

потенціалу. У подальших дослідженнях, на наш погляд, доцільно розробити детальні рекомендації щодо інтеграції цифрових технологій у створення портфоліо, а також методи оцінювання його ефективності у професійному становленні.

Список використаних джерел

1. Кендюхова А. А. Професійне портфоліо: територія успіху сучасного педагога: [навчально-методичний посібник]. Кіровоград: КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2016. 36 с
2. Лисеменкова С. С. Методичні рекомендації створення портфоліо педагогічного працівника. URL: <https://vseosvita.ua/library/metodychni-rekomendatsii-stvorennia-portfolio-pedahohichnoho-pratsivnyka-597918.html>
3. Портфоліо педагогічного працівника. URL: <http://ccts.ho.ua/prepod/portfolio.pdf>

УДК: 373.2.015.31:796.012

Дика Ю.О.

Полтавський національний педагогічний університет В. Г. Короленка

Карапузова І. В.

Полтавський національний педагогічний університет В. Г. Короленка

ЗНАЧЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДЛЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Анотація: в статті розглядається важливість рухової активності в дошкільному віці як ключовому фактору фізичного та психічного розвитку дітей. Визначено, що недостатня рухова активність негативно впливає на загальний фізичний стан дітей, знижуючи їхню стійкість до захворювань та готовність до навчання. Збалансований руховий режим є важливим для зміцнення здоров'я та розвитку соціальних і комунікативних навичок дошкільників. У статті також проаналізовано різні форми фізичного виховання, включаючи рухливі ігри, фізкультурні заходи та оздоровчі практики, а також підкреслено важливість активного перебування на свіжому повітрі і самостійної рухової діяльності дітей. У висновках наголошено на необхідності оптимізації рухового режиму в дошкільних навчальних закладах для забезпечення всебічного розвитку дітей.

Ключові слова: Рухова активність, фізичний розвиток, дошкільники, фізичне виховання, руховий режим, оздоровчі практики, соціальні навички, комунікативні навички, фізкультурні заходи, самостійна рухова діяльність.

Постановка проблеми. Всебічний розвиток дитини багато в чому залежить від рухової активності, яка є ключовим фактором фізичного та психічного розвитку. Проте недостатня увага до фізичного виховання у дошкільному віці може призвести до порушень у розвитку, негативно впливаючи на розумову сферу та рівень підготовки дітей до школи. Актуальність цієї проблеми зростає на тлі сучасних умов, коли рухова активність дітей часто є недостатньою через зміну способу життя. Вивчення фізичного розвитку дошкільнят та оптимізація їхнього рухового режиму є важливими завданнями для педагогів і батьків.

Актуальність дослідження. Одним із ключових чинників, що сприяє всебічному фізичному розвитку дитини, є належний рівень її рухової активності. Для дітей дошкільного віку рухова активність виступає

природною біологічною потребою, яка забезпечує гармонійний розвиток. Рухи відіграють важливу роль не лише у фізичній діяльності, а й є невід'ємною складовою багатьох психічних процесів. Недостатня рухова активність дошкільників негативно позначається на їхньому фізичному розвитку, знижує стійкість організму до захворювань та зменшує їхню готовність до навчання. Збалансований руховий режим сприяє не лише зміцненню здоров'я, але й формуванню соціальних і комунікативних навичок. У зв'язку з цим необхідність вивчення фізичного розвитку та розробки ефективного рухового режиму у дошкільних закладах набуває особливої актуальності.

Аналіз останніх досліджень. У науковій літературі питання рухової активності дітей розглядається з різних аспектів. Зокрема, Е. Вільчковський та Н. Денисенко досліджували організацію рухового режиму у дошкільних закладах, підкреслюючи важливість систематичного фізичного виховання для забезпечення всебічного розвитку дитини. Т. Круцевич і М. Вороб'єв вивчали контроль і оцінку фізичної підготовленості дітей, наголошуючи на необхідності врахування індивідуальних особливостей кожної дитини. Е. Степаненкова акцентувала увагу на взаємозв'язку між руховою активністю і розвитком здоров'я дітей дошкільного віку.

Значущість рухової активності акцентується в дослідженнях багатьох педагогів і психологів: О. Богиніч, Є. Вавілової, С. Волкової, Л. Глазиріної, Н. Денисенко, О. Дубогай, Ю. Змановського, Л. Карманової, О. Крилової, М. Маханьової, І. Муравова, М. Рунової, В. Спіріної, Т. Таллер, В. Теленчі, В. Фролова, Г. Юрко та інших. Питання оптимізації рухового режиму у дітей дошкільного віку в освітніх закладах детально розкрито в роботах Е. Вільчковського та М. Єфименка. Загальні аспекти значення рухової активності у фізичному вихованні дошкільників висвітлено у працях О. Бикової, О. Богиніч, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, М. Рунової, Т. Осокіної та інших.

Метою роботи є вивчення особливостей фізичного розвитку та оптимізації рухового режиму дітей дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Недостатній фізичний розвиток та низька рухова підготовленість дітей дошкільного віку в значній мірі зумовлені недостатнім рівнем їхньої рухової активності. Для усунення цих недоліків необхідно приділити особливу увагу організації фізичного виховання, забезпечуючи правильну побудову рухового режиму, спрямовану на оздоровлення дітей, а також впроваджувати медико-профілактичні заходи [1, 4].

Фізичний розвиток дошкільників є основою їх працездатності та загального здоров'я. Рухова активність не лише сприяє розвитку опорно-рухового апарату, але й активізує роботу кори головного мозку, позитивно впливає на вищу нервову діяльність та емоційний стан дитини [2, 3].

Для покращення фізичного та функціонального розвитку дітей важливо забезпечити оптимальний руховий режим, збалансований між організованою та спонтанною діяльністю. Водночас варто зауважити, що як низький рівень рухової активності, так і її надмірна інтенсивність можуть негативно впливати на організм дитини [1]. Штучне збільшення фізичних навантажень, зокрема

через значний обсяг фізкультурних занять, або, навпаки, обмеження рухової активності, компенсується дітьми через підвищену активність у вільний час [4].

З огляду на це, надзвичайно важливим є визначення оптимального співвідношення між спеціально організованими фізичними вправами та природною руховою активністю дітей. Це забезпечить гармонійний розвиток та позитивно вплине на фізичний, емоційний і психічний стан дошкільників [2].

Для підвищення рухової активності та зміцнення здоров'я дітей доцільно впроваджувати такі форми фізичного виховання:

- *рухливі ігри*: сезонні, малорухливі, спортивного характеру. Рухлива гра є ефективним засобом гармонійного виховання, що сприяє розвитку фізичних якостей, інтелектуальних здібностей та загартовує організм [1, 4];

- *фізкультурні заходи*: цільові прогулянки, фізкультурні свята, дні здоров'я, спортивні змагання та тижні фізкультури [2];

- *оздоровчі практики*: традиційні (точковий масаж, ходьба по «доріжках здоров'я») та нетрадиційні (музикотерапія, сміхотерапія, дихальна гімнастика, пальчикова гімнастика, гімнастика для очей, релаксація, психогімнастика) [3,4].

Природа також надає широкі можливості для фізичного розвитку. Прогулянки на свіжому повітрі сприяють руховій активності, загартовують організм і покращують емоційний стан дітей. Для забезпечення цікавості прогулянок необхідно включати рухливі ігри, які формують правильну поставу, розвивають фізичні якості та є профілактикою плоскостопості [1, 2].

Фізкультурні заняття на свіжому повітрі та організація дитячого туризму у формі прогулянок або походів за межі закладу дошкільної освіти є дієвими засобами підвищення фізичної активності [3].

Особливого значення набуває самостійна рухова діяльність, яка дозволяє дітям вільно реалізовувати свої потреби у русі. Завдання педагогів полягає в організації сприятливих умов для цієї діяльності, забезпеченні її змістовності та відповідності віковим і індивідуальним потребам дошкільників [4].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Таким чином, фізичне виховання дошкільників має бути спрямоване на формування оптимального рухового режиму, який гармонійно поєднує організовану та спонтанну рухову активність. Використання різноманітних форм фізкультурно-оздоровчої роботи, впровадження ігрових методів та залучення природних ресурсів є ключовими умовами для забезпечення всебічного розвитку дітей, зміцнення їхнього здоров'я та підготовки до подальшого навчання.

Список використаних джерел

1. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: навч.-метод. посіб. – Тернопіль: Мандрівець, 2011. – 128 с.

2. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5–10 років у закладах освіти: навч. посіб. – Запоріжжя: ЗОІППО, 2006. – 228 с.
3. Гаращенко Л. В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. – К.: ТОВ «ЛазуритПоліграф», 2016. – 144 с.
4. Круцевич Т. Ю., Вороб'єв М. І. Контроль в фізичному вихованні дітей, підлітків і юнаків. – Київ, 2005. – 195 с.

УДК: 373.2.015.31:(111.852+17)]:004

Дриньова Д. Ю

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Науковий керівник – к. п. н. Фазан Т.П

ВИКОРИСТАННЯ МУЛЬТИМЕДІА У ЕСТЕТИЧНОМУ ТА МОРАЛЬНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті розглядається важливість естетичного та морального виховання дітей дошкільного віку, як ключових складових гармонійного розвитку особистості. Представлено сучасні методи інтеграції мультимедійних технологій у виховний процес, зокрема використання відеоуроків, інтерактивних ігор, аудіоказок і мультфільмів, які підвищують мотивацію дітей і сприяють кращому засвоєнню матеріалу. Наголошено на тому, що використання мультимедіа дозволяє зробити навчання більш інтерактивним та ефективним, формуючи гармонійно розвинену особистість, здатну розуміти красу та дотримуватися моральних норм, що є основою успішної соціалізації дитини в майбутньому.

Ключові слова: моральне виховання, естетичне виховання, мультимедіа, діти дошкільного віку, заклад дошкільної освіти.

Постановка проблеми. Актуальність проблеми використання мультимедіа у вихованні дітей дошкільного віку зумовлена сучасними викликами освітнього процесу та зміною підходів до навчання і виховання. Зростаючий вплив цифрових технологій на життя дітей з раннього віку ставить нові завдання перед педагогами, зокрема, як ефективно інтегрувати мультимедійні засоби в освітній простір для гармонійного розвитку дитини.

Мультимедіа зараз набуває велику важливість у створенні безліч мультфільмів з різними виховними сенсами. Більшість батьків з малечку не вимушено привчають дітей до гаджетів, не звертаючи увагу на те, яку користь або ж шкоду нанесе сенс та картинка та які аспекти людських якостей вона буде виховувати у їхній дитині. Мультимедійні технології стали вже невід'ємною частиною життя дошкільників і тому вплив на їхній емоційний розвиток та естетичні моральні цінності потребують детального вивчення. В закладах дошкільної освіти використання мультимедіа може нести як позитивний так і негативний вплив на формування особистості дитини. З позитивного боку правильно підібрані мультимедіа зможуть допомогти дитині осягнути базове естетичне сприйняття картини та моральні принципи, а з негативного – безконтрольне використання мультимедіа та наявних у них вимушених образів можуть сформувати у них хибне уявлення про цінності, реальність світу та створювати стереотипні образи персонажів.