

Annotation. *Erakova L., Building aquafitness classes for girls 18-20 years old with special equipment.* Grounded features of building aquafitness- training using modern equipment to improve health and physical condition of women 18 - 20 years.

Key words: aquafitness, physical condition, building fitness-programm.

Єрьоменко Едуард, Остряньська Олена
Інститут проблем виховання НАПН України

ПЕРСПЕКТИВНІСТЬ І НАСТУПНІСТЬ У РЕАЛІЗАЦІЇ ЗМІСТУ З ОСНОВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ТА МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ (НА ПРИКЛАДІ ПРОГРАМИ «ХОРТИНГ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я, НАПОЛЕГЛИВОСТІ, ЗЛАГОДИ ДИТИНИ»)

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування проблеми перспективності й наступності в реалізації змісту з основ здорового способу життя старших дошкільників та молодших школярів на прикладі програми «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини». У статті висвітлено теоретичні засади добору змісту хортингу в навчальній програмі для старших дошкільників та молодших школярів. Презентовано результати співпраці науковців щодо створення навчально-методичного комплексу для формування основ здорового способу життя, наполегливості та злагоди у дітей 5-7 років у процесі занять хортингом.

Ключові слова: перспективність, наступність, здоровий спосіб життя, хортинг, виховання наполегливості, злагода, навчально-методичне забезпечення, старші дошкільники, молодші школярі.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями. Актуальною проблемою сьогодення, яка потребує ретельного дослідження і невідкладного ефективного розв'язання на державному рівні, є забезпечення наступності й перспективності в процесі формування здоров'язбеігаючої компетенції дитини в дошкільному навчальному закладі та початкових класах ЗНЗ. Сучасні науковці, вихователі ДНЗ, інструктори з фізкультури, вчителі початкової школи, вихователі ГПД, керівники спортивних гуртків, які опікуються питаннями збереження і зміцнення здоров'я вихованців, мають консолідувати, об'єднати свої зусилля, забезпечити перспективність і наступність у реалізації завдань, педагогічно доцільному доборі змісту, форм, методів, засобів, технологій формування здорового способу життя (фізичного, психічного, соціального, духовного здоров'я); загартування організму дитини, оволодіння життєво необхідними руховими вміннями й навичками; підвищення рівня розвитку фізичних якостей (швидкості, сили, спритності, гнучкості, витривалості, координації, рівноваги, окоміру); виховання моральних чеснот і вольових якостей дитини (цілеспрямованості, рішучості, витримки, самостійності, наполегливості, мужності); оволодіння технікою спеціальних спортивних вправ.

Мета – теоретичне обґрунтування проблеми перспективності й наступності в реалізації змісту з основ здорового способу життя старших дошкільників та молодших школярів на прикладі програми «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини».

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Наукові засади проблеми наступності й перспективності обґрунтовано в дослідженнях Л.С. Виготського, Г.С. Костюка, О.В. Запорожця, Д.Б. Ельконіна, Л. Пісоцької, О.В. Скрипченка, О.Я. Савченко, А. Харченко та ін. У розробці теоретичних та практичних основ формування наполегливості у вихованців вагому роль відіграли роботи І.Д.Беха, В.В.Івашковського, М.Д. Зубалія, З.М. Діхтяренко, М.В. Тимчика, А.І.Висоцького, В.А.Іваннікова, Є.П.Ільїна, К.Н.Корнілова, В.А.Крутецького, А.Ц.Пуні, П.І.Розмислова, П.А.Рудика, В.І.Селіванова, Б.М.Смирнова, О.А.Черникової, Т.І.Шульги та ін.

Виклад основного матеріалу дослідження та обґрунтування отриманих наукових результатів. У педагогічній науці поняття "наступність і перспективність" розглядаються як дві сторони одного педагогічного явища. Поняття *«перспективність»* розуміють як визначення пріоритетних ліній підготовки дитини старшого дошкільного віку до школи, які б максимально враховували потреби початкової школи в готовності дитини до оволодіння новою, провідною в молодшому шкільному віці навчальною діяльністю, творчим характером цієї діяльності, вільним проявом психічних новоутворень даного періоду, подальшим соціальним розвитком дитини у новій для неї соціальній ролі учня, способами діяльності тощо [4, с. 16]. Поняття *«наступність»* тлумачиться як урахування педагогами того рівня розвитку дитини, з яким вона прийшла до початкової школи, опора на нього, що забезпечує органічне, природне продовження триєдиного процесу розвитку, виховання і навчання, розпочатого в дошкільному дитинстві. Наступність розглядають як закономірність психофізичного розвитку; як умову реалізації безперервної освіти; як принцип навчання і виховання [4, с. 16]. Спирачись на дослідження А. Харченко [4, с. 16-17] та результати власної експериментальної роботи з формування у дітей старшого дошкільного віку основ здорового способу життя, стверджуємо, що проблема перспективності й наступності в реалізації змісту з основ здоров'я для старших дошкільників та молодших школярів має декілька наукових аспектів: ***інформаційно-просвітницький; психологічний, методичний та практичний.*** ***Розкриємо сутність кожного з них. Так, реалізація інформаційно-просвітницького аспекту*** передбачає: визначення рівня сформованості здоров'язбеігаючої компетенції та напрямків формування основ здорового способу життя дітей на кожній наступній сходинці освіти; ознайомлення вихователів, інструкторів із фізкультури дошкільних навчальних закладів та вчителів початкової школи з новітніми здоров'язбеігаючими технологіями, програмами навчання та виховання обох ланок освіти (старша група дошкільного навчального закладу та перший клас початкової школи); встановлення доцільного співвідношення між загальною та спеціальною підготовкою до школи, зокрема, знаннями, вміннями й навичками дитини з основ здорового способу життя. Із метою реалізації даного аспекта перспективності й наступності в формуванні здоров'язберегаючої компетентності дошкільників і молодших школярів використовувалися такі форми взаємодії педагогічних колективів: семінари-практикуми щодо обговорення змісту навчальних програм, взаємний обмін конспектами занять, уроків, виховних заходів; робота творчих груп (вихователі старших груп, інструктори з фізкультури ДНЗ, вчителі початкової школи) тощо.

Реалізація *психологічного аспекту* передбачає: вивчення особливостей розвитку дітей на перехідному етапі; визначення специфіки переходу від ігрової до навчальної діяльності; забезпечення психологізації навчально-виховного процесу як умови формування особистості на двох рівнях. Форми взаємодії педагогічних

колективів: семінари, семінари-практикуми, тренінги (педагогічного спілкування, комунікативних умінь), спільна робота практичних психологів школи та дошкільного закладу тощо.

Реалізація *методичного аспекту* передбачає: взаємне ознайомлення з методами і формами навчально-виховної роботи та здоров'язберігаючими технологіями в старшій групі дошкільного закладу та в 1-му класі школи; забезпечення наступності щодо методів та прийомів роботи з дітьми в процесі формування основ здорового способу життя, розвитку мислення, мовлення, ознайомлення з навколишнім, фізичного, морального, естетичного виховання. Цей аспект реалізується через взаємовідвідування вихователями та вчителями занять (уроків) із наступним спільним обговоренням, проведення семінарів-практикумів із певних методик; організацію спільних педагогічних нарад, виставок, конференцій; взаємоконсультування педагогів; обмін передовим педагогічним досвідом роботи тощо.

Реалізація *практичного аспекту* передбачає: попереднє знайомство вчителів початкової школи зі своїми майбутніми учнями в ході відвідування старшої групи в дитячому навчальному закладі; кураторство вихователями дошкільних навчальних закладів своїх колишніх вихованців. Конкретними формами реалізації змісту цього аспекту виступають: проведення днів відкритих дверей у школі та дошкільному навчальному закладі; відвідування свят у школі (День знань, Свято букваря, Свято здоров'я, Свято останнього дзвоника); система відвідування вчителями старших груп дошкільного навчального закладу, спостереження за діяльністю дітей на заняттях та поза ними; бесіди з дітьми та їх вихователями; створення «школи майбутнього здорового першокласника»; організація спільних концертів, днів здоров'я, спортивних змагань; ремонт і виготовлення іграшок дітьми тощо.

Підсумком співробітництва педагогічних колективів є спільна педагогічна рада вчителів та вихователів ДНЗ, де аналізуються результати застосування здоров'язберігаючих технологій у процесі підготовки дітей до школи, виявляються й обговорюються помилки та недоліки, прогнозуються перспективи, визначаються напрямки подальшої співпраці школи та дошкільного закладу для формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей. Із метою забезпечення якісної реалізації принципу перспективності й наступності в роботі дошкільного закладу та школи щодо формування здоров'язберігаючої компетенції вихованців важливо дотримуватись таких умов: співробітництво має бути довготривалим і нерозривним; робота - системною і плановою; завдання - комплексними та інтегрованими.

У Базовому компоненті дошкільної освіти результатами освітньої роботи щодо формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетенції визнано обізнаність дитини з будовою свого тіла, гігієнічними навичками за його доглядом; належністю до певної статі; продуктами харчування; основними показниками власного здоров'я, цінністю здоров'я для людини; наявністю умінь виконувати основні рухи та гімнастичні вправи; застосовувати здобуті знання, вміння і навички щодо збереження здоров'я, не зашкоджуючи як власному, так і здоров'ю інших людей; уміння дотримуватись правил безпеки життєдіяльності [1, с. 11]. У інструктивно-методичному листі МОНмолодьспорту від 28.02.13 р. № 1/9-152 «Про розроблення програм для дошкільної освіти» перед науковцями і практиками поставлене наступне чітке і вагоме завдання: «нагальною є потреба у розробленні програм, які б створювали повний програмовий супровід різних форм здобуття дошкільної освіти, задовольняючи

освітні потреби дітей та запити родин, відповідно до інваріантної та варіативної складових Базового компонента дошкільної освіти (редакція 2012 року)» [3].

Наукові співробітники Інституту проблем виховання НАПН України, зокрема, лабораторії фізичного розвитку та лабораторії дошкільного виховання творчо співпрацюють із представниками Української федерації хортингу по створенню авторської Програми з хортингу для дітей 5-7 років «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини», що зорієнтована на виконання вимог Базового компонента дошкільної освіти як державного освітнього стандарту. У процесі розробки програми з хортингу для ДНЗ авторами було враховано Інструктивно-методичний лист МОНмолодьспорту від 28.02.13 р. № 1/9-152 «Про розроблення програм для дошкільної освіти», згідно з яким у освітньому просторі України для роботи з дітьми дошкільного віку використовуються програми різних видів, що класифікують за такими критеріями [3]:

1) **концептуальні засади укладання, на яких ґрунтується навчальна програма** - за цим критерієм програми поділяють на *традиційні, інноваційні, альтернативні*;

2) **особливості спрямування і змістового наповнення навчальної програми, а саме, спрямованість на реалізацію розвивальних, виховних, навчальних цілей освіти, змістові складові і наповнення** - за цим критерієм програми поділяють на *комплексні й парціальні*;

3) **призначення навчальної програми** - за цим критерієм програми поділяють на *загальні, спеціальні, експериментальні*;

4) **рівень упровадження навчальної програми** - за цим критерієм програми поділяють на *загальноукраїнські, регіональні, локальні*.

Оскільки кожна з програм характеризується за сукупністю всіх перерахованих критеріїв, дамо характеристику Програми з хортингу «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини» відповідно до зазначених вище критеріїв. Так, згідно з розглянутою класифікацією [3], за першим критерієм - **концептуальні засади укладання, на яких ґрунтується навчальна програма**, - розроблена Програма з хортингу є *традиційною*, адже базується на загальноприйнятих філософсько-концептуальних засадах, усталених, загальновизнаних, перевірених часом підходах до організації та змісту освітнього процесу. Разом з тим, автори врахували й утілили в ній нові прогресивні концептуальні підходи, сучасні погляди на роль дитини і педагога в освітньому процесі, форми організації дитячої життєдіяльності, що надає програмі ознак *інноваційності*. У підґрунтя програми закладені як *загальнонаукові принципи* (актуальності, науковості, доступності й відповідності програмового матеріалу віковим особливостям розвитку дітей, послідовності, системності, комплексності, гуманізації педагогічного процесу та ін.), так і *специфічні принципи*, дотримання яких відповідає сучасним тенденціям розвитку, виховання і навчання дітей (відповідності світському і гуманістичному характеру освіти; єдності розвивальних, виховних, навчальних цілей і завдань освіти; доцільного поєднання наукової обґрунтованості й можливості практичного застосування; особистісно орієнтованої взаємодії

педагогів і дітей; раціонального співвіднесення організованої і самостійної, вільної діяльності у дитячому бутті; врахування провідних видів діяльності дитини; забезпечення індивідуального та диференційованого підходів у роботі з дітьми; інтеграції змісту, форм, методів, засобів розвитку, виховання і навчання дітей, принцип використання здобутків психологічної науки, принцип забезпечення умов для формування творчої особистості).

Мета впровадження Програми «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини» - формування, зміцнення й збереження фізичного, психічного, духовного й соціального здоров'я вихованців. Названа мета реалізується в таких *стратегічних завданнях*: формування в дитини потреби у здоровому способі життя; виховання ставлення до здоров'я як до цінності; всебічний фізичний розвиток дитини; виховання її позитивних моральних чеснот, вольових якостей (цілеспрямованості, рішучості, витримки, самостійності, наполегливості, мужності), формування вміння оцінювати та ефективно діяти в різноманітних ситуаціях морального вибору; прилучення до системи цінностей, культури, оздоровчих традицій українського народу; формування в дитини цілісної картини світу, індивідуальної, міжособистісної та групової злагоди. Крім того, вивчення та виконання вихованцями спеціально розробленої системи фізичних вправ (дихальних вправ, вправ у основних рухах, вправ оздоровчого характеру та ін.) сприяє вдосконаленню рівня володіння основними рухами, формуванню постави, розвитку швидкості, спритності й координації рухів дитини. Пильна увага має приділятися вивченню й дотриманню дітьми правил поведінки в спортивному залі відповідно до вимог етикету хортингу; засвоєнню правил особистої гігієни; формуванню вмінь виконувати спеціальні підготовчі вправи хортингу; ознайомленню з основними стійками і техніками самозахисту, способами переміщення в стійках і виконання початкових комплексів хортингу.

За другим критерієм - *особливості спрямування і змістового наповнення навчальної програми* - розроблена Програма з хортингу «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини» є *парціальною*, вона окреслює орієнтовний *додатковий зміст освітніх послуг*, засвоєння якого всіма дітьми 5-7-річного віку не є обов'язковим, і спрямована на задоволення *індивідуальних інтересів, бажань, здібностей дітей та запитів їхніх родин* через різні форми здобуття освіти. Вона побудована відповідно до вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей дітей 5-7 років, враховує основні напрямки їх розвитку, передбачає поступові ускладнення програмового змісту на кожному віковому етапі, зорієнтована на реалізацію вимог перспективності й наступності між дошкільною і початковою освітою. Пріоритетним напрямом розробленої програми є фізкультурно-оздоровчий. Авторами було обрано в процесі укладання такий ключовий підхід, як реалізація змісту хортингу в *різних видах діяльності дітей*: ігровій, руховій, трудовій, пізнавальній, комунікативно-мовленнєвій, образотворчій, музичній, театралізованій та ін. Дана програма може бути використана як для організації діяльності дошкільних закладів і груп фізкультурно-оздоровчого напрямку, так і для роботи гуртків, секцій, центрів розвитку дитини при дошкільних, загальноосвітніх, позашкільних закладах, а також для проведення поглибленої індивідуальної роботи в умовах дошкільного навчального закладу та родини з

тими дітьми, які виявляють інтерес, фізичні здібності, рухову та пізнавальну активність в опануванні певних видів спортивної діяльності.

За третім критерієм - *призначення навчальної програми* - Програма з хортингу «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини» є *загальною*, оскільки розроблена з метою реалізації вимог Базового компонента дошкільної освіти як державного освітнього стандарту при наданні дошкільної освіти у навчальних закладах і групах загального розвитку. Також програма є *експериментальною*, оскільки підлягає апробації на предмет можливості та доцільності впровадження її в масову практику.

За четвертим критерієм - *рівень упровадження навчальної програми* - розроблена Програма з хортингу «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини» є *регіональною*.

Автори акцентують увагу на тому, що змістові аспекти хортингу доцільно домірно реалізовувати в процесі організації педагогами (вихователями, інструкторами з фізкультури, інструкторами з хортингу) різних видів дитячої діяльності (ігрової, рухової, пізнавально-пошукової, комунікативно-мовленнєвої, трудової, художньої (образотворчої, музичної, театралізованої) тощо), у ході режимних моментів, у процесі самостійної діяльності дітей, а також у тісній взаємодії з родинами вихованців. Автори програми враховували, що в ході реалізації вона має «забезпечити своєчасний, повноцінний і цілісний розвиток життєво компетентної особистості дитини та її базових якостей, оптимальні фізичні і психічні навантаження з метою охорони здоров'я та покращення фізичного, психічного, соціального благополуччя дитини, її захисту від перевтоми та дезадаптації [3].

Програма з хортингу «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини» має чітку *структуру*, вона дає педагогам чіткий, лаконічний виклад основних освітніх завдань, змісту і результатів освітніх впливів. Першим структурним компонентом є *пояснювальна записка*, у якій авторами визначено *мету, концептуальні засади, специфіку програми*, обґрунтовано її *структуру*; роз'яснено *принципи побудови програми та роботи* за нею, *загальні підходи та специфіку організації* освітнього процесу з дітьми 5-7 років і відстеження його результатів.

Другим структурним компонентом є *зміст програми*, який характеризує: а) *організацію життєдіяльності дітей* (орієнтовний розпорядок дня), проектування можливої організації освітнього процесу з хортингу з урахуванням вікових, індивідуальних особливостей дітей, соціального замовлення батьків відповідно до особистісно орієнтованого підходу, в тому числі орієнтовні тижневі розподіли занять із хортингу з дітьми різного віку; б) *зміст педагогічної роботи з основних складових освітнього процесу*. Тут виокремлюються розділи за віковою періодизацією, у яких подаються стислі *вікові характеристики розвитку дітей*, важливі для обґрунтування подальшого програмового змісту, а також розкриваються *завдання, зміст і форми організації освітнього процесу* з кожного змістового компонента програми. У змістовій частині програми з хортингу авторами визначені *засоби реалізації програмових завдань*, зокрема, переліки ігор, вправ, літературних, музичних, художніх творів тощо. Вони подані в додатках. Матеріали зазначеного блоку змістової частини програми укладено за роками

життя дітей поквартально (для зручності застосування програми і планування освітньої роботи за нею);
в) очікувані результати засвоєння дітьми програмового матеріалу з хортингу, показники життєвої компетентності, що завершують кожний розділ змістової частини програми та всю програму.

Третім структурним компонентом програми «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини» є загальна модель моніторингу досягнення дітьми очікуваних результатів із хортингу. Це дозволить вихователям та інструкторам із фізкультури, інструкторам з хортингу відстежити результативність роботи за програмою. Згідно з моделлю моніторингу необхідно визначити об'єкт (кого обстежують) та суб'єкт (хто проводить моніторинг), форми, періодичність, зміст і певну технологію вивчення й оцінювання підсумкових і проміжних результатів засвоєння програми з хортингу, що дозволить оцінювати динаміку досягнень дітей із хортингу. Педагоги вивчають і оцінюють життєву компетентність та очікувані результати стосовно показників вихованості, навченості, фізичного розвитку дитини. Опис загальної моделі моніторингу досягнення дітьми очікуваних результатів подано в додатках до програми. Крім того, науковими співробітниками лабораторії фізичного розвитку та лабораторії дошкільного виховання Інституту проблем виховання НАПН України разом із представниками Української федерації хортингу ведеться цілеспрямована робота по створенню навчально-методичного забезпечення для вихователів, інструкторів із фізкультури, тренерів-викладачів з хортингу до авторської Програми для дітей 5-7 років «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини». Складові навчально-методичного забезпечення включають у себе:

1) детальну характеристику психофізіологічних особливостей дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, яка містить вікові характеристики розвитку з метою врахування педагогами в освітньому процесі психологічних та анатомо-фізіологічних особливостей розвитку дитини;

2) прояви нахилів дитини до рухової активності та основні методики її діагностики з метою своєчасного виявлення здібностей для занять хортингом. Наприклад, педагогам, інструкторам із фізкультури та тренерам необхідно звертати увагу на такі основні прояви у вихованців нахилів до рухової активності [2, с. 96]: а) дитина дуже енергійна, віддає перевагу руховій діяльності (фізичним вправам, елементам спорту, праці, танцям), охоче заповнює нею своє дозвілля; б) дитина впевнена у своїх силах, не боїться фізичної втоми; в) дитина смілива в оволодінні новими рухами, діями з новим фізкультурним інвентарем, подоланні природних перешкод; г) дитина демонструє вищий порівняно з багатьма однолітками рівень володіння основними рухами (ходьба, біг, лазіння, повзання, стрибки, кидання і ловіння, метання) і розвитку фізичних якостей (швидкість, спритність, сила, гнучкість, координація, рівновага, окомір); д) дитина вирізняється широким діапазоном рухів та їх динаміки (швидко переходить від повільного до швидкого, від плавного до різкого руху і навпаки); е) дитина налаштована на перемогу в спортивних та інших іграх змагального типу; є) дитина має свого героя-спортсмена, цікавиться спортивними подіями, проявляє інтерес до окремих видів спорту);

3) завдання щодо формування фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я дітей 5-7 років у процесі занять із хортингу (фізкультурних занять з елементами хортингу);

4) специфіку педагогічної діяльності вихователя, інструктора з фізкультури, тренера в процесі організації занять із хортингу з дітьми 5-7 років (фізкультурних занять з елементами хортингу);

- 5) особливості складання і вимоги до оформлення документації з хортингу;
- 6) загальні вимоги до планування занять із хортингу (фізкультурних занять з елементами хортингу);
- 7) зразки планування занять із хортингу з розподілом змісту навчального матеріалу (фізкультурних занять з елементами хортингу);
- 8) конспекти занять із хортингу (фізкультурних занять з елементами хортингу);
- 9) дидактичний матеріал до занять із хортингу: *рухливі ігри* для вправного оволодіння основними рухами (ходьбою, бігом, елементами лазіння і повзання, стрибками, киданням і ловінням, метанням; ігри на рівновагу; ігри-естафети; ігри-забави); *комплекси загальнорозвивальних* (вправи для рук і плечового пояса, вправи для тулуба, вправи для ніг, танцювальні вправи, шиккування та перешиковування) *та гімнастичних вправ* для фізкультурних занять і ранкової гімнастики (вправи без предметів; із використанням гімнастичної лави та стінки; з м'ячем; зі скакалкою; з мішечками й гантелями; з великим і малим обручами; з гімнастичною палицею тощо); спортивні ігри та ігрові вправи, вправи спортивного характеру;
- 10) вимоги до відбору різних видів вправ для дітей 5-7 років;
- 11) особливості проведення занять із хортингу в закритому приміщенні та на свіжому повітрі;
- 12) методику навчання дітей виконанню різних видів вправ із хортингу;
- 13) методику моніторингу й оцінювання стану фізичної підготовленості й рівня здоров'я дитини.

Значну увагу при розробці названих вище навчально-методичних матеріалів приділено забезпеченню *методику формування наполегливості у дітей 5-7 років*, як вольової риси особистості, що полягає у здатності дитини тривало, не знижуючи активності, домагатись поставленої мети, незважаючи на труднощі, долаючи при цьому зовнішні і внутрішні перешкоди. Система вправ спрямована на вправляння у дитини здатності не припиняти цілеспрямованих зусиль при виникненні перешкод, а неухильно, попри труднощі й перешкоди, досягати здійснення мети. Перед дитиною висуваяться достатньо складні, але посильні для виконання завдання, які вихованець повинен розпочати виконувати й довести розпочату справу до кінця, мобілізуючи сили для подолання труднощів. Розроблені завдання дозволяють закріпити у дитини прагнення доводити розпочату справу до кінця, готовність докладати зусилля при зіткненні з труднощами, щоб підкорити свою поведінку майбутньому результату, іноді попри спонуки, що безпосередньо діють у певну хвилину. Позитивну роль у розвитку наполегливості дитини відіграють значущі цілі, намір долати труднощі власними зусиллями й усвідомлення обов'язку, сумління, почуття відповідальності за доручену справу перед колективом. Завдання також спрямовані на відпрацювання у дітей умінь самостійно ставити і розв'язувати об'єктивно значущі завдання [5, с. 272].

ВИСНОВКИ. Отже, з метою забезпечення перспективності й наступності між дошкільним закладом і початковою школою в процесі формування основ здорового способу життя дитини на прикладі організації занять

із хортингу педагогам необхідно: а) зміст навчального матеріалу добирати, структурувати й використовувати відповідно до вікових та індивідуальних можливостей дітей із різними рівнями фізичної і психічної підготовленості; б) методично грамотно забезпечити освітню, виховну, розвивальну й оздоровчу спрямованість занять; в) послідовно, доступно й систематично ознайомлювати дітей із поняттями «здоров'я», «здоровий спосіб життя», «засоби зміцнення здоров'я», поглиблювати й розширювати їх зміст; г) формувати й удосконалювати вміння дітей дотримуватися здорового способу життя, зміцнювати здоров'я різними способами; д) ознайомлювати дітей із теоретичними відомостями про хортинг як вид спорту, з найпростішими елементами техніки хортингу, які подані у вигляді оздоровчих фізичних вправ та імітаційних формальних комплексів, із вправами з хортингу з елементами самозахисту та загальнорозвиваючими й спеціальними вправами для розвитку наполегливості й фізичних якостей (швидкості, сили, спритності, витривалості, гнучкості, координації, рівноваги, окоміру) дітей дошкільного та молодшого шкільного віку; е) формування вмінь виконувати названі вправи. Особливу увагу педагогам слід приділяти реалізації принципу перспективності й наступності в оволодінні технікою спеціальних спортивних вправ із хортингу. У процесі навчання технічних прийомів хортингу необхідно на кожному занятті використовувати вправи загальної та спеціальної фізичної підготовки, а саме: прискорення з різних вихідних положень, біг зі зміною швидкості та напрямку за сигналом, багаторазові повторення оздоровчої базової техніки рухів хортингу по повітрю в стійці та у переміщеннях, виконання оздоровчих навчальних форм хортингу - формальних комплексів, вистрибування із присіду вгору, підйоми з присіду у стійку з махами прямими ногами, а також дотримуватися методики оволодіння підготовчими та оздоровчими прийомами базової техніки хортингу, використовуючи пропедевтичні вправи. При вивченні підготовчих елементів техніки хортингу різними способами слід звертати увагу дітей на правильне переміщення їх по хорту (майданчику для занять хортингом). Із метою профілактики травматизму на кожному занятті педагогам (тренерам-викладачам, які мають фахову підготовку) необхідно перевіряти місця проведення занять, ретельно дотримуватися вимог методики навчання спеціальних оздоровчих вправ хортингу, застосовуючи спеціально-розвивальні вправи для елементів базової техніки. Використання хортингу сприяє усвідомленню вихованцями значення здоров'я та необхідності його систематичного зміцнення; вихованню ціннісних орієнтацій на фізичне і духовне вдосконалення особистості; формуванню у дітей потреб і мотивів до систематичних занять фізичними вправами; сприяє засвоєнню необхідних знань у галузі фізичної культури і спорту; вихованню потреби і вмінь самостійно займатися фізичними вправами, усвідомлено застосовувати їх із метою тренування, відпочинку, підвищення працездатності, зараження і зміцнення здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / Науковий керівник: А.М. Богуш // Вихователь-методист дошкільного закладу. Спецвипуск. - К.: МЦФЕРосвіта, 2012. – С. 4-30.
2. Програма розвитку дітей старшого дошкільного віку “Впевнений старт” / О.О. Андрієтті, О. П. Голубович, О. П. Долинна, Т. В. Дяченко [та ін.]. - Тернопіль: Мандрівець, 2012. - 104 с.
3. Інструктивно-методичний лист МОНмолодьспорту від 28.02.13 № 1/9-152 «Про розроблення програм для дошкільної освіти»// <http://osvita.ua/legislation/doshkilna-osvita/34830>.

4. Харченко А. Проблеми наступності та перспективності, шляхи їх вирішення // Підготовка дітей до школи. Наступність і перспективність: Збірник / В.І Войтенко, Л.А. Грицюк, М.І. Каратаєва. – Хмельницький, 2002. – С. 15-17.

5. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. - Х.: Прапор, 2007. – С. 640 с.

Аннотация. Едуард Ерёмко, Елена Острианская. Перспективность и преемственность в реализации содержания основ здорового образа жизни старших дошкольников и младших школьников (на примере программы «хортинг для здоровья, настойчивости, согласия ребёнка»).

Целью исследования является теоретическое обоснование проблемы перспективности и преемственности в реализации содержания по основам здорового образа жизни старших дошкольников и младших школьников (на примере программы «Хортинг для здоровья, настойчивости, согласия ребёнка»). В статье освещены теоретические основы подбора содержания хортинга в учебной программе для старших дошкольников и младших школьников. Репрезентировано результаты сотрудничества исследователей по созданию учебно-методического комплекса для формирования основ здорового образа жизни, настойчивости и согласия у детей 5-7 лет в процессе занятий хортингом.

Ключевые слова: перспективность, преемственность, здоровый образ жизни, хортинг, воспитание настойчивости, согласие, учебно-методическое обеспечение, старшие дошкольники, младшие школьники.

Annotation. Eduard Eremenko, Helen Ostryanskaya. Perspective and succession in the process of implementation of healthy lifestyle basics in preschool and primary school children (evidence from the training program "horting for development of health, persistence and harmony of a child").

The object of the study is a theoretical justification of a perspective and succession in the process of implementation of healthy lifestyle basics in preschool and primary school children, evidence from the training program "Horting for development of health, persistence and harmony of a child". The article provides theoretical basis for selection and place of Horting in the educational programs for preschoolers and primary school children. We provided the results of the scientific investigation on creation of educational and methodological complex for formation of a basis for development of a healthy lifestyle, persistence and harmony among children of 5-7 years old in the process of Horting trainings.

Key words: perspective, succession, healthy lifestyle, Horting, persistence development, harmony, scientific and methodological support, preschoolers, primary school children.