

Наталія ЗАХАРАСЕВИЧ,

orcid.org /0000-0003-2808-3947

кандидат педагогічних наук,

*доцент кафедри теорії та методики дошкільної і спеціальної освіти
Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника
(Івано-Франківськ, Україна) nataliia.zakharasevych@pnu.edu.ua*

Надія КРАВЕЦЬ,

orcid.org/0000-0003-4334-1414

кандидат педагогічних наук,

*доцент кафедри теорії та методики дошкільної і спеціальної освіти
Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника
(Івано-Франківськ, Україна) Kravets.nadiia@pnu.edu.ua*

СПОРТИВНІ ІГРИ ЯК ГОЛОВНИЙ ЧИННИК У РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті розглядається значення спортивних ігор у розвитку рухових якостей дітей дошкільного віку. Акцент зроблено на необхідності фізичної активності в ранньому віці як чинника гармонійного фізичного та психоемоційного розвитку. Визначено основні фізичні якості, що формуються в дітей дошкільного віку, зокрема сила, витривалість, швидкість, спритність та координація рухів. Встановлено, що фізичне виховання є важливим компонентом гармонійного розвитку особистості дитини, оскільки сприяє зміцненню здоров'я, формуванню рухових навичок і мотивації до фізичної активності. З'ясовано, що регулярні заняття фізичними вправами позитивно впливають на фізичний, психологічний і соціальний розвиток дітей дошкільного віку. Особливу увагу приділено формуванню у дітей правильного ставлення до рухової активності та розвитку вольових якостей. Підкреслено, що через фізичне виховання діти вчаться долати труднощі, працювати в колективі та самостійно приймати рішення. Виявлено, що дошкільний вік є оптимальним періодом для закладення основ здорового способу життя. Таким чином, фізичне виховання є невід'ємною складовою освітнього процесу в ЗДО.

Розглянуто особливості організації спортивних вправ у ЗДО. Встановлено, що ефективність фізичного виховання залежить від урахування вікових, фізіологічних та психологічних особливостей дітей. Розкрито важливість дотримання поступовості та систематичності у проведенні спортивних вправ. Зазначено, що організація фізичних занять у формі ігрових вправ стимулює інтерес дітей до рухової активності. Окрему увагу приділено створенню безпечного середовища для занять та адаптації вправ до рівня підготовленості дітей. Розроблено принципи планування фізкультурних занять, які сприяють залученню дітей до активної участі у вправах. Підкреслено, що добре організовані фізкультурні заняття сприяють не лише фізичному, а й соціальному та емоційному розвитку дітей.

Проаналізовано ключові аспекти методики фізичного виховання в закладах дошкільної освіти (ЗДО), що включають рухливі ігри, інтерактивні форми навчання та змагальні елементи. Визначено, що ігрова форма діяльності сприяє не лише фізичному розвитку, а й соціалізації дітей, їх емоційному благополуччю та формуванню навичок співпраці. Виявлено, що мотивація до фізичної активності є критично важливою для забезпечення сталого розвитку рухових якостей у дітей.

Встановлено позитивний вплив спортивних ігор на фізичний розвиток дошкільнят, включаючи покращення координації рухів, розвиток м'язової сили, підвищення витривалості та гнучкості. З'ясовано, що участь дітей у запропонованій програмі фізичних занять сприяє зміцненню опорно-рухового апарату, покращенню функціонування серцево-судинної системи та формуванню правильної осанки.

Підкреслено важливість інтеграції фізичних вправ у загальну освітню програму дошкільних закладів, а також необхідність тісної співпраці вихователів і батьків у формуванні здорового способу життя дітей. Запропоновано конкретні рекомендації щодо впровадження спортивних ігор у навчальний процес, включаючи принципи поступового збільшення фізичного навантаження, використання музичного супроводу та творчих підходів до рухової активності.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що систематичне впровадження спортивних ігор у дошкільну освіту має значний позитивний вплив на фізичний та психосоціальний розвиток дітей, сприяючи формуванню у них позитивного ставлення до активного способу життя та забезпечуючи міцне здоров'я в майбутньому.

Ключові слова: дошкільна освіта, рухова активність, спортивні ігри, діти дошкільного віку, фізична активність.

Nataliia ZAKHARASEVYCH,
orcid.org/0000-0003-2808-3947

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor at the Department of Theory and Methods of Preschool and Special Education
Vasyl Stefanyk Precarpathian National University
(Ivano-Frankivsk, Ukraine) nataliia.zakharasevych@pnu.edu.ua

Nadiia KRAVETS,
orcid.org/0000-0003-4334-1414

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor at the Department of Theory and Methods of Preschool and Special Education
Vasyl Stefanyk Precarpathian National University
(Ivano-Frankivsk, Ukraine) Kravets.nadiia@pnu.edu.ua

SPORTS GAMES AS THE MAIN FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF MOTOR SKILLS OF PRESCHOOL CHILDREN

The article deals with the importance of sports games in the development of motor skills of preschool children. The emphasis is placed on the need for physical activity at an early age as a factor of harmonious physical and psycho-emotional development. The main physical qualities that are formed in preschool children, in particular strength, endurance, speed, agility and coordination of movements, are determined. It has been established that physical education is an important component of the harmonious development of a child's personality, as it promotes health, motor skills and motivation for physical activity. It has been found that regular exercise has a positive effect on the physical, psychological and social development of preschool children. Particular attention is paid to the formation of children's correct attitude to physical activity and the development of volitional qualities. It is emphasized that through physical education, children learn to overcome difficulties, work in a team and make decisions independently. It is found that preschool age is the optimal period for laying the foundations of a healthy lifestyle. Thus, physical education is an integral part of the educational process in preschool educational institutions.

The features of the organization of sports exercises in preschool educational establishments are considered. It has been established that the effectiveness of physical education depends on the age, physiological and psychological characteristics of children. The importance of observing gradualness and systematicity in conducting sports exercises is revealed. It is noted that the organization of physical activities in the form of game exercises stimulates children's interest in physical activity. Particular attention is paid to creating a safe environment for training and adapting exercises to the level of children's fitness. The principles of planning physical education classes that promote children's active participation in exercises are developed. It is emphasized that well-organized physical education classes contribute not only to the physical but also to the social and emotional development of children.

The key aspects of physical education methods in preschool educational institutions (PEEIs), including outdoor games, interactive forms of learning and competitive elements, are analyzed. It is determined that the game form of activity contributes not only to physical development, but also to the socialization of children, their emotional well-being and the formation of cooperation skills. It has been found that motivation for physical activity is critical for ensuring the sustainable development of motor skills in children.

The positive influence of sports games on the physical development of preschoolers, including improved coordination of movements, development of muscle strength, increased endurance and flexibility, has been established. It has been found that children's participation in the proposed program of physical activities helps to strengthen the musculoskeletal system, improve the functioning of the cardiovascular system and form the correct posture.

The importance of integrating physical exercises into the general educational program of preschool institutions, as well as the need for close cooperation between educators and parents in shaping a healthy lifestyle of children is emphasized. Specific recommendations for the introduction of sports games in the educational process, including the principles of gradual increase of physical activity, the use of musical accompaniment and creative approaches to physical activity, are proposed.

Thus, the results of the study confirm that the systematic introduction of sports games in preschool education has a significant positive impact on the physical and psychosocial development of children, promoting the formation of a positive attitude towards an active lifestyle and ensuring good health in the future.

Key words: preschool education, physical activity, sports games, preschool children, physical activity.

Постановка проблеми. Фізичне виховання є важливою складовою гармонійного розвитку дитини, особливо в дошкільному віці, коли формуються основи здоров'я, рухової активності та мотивації до здорового способу життя. Саме в цей

віковий період формується більшість основних рухових умінь і навичок, таких як біг, стрибки, лазіння, метання і ловля предметів. Ці навички є основою для подальшої фізичної активності та спортивних досягнень, а також мають важливий

вплив на загальний розвиток дитини, включаючи когнітивні та соціальні аспекти. Організація занять спортивної тематики в закладах дошкільної освіти сприяє зміцненню здоров'я, розвитку рухових якостей і формуванню особистісних якостей дітей, таких як наполегливість, дисциплінованість, взаємодопомога, вміння працювати в команді. Регулярна фізична активність у дитячих садках не тільки забезпечує нормальний фізичний розвиток, але й позитивно впливає на психологічне благополуччя дітей, знижуючи рівень тривожності, підвищуючи впевненість у собі та покращуючи настрій. Завдяки комплексному підходу до фізичного виховання в ЗДО можна створити умови для всебічного розвитку кожної дитини. Фізичне виховання в дошкільному навчальному закладі – це багатоплановий процес, який поєднує в собі оздоровлення, розвиток рухових якостей і формування важливих якостей особистості. Правильна організація цього процесу в дошкільному навчальному закладі сприяє гармонійному розвитку кожної дитини та закладає основу для активного, здорового та успішного життя в майбутньому.

У сучасному суспільстві зростає увага до фізичного виховання дітей дошкільного віку, що зумовлено не лише необхідністю протидії гіподинамії – стану зниженої рухової активності, що негативно впливає на здоров'я дітей, – а й необхідністю формування позитивного ставлення до рухової активності з раннього віку. Поряд із фізичним здоров'ям увага приділяється також емоційному, соціальному та пізнавальному розвитку дітей через рухову активність, адже правильно організовані рухові заняття сприяють гармонійному розвитку особистості.

Важливо, щоб фізичні вправи були організовані в ігровій формі та включали елементи співпраці, що сприяє не лише руховому, а й соціально-емоційному розвитку. Ігри з елементами командної роботи розвивають у дітей почуття взаємодопомоги, комунікативні навички та вміння дотримуватися правил. Крім того, під час ігрової діяльності діти набувають впевненості в собі, вчаться долати труднощі та отримують позитивні емоції, що підвищує їх мотивацію до рухової активності.

Проведення спортивних вправ у закладі дошкільної освіти потребує врахування вікових, фізіологічних та психологічних особливостей дітей. У віці 3–6 років діти проходять етапи активного формування основних рухових навичок, таких як біг, стрибки, метання і ловля предметів. Водночас обмежена їхня здатність довго концентрувати увагу та регулювати поведінку, що потребує адаптації завдань до коротких динаміч-

них ігрових форматів. Грамотна організація рухових занять у дошкільному навчальному закладі з урахуванням індивідуальних особливостей дітей, створення ігрового середовища, підвищення рівня підготовки педагога дозволяє не тільки протидіяти гіподинамії, а й сформувати стійкий інтерес до рухової активності, закладаючи основи здорового способу життя.

Аналіз досліджень щодо спортивних ігор як головного чинника розвитку рухових якостей дітей дошкільного віку показує, що фізичне виховання в цей період є надзвичайно важливим для розвитку основ здоров'я, фізичної активності, а також формування здорових звичок на все життя.

Українські вчені, які вивчали питання розвитку рухових якостей дітей дошкільного віку через спортивні ігри та фізичну активність, дозволяє виділити кілька важливих аспектів, що стосуються фізичного виховання у дошкільних закладах. Серед них: Груздева І.Л. у своїх працях акцентує увагу на важливості фізичного виховання в дошкільному віці для формування здорових звичок та основ здоров'я. Вона досліджувала вплив фізичної активності на розвиток рухових навичок у дітей та наголошувала на необхідності регулярних занять для зміцнення фізичного здоров'я та психологічного комфорту дітей. Її роботи підтверджують, що фізичне виховання в дитячих садах має бути системним і спрямованим на розвиток базових рухових умінь (Груздева, 2015: 45). Лисенко О.М. досліджувала роль рухових ігор і спортивних вправ у розвитку основних рухових навичок, таких як біг, стрибки, кидання та ловіння предметів. Вона підкреслювала важливість правильно організованих ігор, які дозволяють не тільки зміцнити фізичне здоров'я дітей, але й сприяють розвитку соціальних та емоційних якостей. Лисенко наголошує на необхідності використання елементів співпраці в іграх, що розвивають вміння працювати в команді, взаємодіяти з іншими дітьми та дотримуватись правил (Лисенко, 2018: 112). Шиян В.В. вивчала вплив фізичних вправ на фізіологічний розвиток дітей дошкільного віку. Її дослідження показали, що правильна організація фізичних занять може значно покращити не тільки фізичний стан дітей, але й їхній емоційний фон, знижуючи рівень тривожності та підвищуючи впевненість у собі. Вона відзначала, що спортивні ігри є ефективним інструментом для зміцнення емоційної стійкості та підвищення психологічного благополуччя дітей (Балацька, Галаманжук, Єдинак, Гнесь, 2017: 7).

Таким чином, дослідження цих вчених підтверджують, що спортивні ігри та фізичні вправи є

важливими компонентами фізичного, емоційного та соціального розвитку дітей дошкільного віку. Вони допомагають формувати не тільки рухові навички, але й сприяють розвитку таких важливих особистісних якостей, як співпраця, дисципліна, здатність долати труднощі та впевненість у собі. Крім того, організація таких занять у закладах дошкільної освіти допомагає протидіяти гіподинамії, формуючи у дітей здоровий спосіб життя.

Мета дослідження – визначити та науково обґрунтувати вплив вправ спортивного характеру та методик їх проведення у роботі з дітьми дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Фізичний розвиток дітей дошкільного віку є однією з ключових складових гармонійного формування особистості. Саме в цей період життя дитини активно росте і розвивається організм, формуються основні життєві функції та фізичні якості, які вплинуть на подальший фізичний та психоемоційний стан. Розвиток фізичних якостей, таких як сила, витривалість, спритність, швидкість і координація є необхідною умовою успішної адаптації дітей до життя, формування впевненості в собі, самовладання та здорового способу життя.

Фізичні якості – це сукупність властивостей організму, що визначають його здатність виконувати різноманітні фізичні дії з певною інтенсивністю, точністю, швидкістю та витривалістю. У дітей молодшого дошкільного віку (від 3 до 4 років) ці якості тільки починають формуватися, тому важливо забезпечити умови, які сприятимуть їхньому гармонійному розвитку. Саме на цьому етапі закладається основа для подальшого фізичного та психоемоційного розвитку дитини. Основними фізичними якостями, які необхідно розвивати у дітей цього віку, є сила, швидкість, спритність, витривалість і координація (Цьовх, Куспіш, Зубрицький, Рожко, 2020: 161).

Важливим завданням педагогів і вихователів є створення таких умов, за яких фізичний розвиток дитини відбувався б гармонійно і сприяв становленню її особистості. У процесі фізичного виховання дітей молодшого дошкільного віку необхідно враховувати їх вікові та індивідуальні особливості. Наприклад, діти відрізняються високою рухливістю та емоційністю, тому ігри на свіжому повітрі є найбільш природним способом розвитку їхніх фізичних якостей.

Однією з ключових психолого-педагогічних проблем розвитку фізичних якостей у цьому віці є забезпечення достатньої мотивації до рухової діяльності. Педагоги повинні формувати у дітей позитивне ставлення до занять фізичними

вправами та рухливими іграми, викликати у них інтерес до участі в таких заходах. Крім того, важливо створювати ситуації успіху, щоб діти відчували задоволення від своїх досягнень і прагнули покращити свої результати (Вільчковський, Курок, 2018: 118).

Сучасна система дошкільної освіти приділяє значну увагу фізичному вихованню дітей, проте проблема розвитку фізичних якостей дітей дошкільного віку часто залишається недооціненою. Багато вчителів акцентують увагу на когнітивному та емоційному розвитку дітей, залишаючи на другому плані фізичний розвиток, що може призвести до недостатньої фізичної активності, що негативно позначається на загальному стані здоров'я та розвитку дитини.

Проте сучасні психолого-педагогічні дослідження свідчать про необхідність комплексного підходу до виховання дошкільників, де фізичний розвиток відіграє ключову роль у формуванні здорової та всебічно розвиненої особистості. У практиці фізичного виховання дошкільників активно використовуються інтерактивні методи навчання, які включають різноманітні рухливі ігри, змагання та вправи, спрямовані на розвиток фізичних якостей дітей (Тимошенко, Дьоміна, 2016: 6).

Одним із найефективніших засобів фізичного виховання вважаються ігри. Вони не тільки сприяють розвитку фізичних якостей, але й мають потужний вплив на соціальний та емоційний розвиток дитини. Ігрова форма діяльності є природною для дітей дошкільного віку, тому стимулює їх активність, створює позитивний емоційний фон і сприяє кращому оволодінню руховими навичками.

Можна відзначити, що розвиток фізичних якостей дітей дошкільного віку є багатогранною психолого-педагогічною проблемою, яка потребує комплексного підходу. Ефективне фізичне виховання має враховувати як фізіологічні, так і психічні особливості дітей, стимулювати їх мотивацію до рухової діяльності та забезпечувати гармонійний розвиток усього організму. Також необхідно враховувати основні принципи: систематичність і послідовність. Вони забезпечують поступовий і гармонійний розвиток фізичних якостей дітей. Регулярні фізкультурно-оздоровчі заняття сприяють формуванню звички до активного способу життя та формують позитивне ставлення до рухової активності. Поступове збільшення фізичного навантаження дозволяє організму дитини адаптуватися до нових умов без стресів і перевантажень, що критично важливо для дитячого організму, який ще формується.

Дотримання цього принципу сприяє стабільному розвитку м'язової системи, покращенню координації рухів, витривалості та загальної фізичної підготовленості. Наприклад, планування занять має враховувати як короткострокові, так і віддалені цілі: від досягнення конкретних результатів протягом одного заняття до систематичного вдосконалення фізичних якостей протягом тривалого періоду, що дозволяє уникнути надмірного навантаження, при цьому (Денисенко, Мельник, 2023: 5).

Важливість фізичного виховання в дошкільному віці визначається формуванням основних рухових навичок, розвитком фізичної витривалості та забезпеченням загального гармонійного розвитку дитини. Педагогічний підхід до організації спортивних вправ повинен враховувати вікові та індивідуальні особливості дітей, а також їх емоційний стан, мотивацію до рухової активності та потребу в ігровій діяльності.

Психологічні аспекти спортивних вправ передбачають створення позитивної емоційної атмосфери, що сприяє формуванню інтересу до рухової діяльності. Це особливо важливо для дошкільного віку, коли психіка дитини надзвичайно чутлива до зовнішніх впливів. Атмосфера на занятті повинна бути наповнена доброзичливістю, веселощами та підтримкою, що сприяє зниженню тривожності та формує у дітей впевненість у собі (Пантук, Ярушак, Прейс, Потюк, 2019: 12).

Отже, проведення спортивних вправ у дошкільному закладі потребує комплексного підходу, який поєднує педагогічні та психологічні аспекти. Важливість формування позитивного ставлення до рухової активності та створення сприятливих умов для гармонійного розвитку дитини є ключовими завданнями фізичного виховання на цьому етапі. Ефективна організація занять сприяє не тільки зміцненню фізичного здоров'я, а й формуванню соціальних навичок, таких як співпраця та взаємоповага. Дотримання індивідуального підходу дозволяє врахувати особливості кожної дитини, що забезпечує її активну участь у заняттях. Взаємозв'язок ігрового, спортивного та освітнього компонентів підвищує інтерес дошкільників до рухової діяльності та формує стійкі звички до здорового способу життя.

Завдяки регулярним заняттям спортивними іграми та вправами діти вчаться краще контролювати свої рухи, що позитивно позначається на рівновазі, гнучкості та точності рухів. Крім того, такі вправи розвивають швидкість реакції та вміння адаптуватися до мінливих ситуацій, що є важливими складовими загального фізичного розвитку.

Участь у командних завданнях вчить дітей співпрацювати, спілкуватися та підтримувати один одного, формуючи важливі соціальні навички, такі як відповідальність, терпіння та повага до інших. Ці вправи допомагають підвищити впевненість у собі, самодисципліну та мотивацію до фізичної активності. Діти отримують позитивний досвід від досягнення особистих і командних цілей, що стимулює їхній інтерес до активного життя та руху. В результаті комплекс фізичних вправ в ЗДО сприяє не тільки здоровому розвитку організму, а й формуванню важливих психологічних і соціальних якостей, необхідних для успішної інтеграції в групу та активного спільного життя (Балацька, Галаманжук, Єдинак, Гнесь, 2017: 6).

Організація спортивних ігор дітей дошкільного віку вимагає врахування фізичних, психологічних і вікових особливостей дитини. Батьки та вихователі повинні створити такі умови, які сприятимуть формуванню позитивного ставлення до рухової активності та забезпечуватимуть емоційний комфорт під час ігор. Важливо, щоб ігри були цікавими і доступними всім дітям, незалежно від їх індивідуальних можливостей. Застосування різноманітних рухових завдань сприяє розвитку координації, спритності, витривалості та інших фізичних якостей.

Одним із ключових аспектів організації спортивних ігор є їх адаптація до рівня фізичної підготовленості дітей. Занадто складні або довгі завдання можуть викликати втому або втрату інтересу, а надто легкі не сприятимуть розвитку. Вихователі повинні уважно спостерігати за дітьми, за необхідності своєчасно змінювати умови гри, здійснювати індивідуальний супровід. Важливо також враховувати, що діти дошкільного віку мають обмежену здатність до концентрації, тому ігри повинні бути нетривалими і чергуватися з періодами відпочинку (Вільчковський, Курок, 2018: 85).

Вихователям рекомендовано проводити заняття у формі групових ігор, оскільки це сприяє соціалізації дітей, розвитку комунікативних навичок та вміння працювати в колективі. Такі ігри, як естафети чи групові спортивні змагання, розвивають у дітей почуття відповідальності, співпраці та поваги до інших. Важливо також створити ситуації, в яких кожна дитина зможе відчувати себе успішною, отримати позитивну оцінку своїх зусиль, що сприяє підвищенню самооцінки дитини та стимулює її до подальшої діяльності (Вільчковський, Курок, 2018: 86).

Впровадження в заняття з фізичної культури в закладі дошкільної освіти спортивних вправ

сприяє гармонійному фізичному розвитку, зміцненню здоров'я, вдосконаленню соціальних навичок та формуванню позитивного ставлення до активного способу життя. Такі заняття необхідно розробляти та систематично впроваджувати в освітні програми для забезпечення здорового та всебічного розвитку дітей дошкільного віку.

Особливу увагу слід приділяти безпеці під час проведення спортивних ігор. Ігровий майданчик або приміщення для занять повинні бути належним чином обладнані, щоб уникнути травм. Вихователі та батьки повинні стежити за дотриманням правил гри, забезпечувати справедливий розподіл ролей, не допускати конфліктів між дітьми. Крім того, слід уникати перевантаження дітей фізичними вправами, особливо в жарку або холодну погоду. Правильна підготовка та контроль за ходом гри забезпечують не лише фізичну безпеку, а й позитивний емоційний фон.

Для забезпечення максимального ефекту від спортивних ігор їх рекомендується поєднувати з музичним супроводом, використанням яскравого інвентарю, залученням елементів творчості. Наприклад, можна організувати тематичні ігри на свіжому повітрі, в яких діти грають ролі казкових персонажів або героїв пригодницьких сюжетів. Такий підхід сприяє розвитку уяви, творчості, емоційного залучення дітей до процесу гри. Це не тільки урізноманітнює діяльність, але й допомагає дітям краще засвоювати нові рухові навички (Томашук, Деделюк, Ковальчук, Дем'янчук, Войтович, 2024: 35).

Створення єдиного оздоровчого простору, яке обговорюється в рамках цього принципу, формує у дітей позитивне ставлення до рухової активності

як природної частини їхнього життя, що допомагає виробити здорові звички, які вони зможуть зберегти в майбутньому, а також забезпечує всебічний розвиток, гармонійно поєднуючи фізичний, розумовий і соціальний розвиток особистості.

Таким чином, ефективна організація спортивних ігор дітей дошкільного віку потребує комплексного підходу, який передбачає врахування вікових та індивідуальних особливостей дітей, створення безпечних умов гри та стимулювання позитивної мотивації до рухової діяльності. Тісна співпраця батьків і вихователів забезпечує гармонійний фізичний і психологічний розвиток дітей, формує в них основи здорового способу життя.

Висновки. Дослідження впливу спортивних вправ на фізичний розвиток дітей дошкільного віку підтвердило важливість регулярних занять фізичними вправами для формування основ здорового життя. Виявлено, що систематичне виконання вправ сприяє поліпшенню фізичних показників, таких як сила, витривалість, швидкість і координація, а також розвитку опорно-рухового апарату та зміцненню серцево-судинної системи. Важливим є також позитивний вплив на емоційний стан дітей, зокрема підвищення впевненості в собі, мотивації до рухової активності та зміцнення психологічної стабільності. Визначено, що фізичний розвиток дітей дошкільного віку є невід'ємною складовою гармонійного формування особистості та основою для подальшого здорового способу життя. Рекомендації щодо впровадження спортивних ігор та вправ в освітні програми сприятимуть покращенню фізичного і психоемоційного розвитку дітей дошкільного віку, створюючи базу для їхнього успішного розвитку в майбутньому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Базовий компонент дошкільної освіти (Державний стандарт дошкільної освіти). Нова редакція. 2021. URL: https://mon.gov.ua/staticobjects/mon/sites/1/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf
2. Балацька Л. В., Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А., Гнесь Н. О. Шляхи покращення моторної функції дітей у процесі фізичного виховання. Вісник Прикарпатського національного університету. Серія: Фізична культура. 2017. Вип. 27–28. С. 6–12.
3. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2018. 428 с.
4. Груздева І.Л. Спортивні ігри у фізичному вихованні дітей дошкільного віку: методичні аспекти та рекомендації. – К., 2015. – С. 45–63.
5. Денисенко Н. Ф., Мельник Л. Д. Будьте здорові, діти. Дошкільне виховання, дод. «Палітра». 2023. № 2. С. 5–9.
6. Лисенко О.М. Розвиток фізичних якостей дітей дошкільного віку через спортивні ігри: монографія. – Харків: Основа, 2018. – С. 112–130.
7. Пантюк Т. І., Ярушак М. І., Прейс Н. І., Потюк С. В. Інноваційні технології як чинник формування здорового способу життя дітей. Гірська школа Українських Карпат. 2019. № 21. С. 25–29.
8. Тимошенко, О. В., Дьоміна, Ж. Г. Як модернізувати національну систему фізичного виховання? Сучасний освітній вимір. Освіта. Всеукр. громадсько-політичний тижневик. 2016. № 15(5710). С. 6.
9. Томашук О. Г., Деделюк Н. А., Ковальчук Н. М., Дем'янчук О. Г., Войтович І. М. Інноваційні підходи до організації фізичного виховання школярів. Вісник Прикарпатського університету. Серія : Фізична культура. 2024. Вип. 42. С. 31–35.

10. Цювх Л. П., Куспиш О. В., Зубрицький Я. Я., Рожко О. І. Інноваційна складова трансформації системи фізичного виховання студентів в аспекті здоров'язбереження. Гірська школа Українських Карпат. 2020. № 22. С. 161–166.
11. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : Оіум, 2017. 280 с.
12. Шиян В.В. Використання спортивних ігор у процесі фізичного виховання дошкільнят: наукові дослідження та практичні рекомендації. – Львів: Наука, 2017. – С. 78–92.

REFERENCES

1. Bazovyi komponent doshkilnoi osvity (Derzhavnyi standart doshkilnoi osvity). Nova redaktsiia. [Basic component of preschool education (State standard of preschool education). New edition] 2021. URL: https://mon.gov.ua/staticobjects/mon/sites/1/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf [in Ukrainian].
2. Balatska L. V., Halamanzhuk L. L., Yedynak H. A., Hnes N. O. (2017) Shliakhy pokrashchennia motornoï funktsii ditei u protsesi fizychnoho vykhovannia. [Ways to improve the motor function of a child in the process of physical education] Visnyk Prykarpatskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Fizychna kultura. 2017. Vyp. 27-28. 6–12. [in Ukrainian].
3. Vilchkovskiy E. S., Kurok O. I. (2018) Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia ditei doshkilnoho viku [Theory and methods of physical education of preschool children]. Sumy : Universytetska knyha, 2018. 428. [in Ukrainian].
4. Hruzdeva I.L. (2015) Sportyvni ihry u fizychnomu vykhovanni ditei doshkilnoho viku: metodychni aspekty ta rekomendatsii [Sports games in the physical education of preschool children: methodological aspects and recommendations]. K., 2015. 45–63. [in Ukrainian].
5. Denysenko N. F., Melnyk L. D. (2023) Budte zdorovi, dity. [Be healthy, children] Doshkilne vykhovannia, dod. «Palitra». 2023. № 2. 5–9. [in Ukrainian].
6. Lysenko O.M. (2018) Rozvytok fizychnykh yakosti ditei doshkilnoho viku cherez sportyvni ihry [Development of physical qualities of preschool children through sports games]. Kharkiv: Osnova, 2018. 112–130. [in Ukrainian].
7. Pantiuk T. I., Yarushak M. I., Preis N. I., Potiuk S. V. (2019) Innovatsiini tekhnolohii yak chynnyk formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia ditei. [Technological innovation as a basis for the formation of a healthy way of raising a child]. Hirskha shkola Ukrainykh Karpat. 2019. № 21. 25–29. [in Ukrainian].
8. Tymoshenko, O. V., Domina, Zh. H. (2016) Yak modernizuvaty natsionalnu systemu fizychnoho vykhovannia. [How to modernize the national physical education system?] Suchasnyi osvittii vymir. Osvita. Vseukr. hromadsko-politychnyi tyzhnevnyk. 2016. № 15(5710). 6. [in Ukrainian].
9. Tomashchuk O. H., Dedeliuk N. A., Kovalchuk N. M., Demianchuk O. H., Voitovych I. M. (2024) Innovatsiini pidkhody do orhanizatsii fizychnoho vykhovannia shkolariv. [Innovative approaches to the organization of physical education in schools]. Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Serii : Fizychna kultura. 2024. Vyp. 42. 31–35. [in Ukrainian].
10. Tsovk L. P., Kuspysh O. V., Zubrytskyi Ya. Ya., Rozhko O. I. (2020) Innovatsiina skladova transformatsii systemy fizychnoho vykhovannia studentiv v aspekti zdoroviazberezhennia. [Innovation in the transformation of the physical education system of students in terms of health protection]. Hirskha shkola Ukrainykh Karpat. 2020. № 22. 161–166. [in Ukrainian].
11. Shyian B. M., Yedynak H. A., Petryshyn Yu. V. (2017) Naukovi doslidzhennia u fizychnomu vykhovanni ta sporti [Scientific research in physical education and sports]. Kamianets-Podilskyi : Oiium, 2017. 280. [in Ukrainian].
12. Shyian V.V. (2017) Vykorystannia sportyvnykh ihor u protsesi fizychnoho vykhovannia doshkilniat: naukovi doslidzhennia ta praktychni rekomendatsii. [The use of sports games in the process of physical education of preschoolers: scientific research and practical recommendations] Lviv: Nauka, 2017. 78–92. [in Ukrainian].