

ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ ЯК ЗАСІБ ВПЛИВУ НА РУХОВУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Гончар Л. В.

*доктор філософії з фізичної культури і спорту,
доцент кафедри гімнастики
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, Україна
orcid.org/0000-0003-1257-0732
lilylily1989@ukr.net*

Афанасьєв С. М.

*доктор наук з фізичного виховання і спорту,
професор кафедри фізіології та спортивної медицини
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, Україна
orcid.org/0000-0001-7739-3461
admin_infiz@ukr.net*

Сидорчук Т. В.

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, Україна
orcid.org/0000-0001-7129-1616
sydorchuk1704@gmail.com*

Яковенко А. В.

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри спортивних ігор
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, Україна
orcid.org/0000-0003-0338-8437
yakovenkoartem2012@gmail.com*

Ключові слова: старший дошкільний вік, діти 5–6-ти років, рухова підготовленість, дошкільники, техніка, якісні показники.

Найсприятливішим періодом для розвитку особистості дитини, фізичних та рухових якостей є дошкільний вік. Одним із завдань роботи з дітьми старшого дошкільного віку є підготувати їх до успішного переходу до систематичного організованого шкільного навчання. Фізична та рухова готовність дітей до навчання характеризує функціональні можливості і стан їхнього здоров'я. Одними з головних показників фізичної та рухової готовності дітей до навчання є рівень розвитку фізичних якостей та техніка виконання рухових дій. Мета дослідження – визначити вплив засобів художньої гімнастики на рівень рухової підготовленості дітей 5–6-ти років. Методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, даних мережі Інтернет, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, тестування технічної підготовленості дітей 5–6-ти років, методи математичної статистики. У дослідженні брали участь 80 дітей, які були поділені на 2 групи, експериментальну

(24 дівчинки і 16 хлопчиків) і контрольну (22 дівчинки і 18 хлопчиків) по 40 осіб у кожній. Поділ дітей на групи здійснювався з урахуванням вікових особливостей досліджуваного контингенту, особливостей організації освітнього процесу та фізкультурно-оздоровчої роботи дітей старшого дошкільного віку в режимі дня закладів дошкільної освіти (ЗДО). Дослідження проводилось у ЗДО м. Дніпра № 355 «Мрія» та № 123 «Казковий». Початковий рівень рухової підготовленості майже в половини дітей як контрольної, так і експериментальної груп був на низькому рівні. Після експерименту відсотковий приріст рухової підготовленості був вірогідно кращим ($p < 0,05$) в експериментальній групі (13,9%), аніж у контрольній (5,6%). Так, показники в експериментальній групі зросли з низького рівня до середнього у 10,0% дітей, а в контрольній групі цей показник становив 12,5%. Натомість підвищення показників із середнього до високого рівнів відбулося у 12,5% дітей з експериментальної групи, тоді як у дітей із контрольної – лише на 5,0%.

THE USE OF ELEMENTS OF ARTISTIC GYMNASTICS AS A MEANS OF INFLUENCE ON THE MOBILE READINESS OF CHILDREN OF OLDER PRESCHOOL AGE

Honchar L. V.

*Doctor of Philosophy in Physical Education and Sports,
Associate Professor at the Department of Gymnastics
Dnipro State Academy of Physical Culture and Sports
Naberezhna Peremohy str., 10, Dnipro, Ukraine
orcid.org/0000-0003-1257-0732
lilylily1989@ukr.net*

Afanasiev S. M.

*Doctor of Sciences in Physical Education and Sports,
Professor at the Department of Physiology and Sports Medicine
Dnipro State Academy of Physical Culture and Sports
Naberezhna Peremohy str., 10, Dnipro, Ukraine
orcid.org/0000-0001-7739-3461
admin_infiz@ukr.net*

Sydorchuk T. V.

*Candidate of Science Physical Education and Sports,
Associate Professor at the Department of Theory and Methods
of Physical Education
Dnipro State Academy of Physical Culture and Sports
Naberezhna Peremohy str., 10, Dnipro, Ukraine
orcid.org/0000-0001-7129-1616
sydorchuk1704@gmail.com*

Yakovenko A. V.

*Candidate of Science Physical Education and Sports,
Associate Professor at the Department of Sports Games
Dnipro State Academy of Physical Culture and Sports
Naberezhna Peremohy str., 10, Dnipro, Ukraine
orcid.org/0000-0003-0338-8437
yakovenkoartem2012@gmail.com*

Key words: *older preschool age, children 5–6 years old, motor readiness, preschoolers, technique, quality indicators.*

Preschool age is the most favorable period for the development of a child's personality, physical and motor qualities. One of the tasks of working with children of older preschool age is to prepare them for a successful transition to systematic, organized schooling. Children's readiness for schooling determines the set of morphophysiological and psychological characteristics of children of older preschool age. Children's physical and motor readiness for learning characterizes their functional capabilities and state of health. One of the main indicators of children's physical and motor readiness for learning is the level of development of physical qualities and the technique of performing motor actions. The goal is to determine the influence of artistic gymnastics on the level of motor readiness of children 5–6 years old. Material and methods: analysis and generalization of scientific and methodological literature and Internet resources, pedagogical observation, pedagogical experiment, pedagogical testing, methods of mathematical statistics. The study was conducted on the basis of preschool education institutions No. 355 and No. 123. 80 children of the control and experimental groups, 40 each, took part in the study. Research results. The initial level of motor readiness of almost half of the children in both the control and experimental groups was at a low level. After the experiment, the percentage increase in motor readiness was significantly better ($p < 0.05$) in the experimental group (13.9%) than in the control group (5.6%). Thus, the indicators in the experimental group increased from a low level to the average in 10.0% of children, and in the control group this indicator was 12.5%. On the other hand, 12.5% of children from the experimental group increased their indicators from average to high levels, while only 5.0% of children from the control group.

Постановка наукової проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дошкільний вік є найсприятливішим періодом для розвитку особистості дитини, її фізичних та рухових якостей. Необхідною умовою ефективності формування особистості дитини є безперервність і послідовність освітнього і виховного процесу [7]. Механізмом забезпечення такої безперервності є організація спадкоємності між усіма ланками освіти, зокрема між дошкільною установою і початковою школою. Готовність дітей до шкільного навчання визначає сукупності морфофізіологічних та психологічних особливостей дітей старшого дошкільного віку [4; 10]. Фізична та рухова готовність дітей до навчання характеризує функціональні можливості і стан їхнього здоров'я. Здоров'я і працездатність дітей багато в чому залежить від розвитку моторики [1; 11; 13] та, зокрема, рухової підготовленості [5; 6]. Одним з головних показників фізичної та рухової готовності дітей до навчання є рівень розвитку фізичних якостей та техніка виконання рухових дій. Це відображається у виконанні основних життєво необхідних рухових умінь – ходьба, біг, стрибки, метання, плавання [3; 8]. З точки зору Т. Т. Ротерс [9], повсякденні рухи людини не завжди правильні. І тому на уроках фізичної культури необхідно навчити дітей правильно і красиво стояти, сидіти й ходити, виконувати фізичні вправи. Нині ведуться досить інтенсивні наукові дослідження в галузі фізичної культури і спорту щодо впровадження різних організаційно-оздоровчих техно-

логій у процес фізичного виховання в закладах дошкільної освіти [12]. Тому актуальністю нашого дослідження було дослідити вплив засобів художньої гімнастики на рівень рухової підготовленості та техніку виконання життєво важливих рухових умінь дітей старшого дошкільного віку.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Роботу виконано відповідно до тематичного плану наукових досліджень Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту «Наукове обґрунтування оздоровчо-рекреаційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер державної реєстрації 0121U108320) на 2021–2025 рр.

Метою дослідження було визначити вплив засобів художньої гімнастики на рівень рухової підготовленості дітей 5–6-ти років.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, даних мережі Інтернет, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, тестування рухової підготовленості дітей 5–6-ти років, методи математичної статистики.

Удослідженні взяли участь 80 дітей, які були поділені на 2 групи – експериментальну (24 дівчинки і 16 хлопчиків) і контрольну (22 дівчинки і 18 хлопчиків), по 40 осіб у кожній. Поділ дітей на групи здійснювався з урахуванням вікових особливостей досліджуваного контингенту, особливостей організації освітнього процесу та фізкультурно-оздоровчої роботи дітей старшого дошкільного віку в режимі дня закладів дошкільної освіти (ЗДО).

Дослідження проводилось у ЗДО м. Дніпра № 355 та № 123. Перед початком дослідження було проінформовано батьків та отримано згоду на тестування дітей. Усі діти, які тестувались, відносились до основної групи, відхилень у стані здоров'я не мали. Для визначення рухової підготовленості дітей старшого дошкільного віку ми використовували тести та їх інтерпретацію, які рекомендовані в посібнику професора Е. С. Вільчовського «Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах» [2].

Виклад основного матеріалу дослідження. Техніка виконання вправ – це важливий компонент формування моторики дошкільнят, який залежить від трьох основних факторів: генетично зумовлених рухових здібностей; довільної рухової активності, яка пов'язана із виконанням багатьох рухів у повсякденному житті та спеціально організованої системи фізичного виховання, що стимулює природний хід онтогенетичного розвитку моторики дитини [2].

Рухову підготовленість дошкільнят оцінювали, зіставляючи якісні та кількісні показники під час виконання основних рухів. Для оцінювання рухової підготовленості дитини використовувалися тести: «ходьба на 10 м», «біг на 10 м», «стрибок у довжину з місця». Оцінювання техніки виконання тестових завдань проводили експерти за 5-бальною шкалою. Після тестування за балами, які дитина одержала, розраховувалася середньозважена оцінка рухової підготовленості. Якщо дитина одержує оцінку в межах від 4-х до 5-ти балів – її рухова підготовленість добра, від 3-х до 4-х балів – задовільна й нижча, ніж 3 бали, – незадовільна [2].

Аналіз рухової підготовленості дітей 5–6-ти років до початку експерименту дає підстави для висновку, що 40,0% дітей з експериментальної і 57,5% дітей з контрольної груп мали низький рівень. Середній рівень спостерігався у 32,5% дітей з експериментальної групи (12,5% хлопчиків і 20,0% дівчаток) і у 37,5% – з контрольної групи (17,5% хлопчиків і 20,0% дівча-

ток), високий рівень мали 22,5% дітей з експериментальної групи і 5,0% – з контрольної групи.

Аналіз техніки виконання дітьми вправи «ходьба на 10 м» до початку експерименту дає підстави для висновку, що якість виконання ходьби в контрольній групі була краща, ніж в експериментальній, а саме: утримувати правильну поставу могли 35,0% дітей із контрольної та 12,5% – з експериментальної груп.

У 35,0% дітей з контрольної і у 15,0% – з експериментальної груп спостерігались вільні рухи руками; енергійні кроки ногами були у 27,5% дітей із контрольної групи, тоді як в експериментальній групі із цим критерієм діти не впорались; активне згинання ніг у колінному суглобі спостерігалось у 40,0% дітей із контрольної групи та у 7,5% – з експериментальної; найбільший відсоток дітей як з контрольної (57,5%), так і з експериментальної (55,0%) груп могли дотримуватися різних напрямків (табл. 1).

Техніку бігу оцінювали за чотирма критеріями. Найбільша кількість помилок спостерігалась у дітей під час виконання бігу за критерієм «енергійне згинання стегна махової ноги», «ритмічний і прямолінійний біг» та «нахил тулуба вперед і голову тримати прямо».

Найбільший відсоток дітей як контрольної (35,0%), так й експериментальної (47,5%) груп впорався із завданням за критерієм «руки напівзігнуті в ліктях». Вправу «стрибок у довжину з місця» краще виконали діти з експериментальної групи (62,5%), ніж із контрольної (37,5%).

Аналізуючи техніку виконання стрибка в довжину з місця у дітей з експериментальної групи, можемо зробити висновок, що вихідне положення тримали 37,5% дітей, замахи руками перед стрибком зробили 65,0% дітей, у 57,5% спостерігався поштовх перед стрибком, політ під час стрибка та утримання після приземлення спостерігалось у 22,5% і 32,5% дітей відповідно.

22,5% дітей із контрольної групи вміють займати правильне вихідне положення перед

Таблиця 1

Розподіл дітей експериментальної групи за якістю виконання рухових тестів до експерименту

Тести		Ходьба на 10 м					Біг на 10 м				Стрибок у довжину з місця				
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Виконали	n	5	6	0	3	22	5	19	1	4	15	26	23	9	13
	%	12,5	15,0	0,0	7,5	55,0	12,5	47,5	2,5	10,0	37,5	65,0	57,5	22,5	32,5
Не виконали	n	35	34	40	37	18	35	21	39	36	25	14	17	31	27
	%	87,5	85,0	100,0	92,5	45,0	87,5	52,5	97,5	90,0	62,5	35,0	42,5	77,5	67,5

Примітки: 1 – критерії техніки виконання тестів. Ходьба на 10 м: 2 – правильна постава, 3 – вільні рухи рук зі згинанням їх у ліктях, 4 – кроки енергійні та ритмічні, з п'ятки на носок, 5 – активне згинання і розгинання в колінному суглобі, 6 – уміння дотримуватися різних напрямків. Біг на 10 м: 7 – невеликий нахил тулуба, голову тримати прямо, 8 – руки напівзігнуті в ліктях, енергійно рухаються вперед і назад, 9 – енергійне піднімання стегна махової ноги (під кутом 60–70° до землі), 10 – ритмічний та прямолінійний біг. Стрибок у довжину з місця: 11 – вихідне положення, 12 – замахи, 13 – поштовх, 14 – політ, 15 – дотримання рівноваги після приземлення.

стрибком. Майже половина дітей (47,6%) із контрольної групи зробила замах перед стрибком; правильний поштовх перед стрибком спостерігався лише у 12,5% дітей; політ та приземлення після стрибка без помилок мали 20,0% і 32,5% дітей відповідно (табл. 2).

Якісні показники рухової підготовленості до початку експерименту в тестах «ходьба на 10 м» та «біг на 10 м» були кращими в дітей із контрольної групи; тест «стрибок у довжину з місця» за більшістю критеріїв краще склали діти з експериментальної групи. Діти із контрольної групи були зосереджені на техніці виконання вправ, тоді як діти з експериментальної – на кількісних показниках їх виконання.

Результати дослідження рухової підготовленості дітей 5–6-ти років по завершенні експерименту (рис. 2): в експериментальній групі середній рівень спостерігався у 42,5% дітей, високий – у 35,0%; в контрольній групі цей показник становив 50,0% і 7,5% відповідно.

Техніка виконання дітьми вправи «ходьба на 10 м» по завершенні експерименту покращилася за всіма критеріями в обох групах. Так, в експериментальній групі 47,5% дітей вже в змозі були утримувати правильну поставу, а в контрольній групі цей показник становив лише 35,0%. У 40,0% дошкільнят з експериментальної групи і у 37,5% – із контрольної спостерігалися вільні рухи руками зі згинанням їх у ліктях.

Енергійні та ритмічні кроки з перекатом з п'ятки на носок демонстрували 25,0% дітей з експериментальної і 30,0% – із контрольної груп. Більшість дітей з експериментальної (55,0%) і контрольної (57,5%) груп навчилися дотримуватися різних напрямків руху.

У дітей з експериментальної групи після завершення експерименту за всіма критеріями спостерігалось вірогідне покращення техніки виконання ходьби порівняно з дітьми з контрольної групи. Так, за критерієм «утримання правильної постави» в експериментальній групі результат

покращився на 40,0%, тоді як у контрольній цей показник залишився без змін. На 27,5% покращився результат за критерієм «вільні рухи руками зі згинанням у ліктях» в експериментальній групі та 2,5% – у контрольній групі.

На початку експерименту жодна дитина з експериментальної групи не впоралась із виконанням кроків з ритмічними та енергійними рухами, по завершенні експерименту цей показник покращився на 25,0%. У контрольній групі він зріс на 2,5%. Після завершення експерименту на 20,0% більше дітей експериментальної групи почали виконувати ходьбу з активним згинанням та розгинанням ніг у колінному суглобі та 12,5% – дотримуватись різних напрямків. У контрольній групі ці показники після завершення експерименту не змінилися.

Після проведення експерименту в дітей в обох групах покращилася техніка виконання бігу. Так, невеликий нахил тулуба та тримання голови прямо спостерігалось у 25,0% дітей з експериментальної групи та у 15,0% – з контрольної. У 55,0% дітей з експериментальної групи та у 40,0% – з контрольної групи спостерігалось правильне положення рук, напівзігнутих у ліктях, які енергійно рухаються вперед і назад. Енергійне піднімання стегна махової ноги під час виконання бігу спостерігалось у 27,5% дітей з експериментальної групи та 25,0% – із контрольної. У 35,0% представників експериментальної і у 40,0% контрольної груп спостерігався ритмічний і прямолінійний біг (табл. 3).

Під час виконання стрибка в довжину з місця діти з експериментальної (42,5%) і контрольної (25,0%) груп дотримувалися правильного вихідного положення. 35,0% дітей з експериментальної групи і 35,0% – із контрольної утримували рівновагу після приземлення.

Отже, можемо зробити висновок, що впровадження засобів художньої гімнастики в закладі дошкільної освіти позитивно вплинуло на рівень розвитку рухової підготовленості дітей з експериментальної групи.

Таблиця 2

Розподіл дітей контрольної групи за якістю виконання рухових тестів до експерименту

Тести		Ходьба на 10 м					Біг на 10 м				Стрибок у довжину з місця				
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Виконали	n	14	14	11	16	23	5	14	3	12	9	19	5	8	13
	%	35,0	35,0	27,5	40,0	57,5	12,5	35,0	7,5	30,0	22,5	47,5	12,5	20,0	32,5
Не виконали	n	26	26	29	24	17	35	26	37	28	31	21	35	32	27
	%	65,0	65,0	72,5	60,0	42,5	87,5	65,0	92,5	70,0	77,5	52,5	87,5	80,0	67,5

Примітки: 1 – критерії техніки виконання тестів. Ходьба на 10 м: 2 – правильна постава, 3 – вільні рухи рук зі згинанням їх у ліктях, 4 – кроки енергійні та ритмічні, з п'ятки на носок, 5 – активне згинання і розгинання в колінному суглобі, 6 – уміння дотримуватись різних напрямків. Біг на 10 м: 7 – невеликий нахил тулуба, голову тримати прямо, 8 – руки напівзігнуті в ліктях, енергійно рухаються вперед і назад, 9 – енергійне піднімання стегна махової ноги (під кутом 60–70° до землі), 10 – ритмічний та прямолінійний біг. Стрибок у довжину з місця: 11 – вихідне положення, 12 – замах, 13 – поштовх, 14 – політ, 15 – дотримання рівноваги після приземлення.

Таблиця 3

Розподіл дітей за якістю виконання рухових тестів після експерименту

Тести		Ходьба на 10 м					Біг на 10 м				Стрибок у довжину з місця					
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Експериментальна група (n=40)	Виконали	n	19	16	10	10	22	10	20	11	14	17	26	23	12	14
		%	47,5	40,0	25,0	25,0	55,0	25,0	50,0	27,5	35,0	42,5	65,0	57,5	30,0	35,0
	Не виконали	n	21	24	30	30	18	30	20	29	26	23	14	17	28	26
		%	52,5	60,0	75,0	75,0	45,0	75,0	50,0	72,5	65,0	57,5	37,5	45,0	70,0	65,0
Контрольна група (n=40)	Виконали	n	14	15	12	16	23	6	16	10	16	10	20	5	8	14
		%	35,0	37,5	30,0	40,0	57,5	15,0	40,0	25,0	40,0	25,0	50,0	12,5	20,0	35,0
	Не виконали	n	26	25	28	24	17	34	24	30	24	30	20	35	32	26
		%	65,0	62,5	70,0	60,0	42,5	85,0	60,0	75,0	60,0	75,0	50,0	87,5	80,0	65,0

Примітки: 1 – критерії техніки виконання тестів. Ходьба на 10 м: 2 – правильна постава, 3 – вільні рухи рук зі згинанням їх у ліктях, 4 – кроки енергійні та ритмічні, з п'ятки на носок, 5 – активне згинання і розгинання в колінному суглобі, 6 – уміння дотримуватися різних напрямків. Біг на 10 м: 7 – невеликий нахил тулуба, голову тримати прямо, 8 – руки напівзігнуті в ліктях, енергійно рухаються вперед і назад, 9 – енергійне піднімання стегна махової ноги (під кутом 60–70° до землі), 10 – ритмічний та прямолінійний біг. Стрибок у довжину з місця: 11 – вихідне положення, 12 – замах, 13 – поштовх, 14 – політ, 15 – дотримання рівноваги після приземлення.

Відсотковий приріст рухової підготовленості був вірогідно кращим ($p < 0,05$) в експериментальній групі (13,9%), аніж у контрольній (5,6%). Так, показники в експериментальній групі зросли з низького рівня до середнього у 10,0% дітей, а в контрольній групі цей показник становив 12,5%. Натомість підвищення показників із середнього до високого рівнів відбулося у 12,5% дітей з експериментальної групи, тоді як у дітей із контрольної – лише на 5,0%.

Висновки. 1. Отримані дані на початку експерименту показали, що початковий рівень був нерівний, у дітей контрольної групи показники були кращі, аніж у дітей експериментальної групи. Початковий рівень рухової підготовленості майже у половини дітей як контрольної, так і експериментальної груп був на низькому рівні.

2. Після завершення експерименту більшість (42,5%) дітей експериментальної групи мають середній рівень рухової підготовленості, натомість високий рівень мали 35%, у контрольній групі ці показники становили 50,0% і 7,5%

відповідно. Покращились результати й техніки виконання тестів «ходьба на 10 м», «біг на 10 м», «стрибок у довжину з місця» за всіма критеріями в експериментальній групі. У контрольній групі кращі результати були в техніці виконання «бігу на 10 м» і за окремими критеріями «ходьби на 10 м» і «стрибка в довжину з місця».

3. Засоби художньої гімнастики, які впроваджувались в освітній процес закладу дошкільної освіти, дозволяють сформувати правильну техніку виконання життєво необхідних рухових умінь і навичок у дітей 5–6-ти років. Запропоновані нами засоби художньої гімнастики більше вплинули на рівень рухової підготовленості дітей експериментальної групи порівняно з результатами дітей контрольної групи.

Перспективи подальших досліджень. На основі отриманих показників рухової підготовленості планується розроблення фізкультурно-оздоровчої програми для формування культури рухів дітей молодшого шкільного віку засобами художньої гімнастики.

ЛІТЕРАТУРА

1. Валецький Ю. М. Фізична культура для дітей у дошкільному закладі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2013. № 2. С. 62–67.
2. Вільчковський Є. С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навчально-методичний посібник. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 128 с.
3. Гончар Л. В., Борисова Ю. Ю. Аналіз показників фізичної та рухової підготовленості дітей старшого дошкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 3. С. 87–94. URL: <https://doi:10.32540/2071-1476-2019-3-087>
4. Єфіменко М. М. Моніторинг стану фізичного розвитку дошкільнят. *Журнал «Дошкільне виховання»*. 2017. № 4. С. 2–5.
5. Круцевич Т. Ю., Пангелова Н. Є. Зміст і засоби програми інтегрованого розвитку рухових та моральних якостей дітей старшого дошкільного віку в процесі фізичного виховання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 3. С. 157–162.

6. Масляк І. П., Шепель А. П., Веретельникова Ю. А. Оцінка рухової підготовленості дітей старшого дошкільного віку : III Всеукраїнська науково-практична конференція. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення. Харків, 2017. С. 111–123.
7. Пангелова Н. Є. Сутність поняття «гармонійно розвинена особистість дитини дошкільного віку» духовні та фізичні компоненти. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. № 3. С. 119–123.
8. Пасічник В. М. Удосконалення системи контролю фізичної підготовленості дітей дошкільного віку (теоретичний аналіз): *Фізична культура, спорт і здоров'я нації: зб. наук. праць*. 2017. № 3 (22). С. 599–606.
9. Ротерс Т. Т. Ритмічна розвиток особистості школяра (аналіз взаємодії фізичного та естетичного виховання). Луганськ : Знання, 1998. 170 с.
10. Effect of joint physical activity on the physical condition of parents and children. *Journal of Human Sport and Exercise* / M. Cueto-Martín et al. 2018. Vol. 13. № 2. P. 415–429. DOI: <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.132.12>
11. Khudolii O.M., Iermakov S.S. Prusik K. Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. *Journal of Physical Education and Sport*. 2015. Vol. 15. № 2. P. 245–253. DOI: <https://doi.org/10.7752/jpes.2015.02038>
12. Physical condition of pupils of pre-school educational establishments of different types. *Pedagogy of Physical Culture and Sports* / N. Moskalenko et al. 2020. Vol. 24. № 2. P. 77–84. DOI: <https://doi.org/10.15561/26649837.2020.0205>
13. Influence of a physical education plan on psychomotor development profiles of preschool children. *Journal of Human Sport and Exercise* / H.J. Teixeira Costa et. al. 2015. Vol. 10. № 1. P. 126–140. DOI: <https://doi.org/10.14198/jhse.2015.101.11>

REFERENCES

1. Valetskyi Yu. M. (2013) Fizychna kultura dlia ditei u doshkilnomu zakladi [Physical culture for children in preschool]. *Fizychna vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, vol. 2, pp. 62–67.
2. Vilchkovskiy, Ye. S., & Denysenko, N. F. (2011) *Orhanizatsiia rukhovoho rezhymu ditei u doshkilnykh navchalnykh zakladakh* [Organization of the movement regime of children in preschool educational institutions]. Ternopil : Mandrivets (In Ukrainian).
3. Honchar, L. V., & Borysova, Yu. Yu. (2019) Analiz pokaznykiv fizychnoi ta rukhovoi pidhotovlenosti ditei starshoho doshkilnoho viku [Analysis of indicators of physical and motor readiness of older preschool children]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, vol. 3, pp. 87–94. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2019-3-087>
4. Iefymenko M. M. (2017) Monitorynh stanu fizychnoho rozvytku doshkilniat [Monitoring the state of physical development of preschoolers]. *Zhurnal "Doshkilne vykhovannia"*, vol. 4, pp. 2–5.
5. Krutsevych T. Yu., Panhelova N. Ye. (2012) Zmist i zasoby prohramy intehrovanoho rozvytku rukhovyykh ta moralnykh yakosti ditei starshoho doshkilnoho viku v protsesi fizychnoho vykhovannia [Content and means of the program of integrated development of motor and moral qualities of older preschool children in the process of physical education]. *Fizychna vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, vol. 3, pp. 157–162.
6. Masliak I. P., Shepel A. P., Veretelnykova Yu. A. (2017) Otsinka rukhovoi pidhotovlenosti ditei starshoho doshkilnoho viku [Assessment of motor readiness of children of older preschool age]. Proceedings of the III Vseukrainska naukovopraktychna konferentsiia : Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naseleennia (Ukraine, Kharkiv, October 03, 2017) (eds. Ahippo O. Yu., Shesterova L. E., Maslyak I. P., Kuzmenko I. O., Bala T. M., Mameshina M. A., Kryvoruchko N. V., Zhuk V. O.), Kharkiv: III Vseukrainska naukovopraktychna konferentsiia pp. 111–123.
7. Panhelova N. Ye. (2017) Sutnist poniattia "harmoniiino rozvynena osobystist dytyny doshkilnoho viku" dukhovni ta fizychni komponenty [The essence of the concept of "harmoniously developed personality of a preschool child" is spiritual and physical components]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, vol 3, pp. 119–123.
8. Pasichnyk, V. M. (2017). Udoskonalennia systemy kontroliu fizychnoi pidhotovlenosti ditei doshkilnoho viku (teoretychnyi analiz) [Improvement of the control system of physical fitness of preschool children (theoretical analysis)]. *Fizychna kultura, sport i zdorovia natsii*, vol. 3, no. 22, pp. 599–606.
9. Roters T. T. (1998) Rytmichna rozvytok osobystosti shkoliara (analiz vzaiemodii fizychnoho ta estetychnoho vykhovannia) [Rhythmic development of the personality of a schoolchild (analysis of the interaction of physical and aesthetic education)]. Luhansk : Znannia (In Ukrainian).
10. Cueto-Martín, M., De la Cruz, J., Morales-Ortiz, E., & Pérez-Díaz, C. (2018) Effect of joint physical activity on the physical condition of parents and children. *Journal of Human Sport and Exercise*, vol. 13, no. 2, pp. 415–429. <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.132.12> (In English).

11. Khudolii, O. M., Iermakov, S. S., & Prusik, K. (2015) Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. *Journal of Physical Education and Sport*, vol. 15, no. 2, pp. 245–253. DOI: <https://doi:10.7752/jpes.2015.02038> (In English).
12. Moskalenko, N., Savchenko, V., Polyakova, A., Mikitchik, O., Mitova, O., Griukova, V., & Mytsak, A. (2020) Physical condition of pupils of pre-school educational establishments of different types. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, vol. 24, no. 2, pp. 77–84. DOI: <https://doi:10.15561/26649837.2020.0205> (In English).
13. Teixeira Costa, H. J., Abelairas-Gomez, C., Arufe-Giráldez, V., PazosCouto, J. M., & Barcala-Furelos, R. (2015) Influence of a physical education plan on psychomotor development profiles of preschool children. *Journal of Human Sport and Exercise*, vol. 10, no. 1, pp. 126–140. DOI: <https://doi.org/10.14198/jhse.2015.101.11> (In English).