і впровадження інновацій, які сприяють якісним змінам у діяльності дошкільних закладів освіти. Трансформація «дошкільного виховання» у «дошкільну освіту» є однією із світових тенденцій. Дошкільна освіта стає вихідною, невід'ємною й повноправною складовою освітньої системи країни, що визначено у Законі України «Про дошкільну освіту» [4]. Пошук шляхів удосконалення вітчизняної дошкільної освіти спрямований, перш за все, на забезпечення особистісного розвитку дітей, створення сприятливих умов для формування гармонійної всебічно розвиненої, соціально мобільної особистості. У цьому вбачається потенційна можливість оновлення українського суспільства, надання йому нового імпульсу в розвитку. У цих умовах провідне місце у системі дошкільного виховання займає фізичний і психічний розвиток дитини. Саме у дошкільному віці, в результаті цілеспрямованого педагогічного впливу формуються складові особистості дошкільника, його фізичний стан, психоемоційна сфера [8].

Період від народження до 6 років є і найважливішим етапом у 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.

Педагоги, психологи і фізіологи дійшли висновку, що індивідуальні здібності (мислення, сприйняття, уява) не варто розглядати ізольовано, без контексту рухового розвитку дитини (М.Ю. Кистяківська, 1978; Н.Є. Пангелова, 2014 та ін.). Оптимальними умовами прояву й розвитку дитячих здібностей під час навчання є спільна ігрова діяльність, коли діти не тільки рухаються, а й легко запам'ятовують усе нове.

Дослідники Е. С. Вільчковський (2004), Н. В. Москаленко (2014), Н. Є. Пангелова (2014) відзначають, що одним із кризових явищ вітчизняних традиційних і авторських систем освіти є розрив між фізичним вихованням й іншими сторонами виховання дітей дошкільного віку, відсутність реальних механізмів, які обумовлюють взаємозв'язок пізнавальної та рухової діяльності у процесі навчання. Суть такої взаємодії полягає у формуванні системи навчання, яка передбачає інтегрований освітній, оздоровчий, загальний виховний ефект як запоруки оптимального розумового і фізичного розвитку дитини, що в наш час є найбільш актуальним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У теперішній час питання міждисциплінарного підходу в системі освіти є надзвичайно актуальним. Здійснюються такі спроби і в системі дошкільного навчання і виховання.

Так одним з фундаментальних досліджень у сфері дошкільного фізичного виховання в останні роки є дисертаційна робота Н. Є. Пангелової [9], яка дослідила вікові особливості фізичного стану, розумових і моральних якостей дітей 4-6-річного віку, які відвідують дошкільні навчальні заклади. Автором визначено наявність та інформаційну значущість взаємозв'язків основних компонентів фізичного і психофізіологічного стану дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання, розроблено теоретико-методичні засади концепції формування гармонійно розвиненої особистості дошкільнят у процесі фізичного виховання, визначено організаційно-методичні умови реалізації педагогічних впливів, які спрямовані на інтегрований розвиток рухових, інтелектуальних і моральних якостей дітей 4-6 років.

Дослідження В. М. Пасічник [10] було спрямоване на вивчення рівня та структури фізичної підготовленості, вікових особливостей морфофункціонального стану й розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку. Авторка обґрунтувала й розробила програму комплексного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей старшого дошкільного

віку з пріоритетним використанням інтегрально-розвивальних м'ячів.

Дослідниця О. Г. Лахно [5] розглянула вікові особливості фізичного розвитку, фізичної підготовленості та психофізичних здібностей дітей 2-го – 5-го років життя. Автор розробила та обґрунтувала інноваційні технології для розвитку психомоторних здібностей у фізичному вихованні дітей 2-го – 5-го років життя.

А.В. Полякова [13] дослідила вікові особливості фізичного стану і рухової активності дітей 3-4 років, які відвідують дошкільні заклади різного типу. Авторка розробила модель організації раціонального рухового режиму дітей молодшого дошкільного віку в умовах дитячих освітніх установ різного типу, визначила організаційно-методичні умови реалізації педагогічних впливів, які спрямовані на оптимізацію рухової діяльності дітей залежно від рівня фізичного стану.

Дисертаційне дослідження Н. Ю. Старченко. [14] було присвячене розробці інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти дітей старшого дошкільного віку на основі переважного застосування засобів дитячого фітнесу. Вчена перевірила ефективність розробленої інноваційної технології у процесі фізкультурної освіти дошкільнят шляхом визначення її впливу на показники їхніх елементарних теоретичних знань з фізичної культури, рівень оволодіння життєво важливими руховими уміннями і навичками, захворюваність дітей та фізкультурну освіченість батьків.

Дисертаційна робота Н.Б. Петренко присвячена [11] обґрунтуванню та розробці навчальної програми занять танцювально-корегувальної спрямованості для дітей 4-6 років з відхиленням у розвитку мовлення. Авторкою обґрунтовано і розроблено зміст спеціальних занять з елементами танцювальних вправ, логоритміки та арт-терапії для покращення когнітивного та психофізичного розвитку дитини.

Низка досліджень присвячена питанню впровадження нових, адаптивних для контингенту дошкільників, видів рухової активності. Зокрема, Л. М. Максименко (2019), пропонує використання засобів флорболу у процесі фізичного виховання дітей 5-6 років; О. М. Бур'яноватий (2019), дослідив структуру та заміст фізичної підготовки юних бійців-багатоборців 6-8 років на етапі початкової підготовки; Р. О. Сухомлинов (2021), розглянув організаційно-методичні засади оздоровчо-рекреаційної діяльності дітей дошкільного віку в умовах дитячих футбольних клубів.

Однак, не дивлячись на достатньо інтенсивний пошук нових, ефективних методів вдосконалення системи дошкільного фізичного виховання, впровадження інноваційних підходів у практику фізкультурно-оздоровчої роботи закладів дошкільної освіти залишається обмеженим.

Тому, головним завданням нашого дослідження була апробація методики інтегрованого розвитку рухових та інтелектуальних якостей дітей 5-6 років в процесі фізичного виховання. Дана методика є складовою концепції формування гармонійно розвиненої особистості дошкільнят у процесі фізичного виховання [9].

Мета – впровадити та перевірити ефективність методики комплексного розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5-6 років в процесі фізичного виховання в умовах закладів дошкільної освіти, яка була розроблена Пангеловою Н.Є.

Методи та матеріали дослідження: аналіз даних науково-методичних джерел; педагогічні методи (спостереження, експерименти, тестування); психодіагностичні методи; методи математичної статистики.

Дослідження проводилося протягом 9 місяців (вересень 2018 – травень 2019рр.) і здійснювалося на базі ЗДО «Сонечко» м. Переяслав-Хмельницький Київської області. У дослідженні прийняли участь 110 дітей (53 дитини контрольної групи, 57 дітей експериментальної групи) за письмової згоди батьків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Програма інтегрованого розвитку рухових і пізнавальних якостей дітей дошкільного віку не замінює і не виключає обов'язкових занять фізичними вправами відповідно до державної програми «Дитина» (оновлена) [3]. Мова йде про включення у фізкультурно-оздоровчу роботу елементів інноваційних педагогічних технологій, які сприяють комплексному розвитку її особистості і були інтерпретовані нами відповідно до мети і завдань дослідження.

З урахуванням змісту програмного матеріалу та запропонованих підходів [9] до змісту фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми 5-6 років були включені моделі сполученого розвитку фізичних і пізнавальних здібностей, орієнтовний зміст яких наведений у табл. 1.

До змісту моделей поєднаного розвитку фізичних і пізнавальних здібностей увійшли різновиди основних рухів, рухові ігри, ігри-естафети, які включали в себе рухове завдання, а також завдання, яке активізувало розвиток того, або іншого пізнавального процесу.

Відомо, що фізичні вправи у дошкільному навчальному закладі класифікуються наступним чином: основна гімнастика (вправи з основних рухів (ходьба, біг , стрибки, катання, кочення, кидання, ловіння, повзання, підлізання, пролізання, перелітання, лазіння, вправи на рівновагу); загальнорозвивальні вправи (для рук і плечового поясу, ніг, тулубу); танцювальні вправи; шикування і перешикування; рухливі ігри та ігрові вправи (з ходьбою, бігом, утримання рівноваги, лазінням, ловінням і киданням предметів, орієнтування в просторі, за столом, народні рухливі ігри); вправи спортивного характеру. Особливе місце займають ігрові змагання і естафети, в яких беруть участь дві і більше команд (табл. 1).

Таким чином, до змісту занять комплексного характеру, 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.

Спортивно-ігровий метод ми використовували три рази на тиждень, по 25-35 хвилин кожне заняття, в час, відведений для навчальних занять фізичними вправами згідно програми.

Таблиця 1

Зміст і методика проведення ігор-естафет, спрямованих на сполучений розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 - 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	Інтервали відпочинку, с
Ігри – естафети «Поклади на своє місце» Біг до набивного м'яча (вага 1 кг), підняття, встановлення його на картинку з названою цифрою, знімання, повернення бігом в кінець колони	Швидкість	Увага Мислення Пам'ять	150-180	6-8	3-4	150-180
«Естафета з прапорцями» Біг наввипередки за сигналом до прапорців різного кольору. Необхідно принести прапорець певного кольору (2-3 команди)	Швидкість Спритність	Сприймання Мислення	160-180	6-8	3-4	150-180
«Естафета з кеглями» Біг наввипередки за сигналом із завданням поставити кеглю певного кольору у визначене коло (2-3 команди).	Швидкість Спритність	Увага	150-160	15-40	3-4	150-180

Планування роботи з використанням цього методу здійснювалось з врахуванням вікових особливостей фізичних, розумових і моральних якостей.

Дослідження Н. Є. Пангелової (2014), А. А. Пивовар (2005) дають можливість достатньо об'єктивно здійснювати планування спрямованості педагогічних дій у спортивно-ігровій фізичній підготовці дітей дошкільного віку. Як зазначають автори, такі фізичні здібності, як сила, швидкість, спритність, швидкісно-силові здібності мають великі темпи приросту, що буде обумовлювати планування більшої кількості вправ цієї спрямованості. Організація і методика проведення всіх форм занять фізичними вправами з дошкільниками відбувалася у відповідності з дотриманням збереження основних дидактичних закономірностей, правил і принципів, з урахуванням вікових особливостей нормування величини фізичних навантажень. Для визначення ефективності запропонованих підходів нами був проведений контрольний експеримент у ході якого здійснювалося порівняння показників фізичної підготовленості, розвитку пізнавальних процесів дітей контрольних та експериментальних груп. Для визначення рівня фізичної підготовленості дітей 5-6 років було проведено педагогічне тестування. У дослідженні ми використовували такі тести: біг на 30м, с; стрибок у довжину з місця, см; підняття тулуба в сід із положення лежачи на спині, к-сть разів; нахил тулуба вперед стоячи на лаві, см; човниковій біг 4х10м,с. Аналіз фізичної підготовленості дітей 5-6 років показав, що у експериментальної групи в порівняні з контрольною після експерименту спостерігались достовірні покращення показників за тестами: «біг 30м» - у дітей 5 років на 4% ($p < 0,01$), у дітей 6 років на 4,2% ($p < 0,01$); «стрибок у довжину з місця», у дітей 5 років на 10,1% ($p < 0,01$), у дітей 6 років 7,7% ($p < 0,01$); «нахил вперед, стоячи на лаві» - у дітей 5 років 250% ($p < 0,01$), у дітей 6 років 10,9% ($p < 0,05$); «човниковий біг 3х10м», у дітей 5 років 3,2% ($p < 0,01$), у дітей 6 років 3,4%($p < 0,01$). За показниками тесту «підняття тулуба в сід із положення лежачи на спині» теж спостерігалась позитивні, але недостовірні зміни (табл. 2).

Таблиця 2

Показники фізичної підготовленості дітей 5-річного віку експериментальної і контрольної груп

Показники	До експерименту		Після експерименту					
	Загальна (n=43)		Контрольна (n=21)		Експериментальна (n=22)			
	$\overline{X}$	±m	$\overline{X}$	±m	$\overline{X}$	±m	t	P
Біг 30м, с	7,7	±0,06	7,5	±0,09	7,2	±0,07	2,73	<0,01
Стрибок у довжину з місця, см	80,2	±2,14	88,6	±2,16	96,7	±2,03	2,74	<0,01
Підняття тулуба в сід із положення лежачи на спині, к-сть разів	18	±1,79	21	±1,53	22	±1,51	0,43	>0,05
Нахил вперед стоячи на лаві, см	0,6	±0,41	3,2	±0,38	4,7	±0,36	2,38	<0,01
Човниковий біг 3х10м, с	12,5	±0,06	12,1	±0,07	11,7	±0,05	4,59	<0,01

Для оцінки динаміки розвитку пізнавальних процесів безпосередньо в дослідженнях нами був використаний стандартизований комплекс психодіагностичних методик. Для оцінки сприйняття нами було використано дві методики – «Впізнай, хто це» та «Які предмети сховані в малюнках»; для оцінки уваги – методики «Знайди і викресли» та «Постав значки»; з метою діагностування уяви нами були використані методики «Вигадай оповідання» та «Вигадай гру»; для діагностики пам'яті були використані методики «Запам'ятай малюнки» та «Запам'ятай цифри»; для оцінки образно-

логічного мислення нами були використані методики «Небелиці» та «Розділи на групи». Для діагностування кожної пізнавальної здібності (сприйняття, пам'яті, мислення, уяви, уваги) нами використовувались дві методики і визначався середній бал оцінки рівня розвитку.

Отримані при діагностуванні данні свідчать, що в експериментальних групах у порівнянні з контрольними достовірне покращення показників відбулися в таких пізнавальних здібностях: сприймання – у дітей 5 років на 31,4% ($p < 0,01$), у дітей 6 років на 11,9% ($p < 0,01$); пам'ять – у дітей 6 років на 7,6% ($p < 0,01$); мислення – у дітей 5 років на 2,5% ($p < 0,01$), у дітей 6 років на 4,5% ($p < 0,05$); уява - у дітей 5 років на 2,3% ($p \leq 0,05$), у дітей 6 років на 8% ($p < 0,01$); увага - у дітей 5 років на 13,4% ($p < 0,01$), у дітей 6 років на 9,2% ($p < 0,05$). Показники 5-ти річних дітей при діагностуванні пам'яті показали позитивну, але недостовірну різницю (табл. 3).

Таблиця 3

Показники пізнавальних здібностей дітей 6-річного віку експериментальної і контрольної груп

Пізнавальні здібності	До експерименту		Після експерименту					
	Загальна (n=67)		Контрольна (n=32)		Експериментальна (n=34)			
	$\overline{X}$	±m	$\overline{X}$	±m	$\overline{X}$	±m	t	P
Сприймання, бали	4,2	±0,17	4,7	±0,16	5,6	±0,15	3,21	<0,01
Пам'ять, бали	3,9	±0,18	4,2	±0,17	4,9	±0,16	3,04	<0,01
Мислення, бали	4,4	±0,13	4,6	±0,14	5,1	±0,14	2,51	<0,05
Уява, бали	4,4	±0,16	4,7	±0,15	5,3	±0,17	2,72	<0,01
Увага, бали	5,4	±0,17	5,6	±0,16	6,1	±0,17	2,17	<0,05

Таким чином отримані результати свідчать про ефективність методики комплексного розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5-6 років, що говорить про доцільність широкого її використання в процесі фізичного виховання в дошкільних закладах освіти.

Висновки. Результати теоретичного дослідження свідчать, що дошкільний вік є сприятливим для розвитку швидкісно-силових якостей, спритності, швидкості, гнучкості. Крім того, старший дошкільний вік є сенситивним і для розвитку компонентів пізнавальної діяльності дитини: сприймання, пам'яті, мислення, уяви, уваги. У зв'язку з цим фізичний розвиток дитини, вдосконалення його пізнавальних процесів і фізичних здібностей не можна розглядати відокремлено. Вони є взаємопов'язаними сторонами одного й того процесу психофізичного розвитку. Спрямованість педагогічних впливів визначалася згідно динаміки 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. Реалізація педагогічних умов, спрямованих на поєднаний розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 і 6 років, проводилася із збереженням основних дидактичних закономірностей, правил і принципів, з урахуванням вікових особливостей, особливостей нормування загальної і вибіркової величини фізичних навантажень. Проведений аналіз педагогічного експерименту свідчить, що впровадження методики комплексного розвитку фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5-6 років сприяло значному підвищенню рівня фізичної підготовленості і рівня розвитку складових пізнавальних здібностей дітей експериментальних груп порівняно з контрольними. Таким чином, результати проведеного експерименту показали ефективність нашої методики сполученого розвитку фізичних і пізнавальних здібностей старших дошкільників у процесі фізичного виховання.

Література

1. Бур'яноватий О.М. Структура та зміст фізичної підготовки юних бійців-багатоборців 6-8 років на етапі початкової підготовки: автореф. дис. ... наук. ст. канд. н. з фіз.вих. і с.: спец. 24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт / О.М. Бур'яноватий. – Дніпро, 2019. – 20 с.

2. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-е вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університет книг», 2004. – 428 с.

3. Дитина: [програма виховання і навчання дітей від 2 до 7 років /наук. кер. проекту В.О. Огнев'юк, К.І. Волинець]. 3-тє вид., доопр. і доповн. – К.: Вид-во Київського університету імені Бориса Гринченка, 2012. – 492 с.

4. Закон України «Про дошкільну освіту». Указ Президента України від 11 липня 2001 р.№2668-111.

5. 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.

6. Максименко Л.М. Використання засобів флорболу у процесі фізичного виховання дітей 5-6 років: автореф. дис. ... наук. ст. канд. н. з фіз.вих. і с.: спец. 24.00.02/ Л.М. Максименко. – Дніпро, 2019. – 21 с.

7. Москаленко Н. Підготовка спеціалістів з фізичної культури і спорту до інноваційної діяльності / Н. Москаленко,Я. Ковров, О Алфьоров // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. - №2. - С.108-113.

8. Пангелова Н. Сутність поняття «гармонійно розвинена особистість дитини дошкільного віку»: духовні та фізичні компоненти / Н. Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017. - №3. – С.119-124.

9. Пангелова Н.Є. Теоретико методичні засади формування гармонійно-розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання: дисерт… доктора наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 / Н.Є. Пангелова. – Переяслав-Хмельницький, 2014. – 445 с.

10. Пасічник В. М. Удосконалення фізичних і розумових здібностей у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку з використанням інтегрально-розвивальних м'ячів: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02 / Пасічник Вікторія Михайлівна; Львівський держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2014. – 20 с.

11. Петренко Н.Б. Вплив занять з елементами танцювальних вправ на когнітивні функції дітей 4–6 років з відхиленнями мовлення: автореф. дис. ... наук. ст. канд. н. з фіз.вих. і с.: спец. 24.00.02 / Н.Б. Петренко. – К., 2018. – 24 с.

12. Пивовар А. А. Поєднаний розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 і 6 років у процесі фізичного виховання: дисерт… канд. н. з фіз. вих.. і с.: спец. 24.00.02 / А. А. Пивовар. – Переяслав-Хмельницький, 2005. – 210 с.

13. Полякова А.В. Організаційно-методичні засади рухового режиму дітей 3-4 років у дошкільних закладах різного типу: дис… канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 / Полякова Антоніна Віталіївна. – Дніпропетровськ, 2015. – 344с.

14. 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 / А.Ю. Старченко. – Дніпропетровськ, 2015. – 20 с.

15. Сухомлинов Р.О. Організаційно-методичні засади оздоровчо-рекреаційної діяльності дітей дошкільного віку в умовах дитячих футбольних клубів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз.вих. і спорту: спец. 24.00.02 / Р.О. Сухомлинов. – К., 2021. – 26 с.

16. Тупчій Н. А. Режими рухової активності дітей 5-6 років із різним рівнем фізичного стану: автореф.дисерт.канд. наук із фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 / Н. А. Тупчій. – К., 2001. – 17 с.

17. Чайка Д. Рівень розвитку фізичних якостей дітей на етапі підготовки до шкільного навчання / Д. Чайка // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – №3. – С. 236-238.

Reference

1.Burianovatyi O.M. (2019), "Structure and content of physical training of young wrestlers and multiathlonists 6-8 years old at the stage of initial training", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports. Specialty: 24.00.01, The Olympic and Professional Sport, Dnipro, p. 20.

2.Vilchkovskyi E.S., O. I. Kurok (2004), "Theory and methods of physical education of preschool children", textbook manual, 2d Ed., reworked and supplemented by Sumy: VTD "Universytet knyh", p. 428.

3."Child" (2012), [program of education and training of children from 2 to 7 years, scientific supervisor of the project V.O. Ohneviuk, K.I. Volynets], 3d Ed., reworked and supplemented by Kyiv, Published by the Boris Grinchenko Kyiv University, p. 492.

4.Law of Ukraine "On Preschool Education". Decree of the President of Ukraine on July 11, 2001, No. 2668-111.

5.Lakhno O.H. (2013), "Innovative technologies for the development of psychomotor abilities in physical education of children of the 2nd-5th years of life", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Kyiv, p. 301.

6.Maksymenko L.M. (2019), "The use of floorball in the process of physical education of children 5-6 years", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty: 24.00.02, Dnipro, p. 21.

7.Moskalenko N. Ya. Kovrov, O Alforov (2014), "Training of specialists in physical culture and sport for innovative activities", Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, no. 2, pp.108-113.

8.Panhelova N. (2017), "The essence of the concept of "harmoniously developed personality of a preschool child": spiritual and physical components" Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, no. 3, pp.119-124.

9.Panhelova N.Ie. (2014), "Theoretical and methodological bases of harmoniously developed pre-school age person in the process of physical education", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty 24.00.02, Pereiaslav-Khmelnytskyi, p. 445.

10. Pasichnyk V. M. (2014), "Improving physical and mental abilities in physical education of older preschool children with the use of integral-developmental balls", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty: 24.00.02, Lviv State University of Physical Culture, Lviv, p. 20.

11. Petrenko N.B. (2018), "Influence of lessons with the elements of dance exercises on the cognitive functions of children 4-6 years with speech impairments", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty: 24.00.02, Kyiv, p. 24.

12. Pyvovar A. A. (2005), "Combined development of physical and cognitive abilities of children 5 and 6 years in the process of physical education", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports: Specialty: 24.00.02, Pereiaslav-Khmelnytskyi, p. 210.

13. Poliakova A.V. (2015), "The organizational and methodological bases of the movement regime for children ages 3-4 in preschools of different types", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty: 24.00.02, Dnipropetrovsk, p. 344.

14. Starchenko A.Iu. (2015), "Optimization of physical education of senior preschool children based on the use of children's fitness tools", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty: 24.00.02, Dnipropetrovsk, p. 20.

15. Sukhomlynov R.O. (2021), "Organizational and methodological bases of health and recreational activities for preschool children in children's football clubs", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty: 24.00.02, Kyiv, p. 26.

16. Tupchii N. A. (2001), "Regimens of movement activity for children 5-6 years old with different levels of physical condition", Dissertation abstract, Ph.D. in Physical Education and Sports, Specialty: 24.00.02, Kyiv, p. 17.

17. Chaika D. (2016), "The level of development of physical qualities of children at the stage of preparation for schooling", Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, no. 3, pp. 236-238.