АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ТА РУХОВОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Гончар Лілія, Борисова Юлія
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

DOI: 10.32540/2071-1476-2019-3-087

Annotation

Preschool age is the most favorable period for the development of the personality, physical qualities of the child. One of the tasks of working with children of senior preschool age is to prepare them for a successful transition to a systematic organized school education. The readiness of children for schooling determines the combination of morphophysiological and psychological characteristics of children of senior preschool age. The physical and motor readiness of children for school characterizes the functionality and state of their health. One of the main indicators of the physical and motor readiness of children to study is the level of development of physical qualities, namely the quantitative and qualitative side of their implementation. **The goal** is to determine and analyze the level of physical fitness of children of senior preschool age. **Material and methods:** analysis and synthesis of scientific and methodological literature and Internet resources, pedagogical observation, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics. The study was conducted on the basis of the institution of preschool education №28. The study involved 34 children, of which 23 girls (67,6%) and 11 boys (32,4%) 5-6 age old. **Results.** Most children, the were average level of physical fitness is 76,5%. The best results were observed when tilting the exercises forward from a sitting position (41,2%), low physical activity in the tapping test for boys (95,0%) and girls (95,7%). In such exercises as jumping on the spot, jumping with right and left turns and hanging, on average, 51,7% of children were observed (52,3% of boys, 51,1% of girls). That is, almost half of preschoolers have an average level of strength endurance and coordination abilities. Most children (75,0%) have low rates and low levels of walking and running speeds of 10 meters. Technique exercise is an important component of the formation of motor skills and preschool skills. Motor training in the majority of boys (73,9%) and girls (54,5%) was unsatisfactory, possibly due to the low physical activity of children during the day. Children lead a sedentary lifestyle. Only 26,1% of girls and 45,5% of boys have a satisfactory level. Such a level of motor fitness will not allow children to adequately master the most important motor skills and abilities. Therefore, it is necessary to introduce new health technologies in the physical education and health work of educational institutions, which will be aimed at acquiring new skills and improving preschool children.

Key words: children 5-6 years old, older preschool age, physical education, motor training, preschoolers.

Анотація

Дошкільний вік є найсприятливішим періодом для розвитку особистості дитини, фізичних якостей. Одним із завдань роботи з дітьми старшого дошкільного віку є підготувати їх до успішного переходу до систематичного організованого шкільного навчання. Готовність дітей до шкільного навчання визначає сукупність морфофізиологічних і психологічних особливостей дітей старшого дошкільного віку. 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, а саме кількісна та якісна сторона виконання рухових дій. **Мета** – визначити та проаналізувати рівень фізич-

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019

ної підготовленості дітей старшого дошкільного віку. **Матеріал і методи:** аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та Інтернет-ресурсів, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. Дослідження проводилось на базі закладу дошкільної освіти № 28. У дослідженні взяли участь 34 дитини з них 23 дівчинки (67,6%) та 11 хлопчиків (32,4%) 5-6 років. **Результати досліджень.** Більшість дітей (76,5%) мають середній рівень фізичної підготовленості. Кращі результати спостерігалися у вправі нахил тулуба вперед з положення сидячи (41,2%), низькі показники у вправі тепінг-тест як у хлопчиків (95,0%) так і у дівчат (95,7%). У таких вправах, як стрибки на місці, стрибки з поворотами вправо і вліво та вис на жердині середній рівень спостерігався у 51,7% дітей (52,3% хлопчиків; 51,1% дівчаток). Тобто, майже 1/2 дошкільників мають середній рівень силової витривалості і координаційних здібностей. У більшості дітей (75,0%) спостерігаються низькі рівні за показниками у тестах на швидкість – ходьба і біг на 10 м. Техніка виконання вправ є важливим компонентом для формування рухових умінь і навичок дошкільнят. Рухова підготовленість у більшості хлопчиків (73,9%) і дівчаток (54,5%) була на незадовільному рівні, що може бути пов'язане з малою руховою активністю дітей протягом дня. Лише 26,1% дівчаток та 45,5% хлопчиків мають задовільний рівень рухової підготовленості. Такий рівень рухової підготовленості не дозволить дітям опанувати на достатньому рівні більшість життєво необхідних рухових умінь і навиків. Тому необхідно впроваджувати у фізкультурно-оздоровчу роботу ЗДО нові оздоровчі технології, які будуть спрямовані на засвоєння нових навиків і сприяти оздоровленню дошкільнят.

Ключові слова: діти 5-6 років, старший дошкільний вік, фізична підготовленість, рухова підготовленість, дошкільники.

Аннотация

Дошкольный возраст является благоприятным периодом для развития личности ребенка, его двигательных качеств. Одной из задач работы с детьми старшего дошкольного возраста является подготовить их к успешному переходу к систематическому организованному школьному обучению. Готовность детей к школе определяет совокупность морфофизиологических и психологических особенностей детей старшего дошкольного возраста. Физическая и двигательная готовность детей к обучению характеризует функциональные возможности и состояние их здоровья. Одними из главных показателей физической и двигательной готовности детей к обучению являются уровень развития физических качеств, а именно количественная и качественная сторона выполнения двигательных действий. **Цель** – определить и проанализировать уровень физической и двигательной подготовленности детей старшего дошкольного возраста. **Материал и методы:** анализ и обобщение научно-методической литературы и Интернет-ресурсов, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, методы математической статистики. Исследование проводилось на базе учреждения дошкольного образования № 28. В исследовании приняли участие 34 ребенка из них 23 девочки (67,6%) и 11 мальчиков (32,4%) 5-6 лет. **Результаты исследования.** Большинство детей 76,5% имеют средний уровень физической подготовленности. Наиболее высокие результаты наблюдались в упражнении наклон туловища вперед из положения сидя (41,2%), низкие показатели в упражнении теппинг-тест как у мальчиков (95,0%), так и у девочек (95,7%). В таких упражнениях как прыжки на месте, прыжки с поворотами вправо и влево и вис на перекладине средний уровень наблюдался в 51,7% детей (52,3% мальчиков; 51,1% девочек). То есть, почти 1/2 дошкольников имеют средний уровень силовой выносливости и координационных способностей. У большинства детей (75,0%) наблюдаются низкий уровень по показателям в тестах на быстрой ходьбе и беге на 10 м. Техника выполнения упражнений является важным компонентом для формирования двигательных умений и навыков дошкольников. Двигательная подготовленность у большинства как мальчиков (73,9%), так и девочек (54,5%) была на неудовлетворительном уровне, это может быть связано с малой двигательной активностью детей в течение дня. Лишь 26,1% девочек и 45,5% мальчиков имеют удовлетворительный уровень двигательной подготовлености. Такой уровень двигательной подготовленности не позволит детям овладеть на достаточном уровне многими жизненно необходимыми двигательными умениями и навыками. Поэтому необходимо внедрять в физкультурно-оздоровительную работу ЗДО новые оздоровительные технологии, которые будут направлены на усвоение новых двигательных навыков и способствовать оздоровлению дошкольников.

Ключевые слова: дети 5-6 лет, старший дошкольный возраст, физическая подготовленность, двигательная подготовленность, дошкольники.

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019

Вступ. Реформування та оптимізація системи дошкільного фізичного виховання в Україні, потребує розробки нових підходів щодо вирішення основної мети фізичного виховання – зміцнення здоров'я. (Кузьменко, Черниш, 2018). Фізичне виховання є найбільш діючим фактором зміцнення здоров'я дітей (Круцевич, 2018; Москаленко, 2016). У наш час ведуться досить інтенсивні наукові дослідження у галузі фізичної культури і спорту щодо впровадження різних організаційно-оздоровчих технологій у процес фізичного виховання у закладах дошкільної освіти зокрема (Пангелова, 2017; Вільчковського, 2017; Shesterova, Kuzmenko, Maslyak, 2017; Круцевич, 2018; Masliak, Bala, 2018; Максименко, 2018). Дошкільний вік є найсприятливішим періодом для розвитку особистості дитини, фізичних якостей. Одним із завдань роботи з дітьми старшого дошкільного віку є завдання підготувати їх до успішного переходу до систематичного організованого шкільного навчання який можливий при наявності сукупності морфофізіологічних і психологічних особливостей дітей старшого дошкільного віку, що і визначає готовність дітей до шкільного навчання (Дубогай, 2006; Денисенко, Аксьонова, 2009; Ажиппо, 2015; Пангелова, 2017; Вільчковський, 2017).

Фізична готовність до навчання характеризує функціональні можливості і стан здоров'я (Єфименко, 2017). Одним із показників фізичної готовності дітей до навчання є рівень розвитку фізичних якостей: сили, витривалості, спритності, гнучкості, швидкості. Для об'єктивної оцінки рівня фізичної підготовленості дітей до навчання в школі О. Дубогай (2006) пропонує на рівні перевірки навичок читання і лічби, визначити за допомогою м'яча і скакалки ступінь розвитку фізичних якостей і координації рухів зокрема. (Дубогай, Бойко, 2009). Тому аналіз та оцінка основних показників фізичної підготовленості дошкільнят і стало метою нашого дослідження.

Метою нашого дослідження було визначити рівень фізичної підготовленості дітей 5-6 років, що є необхідним для своєчасного і раціонального застосування засобів і методів фізичного виховання при проведенні фізкультурно-оздоровчих занять у ЗДО.

Матеріал і методи. Методи, які ми використовували під час дослідження – аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та Інтернет-ресурсів, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Процедура дослідження. Дослідження проводилось на базі закладу дошкільної освіти № 28. У дослідженні взяли участь 34 дитини з них 23 дівчинки (67,6%) та 11 хлопчиків (32,4%) 5-6 років.

Результати. Дошкільний вік – це період найбільш інтенсивного росту та розвитку організму. Саме у цьому віці закладаються основи майбутнього здоров'я, рівня фізичної підготовки, виховуються основні риси особистості. Здоров'я і роботоздатність дітей багато в чому залежать від розвитку моторики (Кулик, 2014). Рівень фізичної підготовленості відображається при виконанні основних життєво необхідних рухових умінь – ходьба, біг, стрибки, метання, плавання (Пасічник, 2017; Гончар, Борисова, 2019).

Для визначення фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку (табл. 1) ми використовували тести: на швидкість – ходьба 10 м (с), біг 10 м з ходу (с), стрибки на місці за 5 с (рази), рухи кистю руки за 5 с (рази); спритність – стрибки з поворотом вправо і ліво (градуси); гнучкість – нахил тулуба вперед з положення сидячи (см); швидкісно-силові якості дитини – стрибок у довжину з місця (см); силова витривалість – вис на жердині (с) (Вільчковський, Денисенко, 2011).

У результаті дослідження було визначено, що більшість дітей, – як хлопчиків (95,0%) так і дівчаток (95,7%) виконали тепінг-тест на низькому рівні, як правою рукою (100% – хлопчики і 91,3% – дівчата) так і лівою (90,1% і 100% відповідно). При виконанні цього тесту 23,5% хлопчиків і дівчаток не потрапляли в зазначене поле, 29,4% влучали в одне і теж місце. Це дає підставу стверджувати, що у дітей слабо розвинені координаційні здібності, а саме – точність виконання рухових дій і час, який затрачено на освоєння нового руху; час, необхідний для «перебудови» своєї рухової діяльності у співвідношенні з іншими ситуаціями.

Аналіз отриманих даних показав, що результати тестування фізичної підготовленості дітей відповідають середньому рівню, а саме тести: стрибки на місці, стрибки з поворотами вправо і ліво, нахил тулуба з положення сидячи, вис на жердині та стрибок у довжину з місця. Низькі показники спостерігаються як у хлопчиків, так і дівчаток при виконанні тепінг-тесту, ходьби та бігу на 10 м.

Більше половини дітей (58,8%), – як дівчаток (52,2%), так і хлопчиків (72,7%) виконали тест нахил тулуба вперед з положення сидячи на середньому рівні та 41,2% дітей виконали цей тест на високому рівні, це є природнім, тому що вік 5-6 років є сенситивним періодом прояву гнучкості (рис. 1).

При виконанні вправи «Стрибки на місці» дітям необхідно виконати найбільшу кількість стрибків на місці поштовхом обох ніг за 5 с. Майже половина хлопчиків (45,5%) і дівчаток (47,8%) виконали цю вправу на середньому рівні.

Розвиток спритності визначався за тестом «Стрибки з поворотами вправо і ліво». Діти виконували стрибки з поворотом

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку

Тести		Дівчата (n=23)	Хлопчики (n=11)
		$\bar{x}$±S	$\bar{x}$±S
1. Рухи кистю за 5 с	Права рука	11,22±3,40	10,18±1,83
	Ліва рука	11,13±2,40	11,36±3,38
2. Стрибки на місці за 5 с.		11,35±2,33	9,64±1,50
3. Стрибки з поворотами, градуси	Вправо	183,48±44,45	167,73±53,59
	Вліво	160,43±55,66	149,09±51,32
4. Нахил тулуба з положення сидячи, см		10,09±3,41	6,09±2,77
5. Вис на жердині, с		19,78±5,31	21,09±4,95
6. Ходьба 10 м, с		8,33±2,71	6,73±1,87
7. Біг 10 м, с		5,08±1,00	4,42±0,87
8. Стрибок у довжину з місця, см		59,96±10,57	68,55±10,64

ліворуч, а потім – праворуч, намагаючись розвернутися на максимальний кут. При цьому дитина повинна приземлитися стійко, без втрати рівноваги. Високий рівень спостерігався у 18,2% хлопчиків і 21,7% дівчаток, середній рівень у 45,5% і 50,0% дітей відповідно. 30,9% дітей втрачали рівновагу після приземлення.

За тестом «Вис на перекладині» визначали силову витривалість. Більшість (64,6%) дітей виконали цю вправу на середньому рівні (рис. 2). Причому хлопці (72,7%) виконали цю вправу вірогідно краще ($p<0,05$), ніж дівчата (56,5%).

Тест «Стрибок у довжину з місця» більше половини дітей як хлопчиків (63,6%) так і дівчаток (52,2%) виконали на середньому рівні. Хлопчики виконали цей тест вірогідно краще ніж дівчатка ($p<0,05$). Тести «Ходьба на 10 м» та «Біг на 10 м» як хлопчики (63,6% і 90,9%), так і дівчата

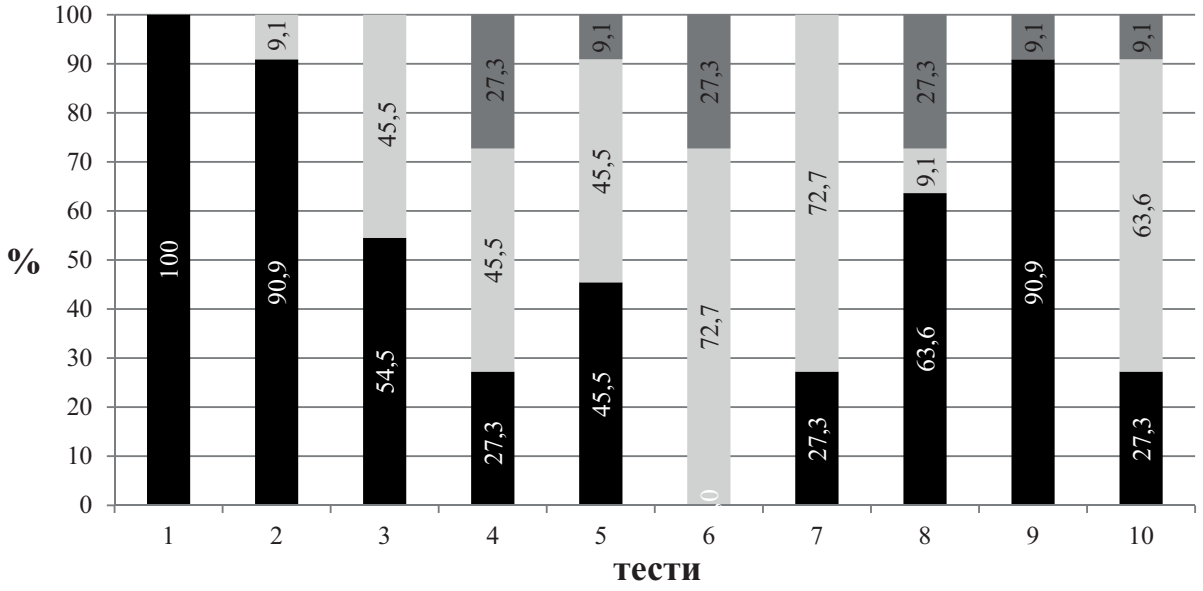

Рис. 1. Рівень фізичної підготовленості хлопчиків 5-6 років

Примітки: 1 – Тепінг-тест, правою рукою; 2 – Тепінг-тест, лівою рукою; 3 – Стрибки на місці; 4 – Стрибки з поворотом, вправо; 5 – Стрибки з поворотом, вліво; 6 – Нахил тулуба з положення сидячи; 7 – Вис на перекладині; 8 – Ходьба на 10 м; 9 – Біг на 10 м; 10 – Стрибок у довжину з місця.

Низький рівень Середній рівень Високий рівень

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019

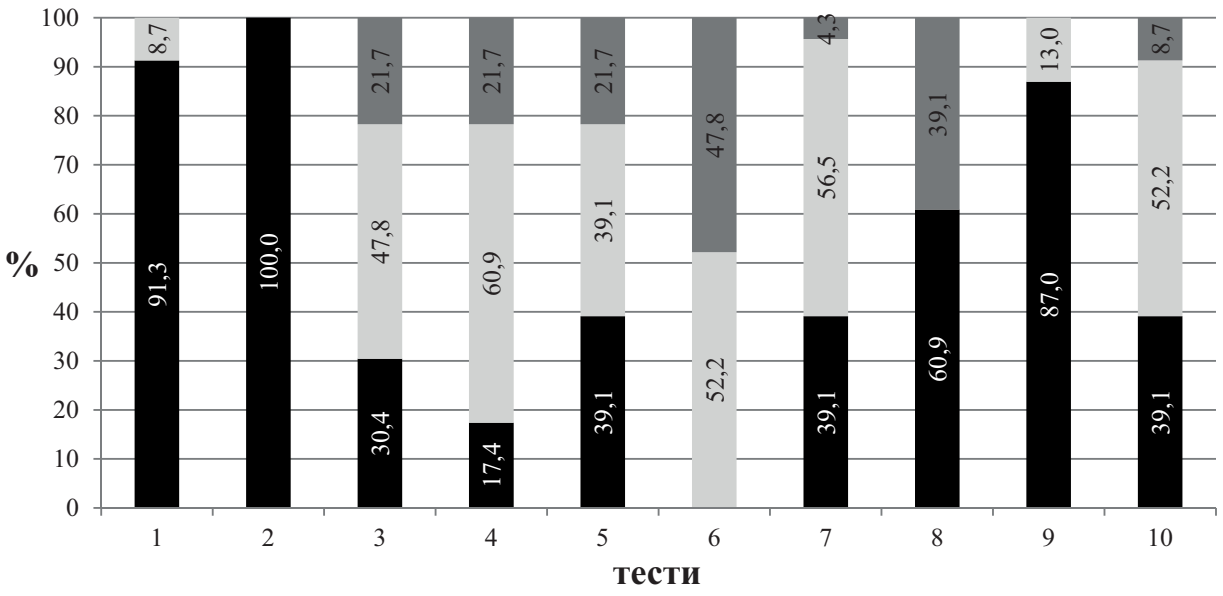

Рис. 2. Рівень фізичної підготовленості дівчаток 5-6 років

Примітки: 1 – Теппінг-тест, правою рукою; 2 – Теппінг-тест, лівою рукою; 3 – Стрибки на місці; 4 – Стрибки з поворотом, вправо; 5 – Стрибки з поворотом, вліво; 6 – Нахил тулуба з положення сидячи; 7 – Вис на перекладині; 8 – Ходьба на 10 м; 9 – Біг на 10 м; 10 – Стрибок у довжину з місця.

Низький рівень Середній рівень Високий рівень

(60,9% і 87,0%) виконали на низькому рівні.

Рухова підготовленість дітей спрямована на засвоєння кількісних та якісних параметрів рухів (Денисенко, Шевченко, 2009; Gontschar, Borysowa, 2018). Техніка виконання вправ – це важливий компонент формування моторики дошкільнят, який залежить від трьох основних факторів: генетично зумовлених рухових здібностей; довільної рухової активності пов'язано із виконанням багатьох рухів у повсякденному житті та спеціально організованої системи фізичного виховання (в дошкільному закладі та сім'ї), що стимулює природний хід онтогенетичного розвитку моторики дитини (Вільчковський, Денисенко, 2011).

Рухову підготовленість дошкільнят ми оцінювали, зіставляючи якісні та кількісні показники при виконанні основних рухів (Вільчковський, Денисенко, 2011). Для оцінки рухової підготовленості дитини використовувалися тести: ходьба на дистанцію 10 м, біг на швидкість на дистанцію 10 м, стрибок у довжину з місця. Оцінку 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 до 5 балів, – її рухова підготовленість добра, від 3 до 4 балів, – задовільна й нижча, ніж 3 бали, – незадовільна (Вільчковський, Денисенко, 2011).

Оцінку техніки виконання ходьби дітей старшого дошкільного віку показали, що більшість дітей мають порушення постави, рухи руками згинаються нерівномірно, але ритмічно, частково можна було побачити активне згинання та розгинання ніг у колінному суглобі. Більшість дітей вміють дотримуватися різних напрямків під час ходьби та змінювати їх, але технічне виконання кроків з перекатом з п'ятки на носок відсутнє. За всіма критеріями техніки виконання ходьби тільки 4,3% дівчаток упорались з цим завданням (рис. 3). Більшість дітей: як хлопчиків (45,5%) так і дівчаток (47,8%) упорались лише з двома критеріями із п'яти (Вільчковський, Денисенко, 2011).

Аналіз техніки виконання бігу дозволив визначити такі помилки як: відволікання та обертання голови, що не дає дитині сконцентрувати увагу на бігу та рухатися у заданому напряму. Спостерігаються енергійні рухи руками, але вони не завжди зігнуті у ліктях. Більшість дівчаток (52,2%) виконали цей тест лише за одним критерієм. У 36,4% хлопчиків було зараховано тільки два критерія (Вільчковський, Денисенко, 2011).

Найбільша кількість помилок спостерігалась у дітей при виконанні «стрибка у довжину з місця», а саме: під час замаху перед поштовхом, не було відведення рук назад та нахилу тулуба вперед, немає фази польоту

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019

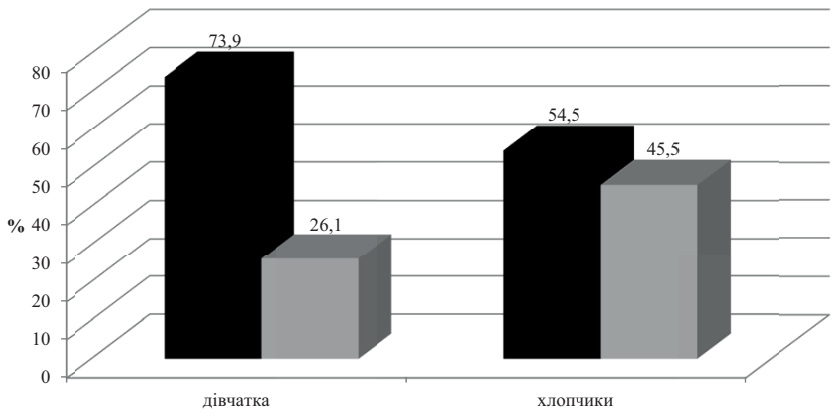

Рис. 3. Рівень рухової підготовленості дітей 5-6 років

Незадовільний рівень Задовільний рівень

та утримання рівноваги після приземлення. У більшості хлопчиків (36,4%) і дівчаток (47,8%) було зараховано два критерії, а саме: вихідне положення та поштовх. (Вільчковський, Денисенко, 2011).

Загальна оцінка показала, що більшість дітей (67,6%) мають незадовільний рівень рухової підготовленості. Причому хлопчики вірогідно краще виконали контрольні вправи, ніж дівчатка ($p<0,05$). Задовільній рівень рухової підготовленості спостерігався у 45,5% хлопчиків і 26,1% дівчаток ($p>0,05$). Високий рівень рухової підготовленості у дітей не спостерігався.

Дискусія. Проведений аналіз практичних результатів авторів і власних досліджень дозволяють стверджувати, що середній рівень фізичної та недостатній рівень рухової підготовленості є поширеною проблемою серед дітей дошкільного віку. Шляхом експериментального дослідження дані продовжили дослідження щодо визначення рівня фізичної і рухової підготовленості дітей 5-6 років та узгоджуються з результатами проведеної роботи авторів (Масляк, Шепель, Веретельникова, 2017; Касьян, 2017; Кузьменко, Черниш, 2018), які свідчать, що у значної кількості дошкільнят, а саме 76,5% спостерігається середній рівень фізичної підготовленості. Рухова підготовленість, – як оцінка якісних і кількісних показників у наукових працях, – майже не розглядається. Повсякденні руху людини не завжди правильні. І тому на уроках фізичної культури необхідно навчити дітей правильно і красиво стояти, сидіти і ходити, виконувати фізичні вправи. Однак, з точки зору Ротерс Т.Т. (2001), у практиці роботи цих питань не приділяється належна увага, оскільки як на перше місце ставляться кількісні показники виконання фізичних вправ. У нашому дослідженні рівень рухової підготовленості у більшості дітей (67,6%) відповідає незадовільному рівню. Зокрема, у процесі констатувального експерименту було встановлено, що 76,5% дітей мають середній рівень фізичної підготовленості, а всього 5,9% – високий рівень. Більшість дітей (67,6%) 5-6 років мають незадовільний рівень рухової підготовленості, і 45,5% хлопчиків і 26,1% дівчаток мають задовільний рівень рухової підготовленості. Якщо розглядати цей факт у перспективі, то можна відмітити, що саме ходьбу та біг на різні дистанції діти шкільного віку виконують на низькому рівні. Тому необхідно у дошкільному віці сформувати життєво необхідні рухові уміння та навики. Для цього ми пропонуємо використовувати засоби художньої гімнастики.

Висновки. Отже, більшість дітей 76,5% мають середній рівень фізичної підготовленості. Кращі результати спостерігалися у вправі нахил тулуба вперед з положення сидячи (41,2%), низькі показники були у вправі теппінг-тест як у хлопчиків (95%) так і у дівчат (95,7%). Такі вправи, як стрибки на місці, стрибки з поворотами вправо і вліво та вис на жердині 51,7% дітей виконали на середньому рівні (52,3% хлопчиків; 51,1% дівчаток). Тобто майже 1/2 дошкільнят мають середній рівень силової витривалості і координаційних здібностей. Результати тестів на швидкість ходьба та біг на 10 м у більшості дітей (75,0%) знаходяться на низькому рівні.

У більшості дівчаток (73,9%) і хлопчиків (54,5%) спостерігався незадовільний рівень рухової підготовленості. Лише 26,1% дівчаток та 45,5% хлопчиків мають задовільний рівень. Такий рівень рухової підготовленості не дозволить дітям опанувати на достатньому рівні більшість життєво необхідних рухових навиків. Це може бути пов'язано з малою руховою активністю дітей протягом дня. Тому необхідно впроваджувати у фізкультурно-оздоровчу роботу ЗДО нові оздоровчі технології, які будуть спрямовані на засвоєння нових навиків.

Перспективи подальших досліджень. На основі даних показників фізичної та рухової підготовленості планується розробка фізкультурної-оздоровчої програми для формування культури рухів дітей старшого дошкільного віку засобами художньої гімнастики з урахуванням цих показників.

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019

Література

1. Ажиппо А.Ю., Дорофеева Т.И., Пугач Я.И., Артемьева Г.П., Нечитайло М.В., Друзь В.А. Норма, стандарты и тесты в структуре построения мониторинга физического развития, физической подготовленности и физического состояния. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків, 2015. № 5 (49), С. 13-23.
2. Бойко Є.В. Фізична підготовленість дошкільнят до навчання в умовах сучасної школи: рівні та критерії. Збірник на «Фізична культура, спорт та здоров'я людини» 8(1). Вінниця, 2009. С. 94-99.
3. Вільчковський Е.С., Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: Навчально-методичний посібник. Тернопіль, 2011. 128 с.
4. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб., 3-те вид., стер. Університетська книга. Суми, 2017. 428 с.
5. Гончар Л.В., Борисова Ю.Ю. Аналіз показників фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків, 2019. С. 50-54.
6. Дубогай О. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. «Шкільний світ». Київ, 2006. 128 с.
7. Єфименко М. Моніторинг стану фізичного розвитку дошкільнят. Журнал «Дошкільне виховання», 2017. № 4. С. 2-5.
8. Касьян А.В. Дослідження рівня розвитку фізичних якостей у дітей старшого дошкільного віку. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Київ, 2017 Вип. 3 К (84). С. 206-210.
9. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / за ред. Т.Ю. Круцевич. Київ, 2016. Т. 1, 198 с.
10. Кузьменко І., Черниш Т. Рівень розвитку рухових якостей дітей старшого дошкільного віку. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків, 2018. С. 57-60.
11. Кулик Н.А. Вікова динаміка фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. Чернігів, 2014. № 118 (3), С. 162-164.
12. Максименко Л.М. 2018 Використання засобів флорболу у процесі фізичного виховання дітей 5-6 років: автореф. дис. на здобуття наук ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Суми, 2018. 27 с.
13. Москаленко Н., Полякова А., Решетилова В. Моделювання раціонального рухового режиму дітей 3-4 років у дошкільних закладах різного

References

1. Aghyppo O., Dorofeeva T., Puhach Y., Artem'yeva G., Nechytailo M., Druz V. Norm, standards and tests in the structure of creation of monitoring of physical development, physical fitness and physical state. Slobozhanskyi herald of science and sport. Kharkiv, 2015. №5(49), p. 13-23. (in Ukrainian)
2. Boyko Ye., Shportiy V. Physical training of preschool children in the conditions of modern school: levels and criteria. Zbirnyk na «Fizychna kultura, sport ta zdorovia liudyny» 8 (1). Vinnitsa, 2009. p. 94-99. (in Ukrainian)
3. Dubogai O. Physical culture as a component of health and successful child's education. «School World». Kyiv, 2006. 128 p. (in Ukrainian)
4. Efimenko M. Monitoring of the physical development of preschool children. Zhurnal «Doshkilne vykhovannia», 2017. No. 4. Pp. 2-5. (in Ukrainian)
5. Gontschar L., Borysowa Ju., DakalenkoO. Der begriff „die kultur der bewegungen" in der theorie und methodik der vorschulkinderkörpererziehung. Nauchnyy zhurnal «Austria-science». Austria, 2018. №14, C. 24-27. (in Austria)
6. Honchar L., Borysova Yu Analysis of indicators of physical development of children of senior preschool age. Slobozhanskyi herald of science and sport. Kharkiv, 2019. p. 50-54. (in Ukrainian)
7. Kasian A.V. Study of the level of development of physical qualities in children of the senior preschool age. Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Kyiv, 2017 Vyp. 3 K (84). pp. 206-210. (in Ukrainian)
8. Krusevich T.Yu. Theory and Methods of Physical Education, ed. T.Yu. Krusevich Kyiv, 2016. T. 1, 198 p. (in Ukrainian)
9. Kulik N.A. The age dynamics of physical development and physical preparedness of children of the senior preschool age. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu Ser.: Pedahohichni nauky. Fizychne vykhovannia i sport. Chernihiv, 2014, No. 118 (3), pp. 162-164. (in Ukrainian)
10. Kuzmenko I., Chernysh T. Level of development of motor qualities of children of senior preschool age. Slobozhanskyi herald of science and sport. Kharkiv, 2018. Pp. 57-60. (in Ukrainian)
11. Maksimenko L.M. 2018 Use of means of florbol in the process of physical education of children 5-6 years: author's abstract. dis for the degree of Candidate Degree. Sciences of Phys. education and sport: special 24.00.02 «Physical Culture, Physical Education of Different Groups of the Population». Sumy, 2018. 27 p. (in Ukrainian)
12. Masliak I., Bala T., Krivoruchko N., Shesterova L., Kuzmenko I., Kulyk N., Stasyuk R. & Zhuk V.

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019

типу. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпропетровськ, 2016. № 3, С. 151-157.
14. Пангелова Н.Є., Круцевич Т.Ю., Данилко В.М. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури. Навчальний посібник. Переяслав-Хмельницький, 2017. 505 с.
15. Пасічник В. Удосконалення системи контролю фізичної підготовленості дітей дошкільного віку (теоретичний аналіз). Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Вінниця, 2017. Вип. 3(22), С. 599-606.
16. Ротерс Т.Т. Теория и методика развития личности школьника на ритмических занятиях в общеобразовательной школе. Луганск: Альма-матер, 2001. 279 с.
17. Gontschar L., Borysowa Ju., Dakalenko O. Der begriff „die kultur der bewegungen" in der theorie und methodik der vorschulkinderkörpererziehung. Научный журнал «Austria-science». Austria, 2018. №14, С. 24-27.
18. Masliak I., Bala T., Krivoruchko N., Shesterova L., Kuzmenko I., Kulyk N., Stasyuk R. & Zhuk V. (2018), «Functional state of cardiovascular system of 10-16-year old teenagers under the influence of cheerleading classes», Journal of Physical Education and Sport (JPES), 18 Supplement issue 1, Art 63, 452-458, doi: 10.7752/jpes.2018.s163.
19. Shesterova, L.Ye., Kuzmenko, I.A. & Maslyak, I.P. (2017), «Motive preparedness of school-age children under the influence of sspecial exercises affecting the state of the acoustic analyser», Sport science international scientific journal of kinesiology Vol. 10, Iss. 2. pp. 97-104.

(2018), «Functional state of cardiovascular system of 10–16-year old teenagers under the influence of cheerleading classes», Journal of Physical Education and Sport (JPES), 18 Supplement issue 1, Art 63, 452-458, doi: 10.7752/jpes.2018.s163.
13. Moskalenko N., Polyakova A., Reshetilova V. Modeling of rational motor regime of children 3-4 years in preschool institutions of different types. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. Dnipropetrovsk, 2016. №3, pp. 151-157. (in Ukrainian)
14. Pangelova N.E., Krusevich T.Yu., Danilko V.M. Theoretical and methodological foundations of recreational physical culture. Tutorial. Pereyaslav-Khmelnitsky, 2017. 505 p. (in Ukrainian)
15. Pasichnyk V. Improvement of the system of control of physical preparedness of children of preschool age (theoretical analysis). Physical Culture, Sport and Health of the Nation: Sb. sciences Prospect Vinnytsya, 2017. 3 (22), pp. 599-606. (in Ukrainian)
16. Roters T.T. Theory and methods of development of the personality of the student at the rhythmic classes in secondary school. Lugansk: Alma-mater. 2001. 279 p. (in Russian)
17. Shesterova, L.Ye., Kuzmenko, I.A. & Maslyak, I.P. (2017), «Motive preparedness of school-age children under the influence of sspecial exercises affecting the state of the acoustic analyser», Sport science international scientific journal of kinesiology Vol. 10, Iss. 2. pp. 97-104.
18. Vilchkovsky E.S., Denisenko N.F. Organization of motor regime of children in pre-school educational institutions: Navchalno-metodychnyi posibnyk. Ternopil, 2011. 128 p. (in Ukrainian)
19. Vilchkovsky E.S., Korkok O.I. Theory and methods of physical education of children of preschool age: teach. manual, 3rd kind., ster. University book. Sumy, 2017. 428 pp. (in Ukrainian)

Гончар Лілія
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
вул. Набережна Перемоги,10, Дніпро, 49094, Україна
e-mail: lilylily1989@ukr.net
Борисова Юлія
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, 49094, Україна
e-mail: borisova01@ukr.net

© Гончар Л., Борисова Ю., 2019