

раціональний режим, систематичні фізкультурні заняття, використання ефективної системи гартування, правильне харчування, сприятлива психологічна обстановка в сім'ї. Батьки повинні постійно підтримувати у дітей почуття життєрадісності і бадьорості. І, перш за все, як і в інших аспектах виховання – особистим прикладом.

### **Література:**

1. Дубогай О. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. К. : Вид. «Шкільний світ», 2006. 184 с.
2. Журавльова А.І., Граєвська Н.Д. Спортивна медицина і лікувальна фізкультура. Керівництво. М.: Медицина, 2003. 432 с.
3. Кузнецова С.К. Вплив сім'ї та школи на психіку дитини. Кривий Ріг, 2009. 69 с.
4. Купер К. Аеробіка для гарного самопочуття. – М.: Ф и С, 2009. 224 с.
5. Мерзлікіна О.А., Гузій О.В. Тлумачний словник термінів і словосполучень з фізичної реабілітації. – Львів, 2002. 48 с.

## **ВПРОВАДЖЕННЯ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ ДЛЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

***Сотник Ж. Г.***

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри фізичної культури і спорту  
Міжнародного економіко-гуманітарного університету  
імені академіка Степана Дем'янчука  
м. Рівне, Україна*

***Шпаківська Р. О.***

*магістр дошкільної освіти  
Міжнародного економіко-гуманітарного університету  
імені академіка Степана Дем'янчука  
м. Рівне, Україна*

На сьогоднішній день одним із ефективних шляхів залучення дітей до спорту є ознайомлення них з Олімпійськими іграми. Завдання перед працівниками дошкільної освіти і батьками буде полягати у формуванні мотивації у дітей до ідей олімпійського руху через розвиток вибіркового інтересу до певного виду вправ і спортивних ігор.

Впровадження олімпійської освіти для дітей дошкільного віку залежить від рівня професійної компетенції педагогічних працівників. Нами була опрацьована науково-методична література з олімпійської освіти для дошкільнят зарубіжних країн [1, 2]. Отже, фахівців вважають, що реалізація програми передбачає три етапи: підготовчий, основний і заключний.

Задачі підготовчого етапу полягають у вивченні літератури з питань олімпійської освіти для дітей дошкільного віку; формуванні педагогічних умов уяви у вихованців про олімпійські ігри.

Виконання завдань основного етапу вирішується за допомогою включення елементів спортивних ігор і спортивних вправ, ігор, естафет в системі фізичного виховання; проведення порівняльного аналізу рівня сформованості уявлень вихованців старших груп про олімпійський рух (показники початку роботи і після закінчення).

Завдання заключного етапу визначають ефективність проведеної роботи за критеріями надання переваги вихованцями вибору спортивної секції після закінчення дошкільного закладу; трансляції досвіду роботи в рамках фізкультурно-оздоровчих форм в дошкільних закладах для вихователів дошкільної освіти і батьків вихованців, а також на районних методичних заходах для керівників фізичного виховання, в засобах масової інформації, сайтах освіти.

Для формування вибіркового інтересу до певних фізичних вправ і спортивних ігор застосовувати можна різноманітні форми роботи. Серед форм роботи з вихованцям старшого шкільного віку визначають наступні:

- інформування дітей про Олімпійські ігри як змагання для удосконалення власних можливостей;
- бесіди про олімпізм в контексті моралі, патріотизму і естетики;
- розгляд ілюстративного матеріалу про Олімпійські ігри, читання пізнавальної літератури на спортивну тематику, використання інтернет-ресурсів;
- анкетування батьків «Яке місце займає фізична культура у вашій сім'ї?», «Спорт в моєму житті», «Мій домашній спортивний інвентар і спорядження»;
- розробка циклу бесід для дітей старшого дошкільного віку за темами олімпізму;
- розробка тематичних консультацій для вихователів дошкільної освіти, фахівців закладу і батьків «Спорт і спортсмени», «Міфи Стародавньої Греції», «Ігри Стародавньої Греції», «Символіка Олімпійських ігор», «Літні і зимові Олімпійські ігри», «Гордість Олімпійського спорту України»;

– виготовлення дидактичних ігор та ігрових посібників «Споряди спортсмена», «Підбери піктограму», «Обведи по точкам», «Найди зайве»;

– поповнення картотеки спортивних ігор і вправ;

– розробка сценаріїв спортивно-оздоровчих свят, дозвілля на олімпійську тематику;

– виготовлення і придбання спортивного оснащення та обладнання;

– проведення спільних вікторин для батьків і дітей «Олімпійські види спорту», «Роль сім'ї у фізичному вихованні дитини», «Ранкова зарядка», «Дитячий фітнес дома»;

– складання фоторепортажів і оформлення фотовиставки, газети про проведення масових спортивно-оздоровчих заходів.

Цікавою є також модель «Основи олімпійської освіти для дітей старшого дошкільного віку», яка включає три основні блоки: цільовий, змістовно-технологічний, блок моніторингу [2].

Метою цільового блоку є знайомство з традиціями олімпійського руху і формування здорового способу життя у дошкільників. Змістовно-технологічний блок включає проектно-ігрову діяльність і спортивно-оздоровчу діяльність. Пізнавальна діяльність за допомогою проектування передбачає включення всіх учасників педагогічного процесу в розробку і презентацію дослідницьких проектів на олімпійську тематику. Спортивно-оздоровча – активну участь всіх суб'єктів педагогічного процесу у спортивних іграх, змаганнях.

Особливу увагу приділяється можливостям застосовувати класичні та інноваційні здоров'язберігаючі технології. У процесі пізнавальної, художньої, естетичної, ігрової діяльності та окремих моментів пропонується реалізація комплексу здоров'язберігаючих технологій «За здоров'ям до країни Спортландія!». Така програма включає гімнастику для очей: схеми, зображення зорових територій, пальмінг; динамічні паузи та фізкультурні хвилинки; оздоровчий самомасаж (Су-Джок, аурикотерапію); кінезіологічні вправи; релаксаційні ігри, які забезпечують зняття м'язового тонуусу і розумового напруження; елементи кольорової терапії (знайомство дітей з впливом кольору на людину, застосування лікувального впливу кольору; елементи музикотерапії (знайомство дітей з впливом музики на емоційний стан людини); комплекс спортивно-оздоровчих технологій (повітряне загартування за методикою Ю. Ф. Змановського, контрастні ванночки для рук і ніг, сольові доріжки, загартування носоглотки, порожнини роту і горла; ігрову дихальну гімнастику А. Н. Стрельнікової; гімнастику для суглобів М. С. Норбекова з елементами йоги; степ-аеробіку; коригувальну гімнастику з 214утболами; ігрову гімнастику за сюжетами олімпійських видів спорту; ігровий стретчинг; театр фізичного виховання «На шляху до Олімпу»; спортивно-оздоровчі свята «Веселі

старти», «Тато, мама і я – спортивна сім'я», дитячий баскетбол і волейбол.

Блок моніторингу передбачає простеження та аналіз результатів впровадження здоров'язберігаючих технологій з олімпійської освіти для дошкільнят. Ефективність визначають за такими показниками, як знання дітей з історії олімпійського руху, олімпійських видів спорту і видатних спортсменів; вмотивованість дітей до занять фізичної культури, збереження здоров'я; емоційне психологічне благополуччя дитини; фізична підготовленість (швидкісно-силові якості, показники гнучкості) і стан здоров'я (стан дихальної системи, захворюваність, індекс здоров'я).

Отже, включення олімпійської освіти в процес навчання дошкільного закладу буде сприяти формуванню у дітей інтересу до занять фізичною культурою і спортом, фізичного розвитку, набуття знань з олімпійських видів спорту.

### **Література:**

1. Олимпийское образование детей дошкольного возраста. URL: <https://aiv.by/olimpijskoe-obrazovanie-detej-doshkolnogo-vozrasta%201/>
2. Тупичкина Е. А. Каким быть олимпийскому образованию старших дошкольников: плюс до и после. Начальная школа. 2013. № 12. С. 36-41.

## **ВИСТУПИ РІВНЕНСЬКИХ СПОРТСМЕНІВ НА ПАРАЛІМПІЙСЬКИХ ІГРАХ В ТОКІО**

***Стаховська Н. В.***

*магістр фізичної культури і спорту*

*Міжнародного економіко-гуманітарного університету*

*імені академіка Степана Дем'янчука*

*м. Рівне, Україна*

Розвиток паролімпізму та спорту осіб з інвалідністю має більш ніж столітню історію. Поступово світ переконувався у тім, що на фізичну культуру і спорт мають право також і люди з інвалідністю. Не зважаючи на зростаючу популярність спортивного руху людей з інвалідністю у всьому світі, на теренах тодішнього СРСР ця тема або повністю замовчувалась, або висвітлювалась у якості невеличких публікацій-заміток. При цьому кінець 50-х та 60-і роки стали періодом неймовірного зростання у світі популярності ігор для спортсменів з інвалідністю [5].