

68. Shishida F., Flynn S.M. How does the philosophy of martial arts manifest itself? Insights from Japanese martial arts. *Ido Movement for Culture. Journal of martial Arts Anthropology*, vol. 13 (3), 2013, 29–36.
69. Shortt J.G., Hashimoto K. *Beginning Jiu-Jitsu Ryoji-Shinto Style*. P.H. Crompton Ltd., London 1979.
70. Sieber L. *Zen-do-karate Tai-te-tao*. In: W.J. Cynarski [ed.], *Selected Areas of Intercultural Dialogue in Martial Arts*, Rzeszów University Press, Rzeszów 2011, pp. 145–154.
71. Sieber L., Cynarski W.J. Peter K. Jahnke and Zendō karate Tai-te-tao. *Idō – Ruch dla Kultury / Movement for Culture*, vol. 3, 2002–2003, 257–264.
72. Sieber L., Cynarski W.J. A new stage in the history of the Idokan organization. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, vol. 13 (3), 2013, 59–71.
73. Sieber L., Cynarski W.J., Litwiniuk A. Spheres of fight in martial arts. *Archives of Budo*, vol. 3, 2007, 42–48.
74. Simpkins C., Simpkins A. Confucianism and the Asian Martial Traditions. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, vol. 2 (2), 2007, 46–53.
75. Słopecki J. Race for the highest martial arts grades, its glamour and shadows. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, vol. 13 (4), 2013, 35–44.
76. Szabo B., Sakai T. *Some thoughts on the transmission and development of jujutsu and aikido in Hungary*. In: *2013 International Budo Conference by the Japanese Academy of Budo. Abstracts*, University of Tsukuba, Sept. 10–12 2013, p. 132.
77. Takagi T. *A Comparison of Bushido and Chivalry*. T. Matsuno, Osaka 1984.
78. Tokarski S. Budo in transition – the challenge of combat sports in the third millennium. *Arch Budo*, vol. 2, 2006, 35–39.
79. Villamón M., Brown D., Espartero J., Gutiérrez C. Reflexive Modernization and the Disembedding of Jūdō from 1946 to the 2000 Sydney Olympics. *International Review for the Sociology of Sport*, no. 2, 2004, 139–156.
80. Vit M., Reguli Z. Motivation and value orientation of combative systems trainers. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, vol. 11 (3), 2011, 52–59.
81. Wolters J.M. Budo-Pedagogy. *Ido – Ruch dla Kultury / Movement for Culture*, vol. 5, 2005, 193–205.
82. Yi Duk-moo, Park Je-ga. *Muye Dobo Tongji. Comprehensive Illustrated Manual of Martial Arts. By order of King Jungjo*. trans. by Sang H. Kim, Turtle Press, Hartford 2000.
83. Zeng H.Z., Cynarski W.J., Xie L. Martial arts students' motivation and health related behaviours in Changshu. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, vol. 13 (3), 2013, 72–84.
84. Znaniecki F. *The Method of Sociology*, New York 1934.

Рецензент: канд. психол. наук, доц. Курилюк С. І.

ББК 77.1

Олег Вінтоняк

УДК 37.037: 159.922.7

ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ У НАУКОВО-ПРАКТИЧНІЙ ПАРАДИГМІ

У науковій статті представлено результати аналізу наукових джерел літератури по проблемі тезаурусу фізичного розвитку дітей дошкільного віку. Матеріал розкриває феноменологічну площину фізичної культури. Систематизовано сутнісні поняття фізичної культури, а саме фізичне виховання, спорт, фізична підготовленість, фізичний розвиток. Актуалізовано необхідність комплексного вивчення фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Ключові слова: фізичний розвиток, фізичне виховання, фізична підготовленість, здоров'я, старший дошкільний вік.

В научной статье представлены результаты анализа научных источников литературы по проблеме тезауруса физического развития детей дошкольного возраста. Материал раскрывает феноменологическую плоскость физической культуры. Систематизированы понятия физической культуры, а именно физическое воспитание, спорт, физическая подготовленность, физическое развитие. Актуализировано необходимость комплексного изучения физического развития детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовленность, здоровье, старший дошкольный возраст.

The scientific paper presents an analysis of scientific literature on the problem of sources thesaurus physical development of preschool children. The material reveals the phenomenological dimension of physical culture. Systematized the essential concepts of physical culture, such as physical education, sports, physical training, and physical development. Last update need for a comprehensive study of the physical development of preschool children.

Key words: *physical development, physical education, physical training, health, high school age.*

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Глобалізація, зміна технологій, перехід до постіндустріального, інформаційного суспільства, утворення пріоритетів сталого розвитку, інші властивості сучасної цивілізації та риси зумовлюють розвиток людини як головну мету, ключовий показник і основний важіль сучасного прогресу [2, 5, 9, 11].

Пріоритетним завданням українського суспільства є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності [1, 4, 8, 12].

Держава разом із громадськістю сприяє збереженню здоров'я учасників навчально-виховного процесу, залученню їх до занять фізичною культурою і спортом, проведення та впровадження в практику результатів міжгалузевих наукових досліджень з проблем зміцнення здоров'я.

Мета дослідження – проаналізувати науковий тезаурус фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку та визначити його практичну значущість.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз науково-методичної літератури, синтез, порівняння і узагальнення отриманих даних; практичні – спостереження, бесіда.

Результати дослідження. Фізичне виховання дітей дошкільного віку є процесом формування фізичної культури дитини [1]. Фізична культура є сукупністю матеріальних і духовних цінностей суспільства, створених і використаних для фізичного удосконалення людей [1, 4, 6, 11]. Це м'язова діяльність, пов'язана з використанням фізичних вправ і спрямована на фізичне вдосконалення людини [2, 7].

Специфічною основою змісту фізичної культури як особливої і самостійної галузі культури є раціональна рухова активність людини як фактор її підготовки до життєдіяльності через оптимізацію фізичного стану [1, 2, 3, 4].

Термін “фізична культура” використовується і в інших, вужчих значеннях, – наголошує Б.Шиян. “Фізична культура особистості є втілення в самій людині результатів використання матеріальних і духовних цінностей фізичної культури” [21]. Отже, фізичну культуру особистості Б. Шиян визначає як сукупність якостей людини, які набуваються у процесі фізичного виховання і виражаються в її активній діяльності, спрямованій на всебічне удосконалення особистої фізичної природи та ведення здорового способу життя.

Ми повністю поділяємо думку Б. Шияна [21] щодо сутності поняття “фізична культура” особистості. Однак у подальшому вона буде розглядатися нами як високий рівень рухових здібностей дітей, виражених у типах і формах рухової діяльності, фізичного розвитку та в сформованості рухової підготовленості і здоров'я.

Саме фізичний розвиток, рухова підготовленість дитини та рівень здоров'я є головними показниками стану сформованості фізичної культури. Фізичне виховання є ціннісною складовою загального навчально-виховного процесу, покликаною забезпечувати розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей та професійно-прикладних навиків людини. Фізичне виховання як і виховання в цілому, є процесом вирішення певних навчально-виховних завдань, яке характеризується всіма загальними

ознаками, або здійснюється в умовах самовиховання та спрямований на формування фізичної культури дитини [17].

Фізичне виховання, на думку Т.Ю. Круцевич [15] та А. Новикова [16], є видом виховання, специфіка якого міститься в навчанні рухів (рухових дій) і виховання (управління розвитком) рухових якостей людини. Це один із основних факторів гармонійного розвитку особистості [21]. Фізичне виховання – це також педагогічна система фізичного удосконалення людини [1,2]. Навчання дошкільників руховим навикам пов'язане з організацією системи фізичного виховання, стверджує Е. Вільчковський [3], воно спрямоване на морфологічне і функціональне вдосконалення організму, формування і поліпшення основних життєво важливих рухових умінь, навиків і пов'язаних з ними спеціальних знань дошкільників.

Вищезазначені поняття дали нам змогу визначити авторське поняття щодо фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку, яке розглядається нами як процес формування фізичної культури особистості, її фізичного розвитку та рухових якостей, що набуваються в активній руховій діяльності.

Фізичне виховання в дитячому садку здійснюється всією системою різноманітних організаційних форм та ефективними засобами (фізичними рухами, загартуванням, харчуванням, режимом дня, гігієнічними процедурами) [3].

Вченими Р.В. Аранова [1], Л. Волковим [6], О. Дубогай, Б.П. Пангелов, Н.О. Фролова, М.І. Горбенко [10], Б. Шияном та ін. доведено, що головним у фізичній культурі є позитивні результати у фізичному розвитку дітей, їх руховій підготовленості. У свою чергу, ці категорії стають наслідком використання засобів, умов, форм, методів, прийомів тощо, тобто наслідком функціонально-забезпечуючої частини фізичної культури [2].

Поняття “фізичний розвиток” тлумачиться у наукових джерелах по-різному. У самому загальному сенсі “фізичний розвиток” – це природний процес росту і розвитку організму та диференціації його функцій упродовж онтогенезу [3]. Це також процес змін форм і функцій організму; сукупність ознак, що характеризують зовнішні показники фізичного стану організму на тому чи іншому етапі його фізичного розвитку (ріст, маса тіла і його окремих біологів, окружність грудної клітки, ЖСЛ, стан м'язової системи тощо) [3]; реалізація генотипу під впливом факторів довкілля (біологічних, фізичних, хімічних, соціальних).

Е. Вільчковський [3] підкреслює, що фізичний розвиток виявляється у становленні та зміні біологічних форм та функцій організму дитини в процесі життя та визначається рівнем морфо – і фізіометричних показників (маса та довжина тіла, окружність грудної клітини, частота дихання та серцевих скорочень); рухових якостей (швидкості, спритності, сили, витривалості, гнучкості); показників формування постави [].

Науковці О.Л. Богиніч [2], Е.Вільчковський, Н. Денисенко [4] та Л.Д. Глазиріна [7] розглядають фізичний розвиток з двох позицій (у вузькому та широкому значенні). У вузькому значенні – це процес зміни зовнішніх розмірів тіла людини. Такими поняттями користується особливий розділ науки, який називається антропологією. У широкому, педагогічному сенсі фізичний розвиток розглядається як процес змін не тільки форм, але й функцій організму [7]. Аналогічну точку зору на фізичний розвиток дітей дошкільного віку висловлює М.М. Єфіменко [10] – це процес змін форм і функцій організму дитини. Одним із проявів цих функцій є рухові якості – швидкість, спритність, сила, витривалість, гнучкість.

Процес фізичного розвитку відбувається відповідно законам біологічного життя – єдності середовища та організму, поступового переходу кількісних змін в якісні. Окрім того, фізичний розвиток дитини підпорядковується законам соціального життя. Чис-

ленні ознаки фізичного розвитку людини – ортоградна поза, ходьба на двох кінцівках тощо – результат не тільки біологічної, а й соціальної еволюції людини. Серед вчених [1, 2, 5, 7, 21] існує думка про те, що розвиток організму буде здійснюватися навіть тоді, коли цей процес спеціально не організований. Однак його результати можуть бути випадковими, фізичний розвиток може піти не в тому напрямку і не тими темпами, які більш доцільні. Тому, дотримуючись певних закономірностей природного розвитку організму, необхідно керувати цим процесом, застосовуючи засоби і методи фізичного виховання. Саме від фізичного виховання залежать тенденції фізичного розвитку, його спрямованість, рівень, а також рухові здібності, уміння та навички.

Головними показниками, за якими оцінюють фізичний розвиток, на думку багатьох науковців і практиків, є кількісні показники розмірів тіла (маси тіла, зросту, окружності грудної клітки) та рівня функціональних резервів людини, які проявляються у рухових якостях (витривалості, гнучкості, силових і швидкісних і координаційних здібностях).

Стосовно дітей, уявлення про фізичний розвиток повинні бути розширені за рахунок оцінки процесів росту та розвитку організму, – стверджують С.В. Аранова [1], Т.Т. Ротерс [18].

Узагальнюючи різні визначення поняття “фізичний розвиток” дитини дошкільного віку, нами сформульовано своє бачення цього явища і вище зазначення цієї дефініції. “Фізичний розвиток” – це кількісні і якісні зміни фізичних здібностей особистості дитини старшого дошкільного віку, які набуваються у процесі фізичного виховання і забезпечуються активною руховою діяльністю та характеризуються розвитком рухових якостей, морфологічним станом і поставою.

Наше бачення сутності поняття “фізичний розвиток” підтверджується дослідженнями вчених Е. Вільчковського [3], Б. Шияна [21]. Науковці доводять, що розвиток рухових якостей дітей обумовлює фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку. Оптимальний розвиток рухових якостей дитини через рухову активність сприяє покращенню будови тіла, формуванню правильної постави, легкості ходи та бігу, чіткості виконання фізичних і спортивних вправ.

У старших дошкільників найбільш інтенсивно під час рухової діяльності розвиваються, спритність, гнучкість, сформованість правильної постави та склепіння ступні, що є вартісним показником фізичного розвитку дітей дошкільного віку [2].

У ході аналізу наукових джерел і перспективного педагогічного досвіду щодо особливостей фізичного розвитку дошкільників встановлено, що в кожному віковому періоді фізичний розвиток дітей має свої особливості, їх врахування забезпечує ефективність фізичного виховання дошкільників та формування їх соматичного здоров'я.

Ученими Т. Дмитренко [9], О. Кенеман Д.В. Хухлаєва [14] доведено, що організм дитини розвивається безперервно та інтенсивно. Упродовж перших семи років життя у дітей не тільки збільшуються всі внутрішні органи, але й удосконалюються їх функції. Важливими показниками фізичного розвитку дошкільника є його зріст, маса тіла, окружність грудної клітини. Саме зовнішні показники свідчать про розвиток рухових якостей дітей, їх рухову підготовленість та сформованість постави.

Дослідниця С.В. Аранова [1] засвідчує, що на шостому році життя розвивається і зміцнюється весь організм дитини, відбувається подальший розвиток і вдосконалення рухів (координація рухів, поступово розвиваються тонкі рухи кисті і пальців). Удосконалюється вища нервова діяльність та інші органи й системи. Суттєві зміни відбуваються в морфології тіла.

У старшому дошкільному віці інтенсивно розвивається кісткова система [3]. Характеризуючи особливості розвитку кісткової системи С.В. Аранова [1] вказує на те,

що у дітей старшого дошкільного віку кісткова система продовжує інтенсивно розвиватись, відбувається зрощення окремих кісток скелету.

У зв'язку з цим, важливими умовами фізичного розвитку є виконання гігієнічних вимог щодо організації життя дітей (режиму дня, харчування, загартування, виховання гігієнічних навичок, самостійності, культури поведінки та рухової активності).

Позитивним у дослідженні Е. Вільчковського [3] є акцент на активізації рухової діяльності дошкільників – від рухової активності дітей великою мірою залежить розвиток фізичних якостей особистості, зокрема, розвиток рухових якостей та морфофункціональний розвиток. Експериментальні дані свідчать про те, що при недостатності рухів (гіпокінезії) відбуваються глибинні порушення обміну речовин у клітинах, внаслідок чого змінюється діяльність центральної нервової системи і всіх інших систем організму [3]. При цьому порушується мінеральний обмін, виникають дистрофічні процеси в скелетних м'язах, що призводить до зміни їх функціональних можливостей [4].

Дефіцит рухової активності у дошкільників (50% біологічної норми) зумовлює сповільнення процесів росту і розвитку організму, що проявляється у відставанні, порівняно з віковими нормами, розвитку фізичних якостей. Все це обумовлено низьким рівнем диференціації м'язової системи та її слабким енергетичним потенціалом

Водночас належний рівень м'язової активності сприяє активному припливу крові не тільки до м'язів, а й до кісток, що зумовлює їхній інтенсивний ріст.

Таким чином, можна узагальнити, що стрімкий морфо – фізіологічний розвиток старших дошкільників обумовлюється складністю та багатогранністю рухової діяльності, яка реалізується завдяки об'єднанню фізичних, музично-ритмічних і танцювальних рухів, а також ігровій діяльності.

Важливою складовою фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку є сформованість правильної постави. Е.Вільчковський [3], доводить, що постава формується у дітей поступово по мірі зростання організму і чим раніше про неї дбати, тим легше запобігти виникненню різних фізичних вад, що пов'язані з порушенням постави.

Правильна постава – це не тільки краса тіла, вона створює підґрунтя для нормальної роботи всіх органів і систем, зокрема для роботи серцево-судинної, дихальної та травної систем. Нормальна робота вищезазначених систем позитивно впливає на психосоматичний стан дитини [1, 3, 5, 12].

На поставу впливає суттєво впливає стан склепіння ступні. Зміна її форми, навіть незначна, може стати причиною деформації, порушення правильного положення тазу, хребта, лопаток, ключиць – патологічно змінить поставу. Наукові дослідження Н.Ф. Денисенко, Л.Д. Мельник [8] показали, що значна еластичність м'язів гомілки і зв'язково-суглобного апарату ступні в дошкільному віці може викликати в дошкільників незворотні явища – сплющення ступні. Порушення в розвитку ступні, її сплющення шкідливо впливає на опорну функцію кінцівок, на ходьбу, біг тощо. Плоскостопі діти під час ходьби тупають ногами, їх хода напружена й незграбна, вони швидко втомлюються, порушується їхнє самопочуття та працездатність [8]. За даними Е.Вільчковського [3], плоскостопість у дорослих утворюється внаслідок схильності до неї в дошкільному віці, коли не здійснювалась необхідна профілактика і своєчасні є лікувальні ортопедичні заходи.

Правильна організація життя дітей дошкільного віку, дотримання основних гігієнічних вимог (режиму дня, харчування, сну, правильного підбору меблів тощо), загартування, систематичне виконання різноманітних фізичних вправ сприяють формуванню правильної постави та профілактиці плоскостопості дошкільників.

Учені доводять, що між формуванням постави та ЦНС існує прямий і зворотний зв'язок. Стан центральної нервової системи залежить від сформованості постави, роз-

витку і тону м'язів, а також форми ступні, у той час, як стан постави, м'язів і форма ступні залежить від функціонування ЦНС.

Отже, вищезазначений аналіз наукових досліджень щодо сутності структури та особливостей фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку, дав змогу дійти висновку про те, що фізичний розвиток є результативною стороною фізичної культури особистості, однією з фізичних якостей дитини, яка розвивається у процесі рухової діяльності та забезпечується фізичним вихованням.

Фізичний розвиток є природним процесом, передумовою якого є рухові задатки і рухові здібності, що передаються за спадковістю. Він підпорядкований об'єктивним законам природи, які закладаються в основу управління фізичним розвитком. Це закони: взаємодії спадкових тенденцій розвитку і тенденцій, обумовлених умовами життя; взаємообумовленості функціональних і кількісних змін; поступовості і зворотних змін періодів розвитку.

Факторами впливу на фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку є: закони природи, харчування, інтелект дитини; вольові і моральні якості; природне середовище (клімато-географічні умови; умови для рухової активності); соціальне середовище (суспільство, вихователі, ровесники); вроджені індивідуальні особливості (будова тіла – соматотип, функціональні можливості); набуті індивідуумом особливості (руховий досвід, мотиви).

Основним засобом вирішення завдань фізичного виховання і досягнення його мети є рухова активність дитини, яка передбачає виконання окремих рухів, рухових дій та цілісної рухової діяльності; навчання рухів підвищує ступінь їх підпорядкованості волі дитини; рухи є складовими частинами рухових дій, їх поєднання забезпечує рухову діяльність; рухові дії, які спрямовані на вирішення завдань фізичного виховання і підпорядковані його закономірностям називаються фізичними вправами. Наукові дані свідчать про те, що різні за видами фізичні вправи є основним засобом фізичного виховання дітей дошкільного віку, результативною частиною якого є фізичний розвиток; серед різноманітних видів вправ існують танцювальні вправи, які включають в себе тяж рухи та рухові дії та виконуються під музичний супровід; їх дія на фізичний розвиток дошкільників (зокрема на розвиток рухових якостей) аналогічна фізичним вправам; ефективність виконання фізичних і танцювальних вправ забезпечується їхньою технікою, музичним супроводом.

Успішне вирішення завдань фізичного виховання та фізичного розвитку особистості дошкільника залежить, на думку Е. Вільчовського [3], від поєднання різноманітних засобів, які розподіляються на такі види: фізичні вправи, рухливі ігри, оздоровчі сили природи (повітря, сонце, вода) та гігієнічні фактори.

Оптимальна, правильно організована рухова активність дитини створює відповідні передумови для нормальної життєдіяльності організму людини в дорослому віці, довготривалого творчого життя. Встановлено, що фізичні навантаження під час виконання рухів впливають на оперативність мислення і швидкість засвоєння інформації. Під впливом фізичних навантажень покращуються процеси пам'яті (сприйняття інформації, її синтез й аналіз, збереження та елімінація). Специфіка рухів, їх різноманітність поліпшує увагу [8].

За допомогою рухів дитина пізнає навколишній світ: просторові відношення, форму предметів, розмір, інші властивості (еластичність, масу тощо). Навіть сприймання кольору, звуку не обходиться без рухів, бо в цих процесах діють м'язи очей, вух. Є прямий зв'язок між розвитком аналізаторів дитини та її фізичним розвитком.

У ході навчання рухів діти одержують базову рухову освіту. Нею визначається рівень знань дошкільників з фізичного виховання. Т.Т. Ротерс [18] стверджує, що фі-

зичне виховання має на меті не лише зміцнення фізичних сил людини, підвищення її працездатності, а й накопичення нею унікальних, специфічних знань про рухи, гімнастику, спорт, його вагоме значення для здоров'я людей.

Оволодіння життєво необхідними рухами тісно пов'язано з естетичним вихованням дітей старшого дошкільного віку, зокрема з музичними засобами: піснями, танцями, танцювальними, музично-хореографічними вправами, наголошує Т. Т. Ротерс [17, 18]. Музичний супровід під час виконання стройових, гімнастичних вправ та основних рухів, зокрема ходьби, бігу, підстрибувань тощо, підвищує емоційний стан дітей та сприяє найбільш чіткому виконанню рухів, вихованню інтересу до них.

Фізичні вправи це один із способів передачі суспільно-історичного досвіду в галузі фізичного виховання, його наукових і практичних досягнень. Вони впливають не тільки на функціональний стан організму, але й на особистість, яка виконує фізичні вправи. Отже, на думку вищезазначених дослідників, фізичні вправи закономірно розглядати як рухові дії, в яких відбивається вчення про єдність фізичного і психічного в діяльності людини. Серед усіх видів педагогічної діяльності тільки у фізичному вихованні предметом навчання є рухові дії, які спрямовані на фізичне удосконалення дітей і виконуються заради засвоєння самих рухових дій.

Науковці [1, 2, 3, 7, 19, 21] доводять, що фізичні вправи можуть задовольнити природну потребу дитини в рухах. Дефіцит у руховій діяльності дитини може бути з успіхом ліквідованим тільки за рахунок систем фізичних вправ, ігрової діяльності. Вчення про "оптимум" рухової активності дозволяє науково обґрунтувати педагогічну проблему соціальної потреби в організованих і систематичних заняттях фізичними вправами.

Висновок

Узагальнення даних наукової літератури та перспективного педагогічного досвіду дозволяє стверджувати, що фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку характеризується суттєвими змінами функціональних можливостей особистості дитини в певні періоди онтогенезу, що виражається у зміні окремих рухових якостей і загальному рівні фізичної працездатності.

Пріоритетними умовами фізичного розвитку старших дошкільників є :

- виховання інтересу до рухів і музики у старших дошкільників шляхом включення музики, різних елементів танців, танцювальних вправ, пісень, хороводів, ритмопластики, аеробіки в різні форми фізичного виховання;
- формування рухових умінь і навичок у різних видах фізичних вправ у взаємозв'язку з танцювальними вправами, музичним супроводом;
- єдність цілей, завдань, змісту, принципів, форм, методів і прийомів у процесі навчання рухів з музикою та розвитку рухових якостей;
- оволодіння педагогами дошкільних навчальних закладів інтеграційним комплексом рухів і музики та методикою розвитку рухових якостей засобами інтеграції рухів і музики.

1. Аранова С. В. Интеграция художественного и логического в обучении школьников с 1 по 8 класс : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук спец. 13.00.01. "Общая педагогика и история педагогики" / С. В. Аранова. – С. Пб., 2002. – 20 с.
2. Богініч О. Л. Фізичне виховання дітей дошкільного віку засобами гри / О. Л. Богініч. – К. : Логос, 2003. – 280 с.
3. Вільчковський Е. С. Крітерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку / Е. С. Вільчковський. – К. : ІЗМН, 1998. – 64 с.
4. Вільчковський Е. С. Насамперед фізичний гарт / Едуард Вільчковський, Нінель Денисенко // Дошкільне виховання. – 1996. – № 5. – С. 10–11.

5. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей 5–7 років у закладах освіти: навч.-метод. посібник / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко. – Запоріжжя : Диво, 2006. – 228 с.
6. Волков Л. В. Організація навчального процесу на факультеті фізичної культури при підготовці спеціалістів для дошкільних закладів / Л. В. Волков // Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні. – К. ; Луцьк, 1996. – С. 20–22.
7. Глазирина Л. Д. Физическая культура дошкольникам: программа и программные требования / Глазирина Л. Д. – М. : Владос, 1999. – 144 с.
8. Денисенко Н. Ф. Будьте здорові, діти / Н. Ф. Денисенко, Л. Д. Мельник // Дошкільне виховання, дод. “Палітра”. – 2000. – № 2. – С. 5–9.
9. Дмитренко Т. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку / Т. І. Дмитренко. – К. : Вища школа, 1979. – 253 с.
10. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів : метод. посіб. для вчителів почат. школи та фізичної культури, студ. та батьків / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. О. Фролова, М. І. Горбенко. – К.: Оріяни, 2001. – 152с.
11. Єдинак Г. А. Методика фізичного виховання в ліцєях з посиленою військово-фізичною підготовкою : навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. / Г. А. Єдинак, О. С. Рошук, В. М. Мисів. – Кам’янець-Подільський : ПП С. І. Пантук, В. С. Мошинський, 2003. – 196 с.
12. Єфіменко М. М. Театр фізичного виховання та оздоровлення дошкільнят : авторський стиль роботи / М. М. Єфіменко. – К. : ІСДО, 1995. – 40 с.
13. Змановський Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми / Ю. Ф. Змановський. – М. : Медицина, 1989. – 128 с.
14. Кенеман А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – М.: Просвещение, 1985. – 270 с.
15. Круцевич Т. Ю. Управлений физическим состоянием подростков в системе физического воспитания : дис. ... д-ра наук з физ. воспит. и спорта : 24.00.02 “Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / Т. Ю. Круцевич. – К., 2000. – 455 с.
16. Новиков А. М. Інтеграція базового професійного освіти / А. М. Новиков // Педагогіка. – 1996. – № 3. – С.3–8.
17. Ротерс Т. Т. Ритмічний розвиток особистості школяра у взаємодії фізичного та естетичного виховання / Т. Т. Ротерс // Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти : матеріали Всеукр. наук. конф. – К. ; Тернопіль, 1997. – С. 126–128.
18. Ротерс Т. Т. Парадигма профільного навчання старшокласників за гімнастичним напрямком / Т. Т. Ротерс // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми, їх пошук : зб. наук. праць. – Луганськ, 1998. – Вип. 49. – С. 251–255
19. Черник Е.С. Развитие выносливости у детей при выполнении статических поз / Е.С. Черник // Теория и практика физической культуры. – 1996. – №8. – С. 41–43.
20. Шевчук А. С. Вплив українських музично-хореографічних традицій на музично-рухливий розвиток старших дошкільників : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.08 “Дошкільна педагогіка”. – К., 2002. – 20 с.
21. Шиян Б. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. – 272 с.

References:

1. Aranova S.V. *Integracija hudozhestvennogo i logijnogo v obujenie skolnikov s 1 po 8 klas* [Artistic and logical integration in learning from 1 to 8 class] Author. Thesis. soyskanye to scientists. Candidate Class. ped. sciences specials. 13.00.01. “General History of pedagogy and pedagogy”, SPb., 2002, 20 p.
2. Bohinich A.L. *Fizijne vihovanija ditey doskijnogo viky zasjbjami gry* [Physical education of preschool children means of game], Kiev, Logos, 2003, 280 p.
3. Vilchkovskyy E.S. *Kriteriyi ocinuvaniya stanu zdorovja, fizijnogo rozvitku ta ruhovoyi pidgotovlenosti ditey doskijnogo viky* [Criteria of evaluation of health, physical fitness and motor development of preschool children], Kiev, IZMN, 1998, 64 p.
4. Vilchkovskyy E.S. [Pre-school education], 1996, vol. 5, P. 10–11.
5. Vilchkovskyy E.S. *Organizacija ruhovogo rezimu ditey 5–7 rokov u zakladah osvity* [Organization motor mode 5–7 year old children in educational institutions: Teach method. Manual], Zaporisja, Miracle, 2006, 228 p.
6. Volkov L. *Koncepcija pidgotovki specialistiv fizijnoyi kultury v Ukrayiny* [Conception of experts of physical training in Ukraine], Kiev, Lutsk, 1996, P. 20–22.
7. Hlazuyna L.D. *Fiziceskaya kultura diskilnikam: programy i programnie trebovanija* [Physical Culture preschooler: Programme and the Programme Requirements], Moskva, VLADOS, 1999, 144 p.

8. Denisenko N.F. *Doskilne vihovanniya* [Pre-school education], 2000, vol. 2, P. 5–9.
9. Dmitrenko T.I. *Teoriya i metodika fizijnogo vihovanniya ditey rannogo ta doskilnogo viku* [Theory and Methodology of Physical Education infants and preschool], Kiev, 1979, 253 p.
10. Dubohay O.D. *Integratsiya piznavalnoi i ruhovoï diyalnosti u sistemu navchannya i vihovannya shkolyariv* [The integration of cognitive and motor activities in the training and education of schoolchildren method. guidances. teachers begin. school and Physical Education, stud. and parents], Kiev, Oriyana, 2001, 152 p.
11. Jedynek G.A. *Merody fizichnogo vihovannya y litseyah s posilenoyu viyskovo-fizichnoyu pidgotovkoyu* [Method of physical education in high schools with intensive military and physical training, teach. guidances. for students. Higher teach. Bookmark], Kamenetz-Podolsk, 2003, 196 p.
12. Efimenko M.N. *Teatr fizichnogo vihovannya ta recuperation doshkilnyat* [Theatre of physical education and recreation preschoolers], Kiev, ISDO, 1995, 40 p.
13. Zmanovskyy Y.F. *Vospytaem detey zdorovymy* [Educating children healthy], Moskva, Medicine, 1989, 128 p.
14. Keneman A.V. *Teoriya i metodika fizijnogo vihovanniya dite doskilnogo viku* [Theory and methodology of education fizycheskoho children preschool age], Moskva, Education, 1985, 270 p.
15. Krutsevych T. *Upravlenie fizijeskim sostojaniem zdorovja podrostkiv u systemy fizijnogo vihovanniya* [Upravlenyy fizycheskym adolescents in the system of education fizycheskoho] Thesis. Dr. of Science nat. vospyt. and Sports: 24.00.02 “Physical culture, physical education of different population groups”, Kiev, 2000, 455 p.
16. Novikov A.M. *Pedagogoka* [Pedagogy], 1996, vol, 3, P. 3–8.
17. Roters T.T. Rhythmic development of the individual student in the interaction of physical and aesthetic education / T.T. Roters // Optimization of physical education in the education system: All-Ukrainian. Science. Conf. – K. – Ternopil, 1997. – P. 126–128.
18. Roters T.T. *Pedagogika i psihologiya formuvannya tvorchoï osobistosti* [Pedagogy and Psychology of formation of the creative person], Lugansk, 1998, Vol. 49, P. 251–255.
19. Chernik E.S. *Teoriya I praktika fizijnoyi kultury* [Theory and practice of physical culture], 1996, vol. 8, P. 41–43.
20. Shevchuk E. *Vpliv ukhtayinskih muzichno-horeografichnih traditsiy na muzichno-ruhlyvy rozvitok doshkilnikiv* [Effect of Ukrainian music and dance traditions in music and agile development older preschoolers], Author. Thesis. for the degree kand.ped.nauk: spec. 13.00.08 “Preschool education”, Kiev, 2002, 20 p.
21. Shiyani B. *Teoriya i methodologyja fizichnogo vihovannya shkolyariv* [Theory and methods of physical education students], Ternopil, Educational book-Bogdan, 2004, 272 p

Рецензент: докт. біол. наук, проф. Мицкан Б. М.