

### **Практичне 3. Українські народні рухливі ігри в системі засобів фізичного виховання**

Українські народні рухливі ігри мають значні виховні можливості, що визначаються їх культурно-історичним походженням та соціальними функціями в дитячому шкільному середовищі. За умови оптимального поєднання з іншими засобами фізичного виховання народні рухливі ігри забезпечують різносторонній фізичний розвиток особистості школяра і збагачення його духовної культури шляхом пізнання культурної спадщини предків і народних традицій та обрядів, що були характерними для українського народу в давнину, а деякі з яких збереглися й до нинішнього часу.

Українські народні рухливі ігри в системі засобів фізичного виховання дітей шкільного віку має особливе значення. Рухливі ігри загалом та народні рухливі ігри і забави зокрема посідають вагоме місце в процесі фізичного виховання школярів як один з дієвих засобів гармонійного розвитку фізично здорової та духовно багатой особистості. Ігри впливають на становлення особистості в різні періоди дитинства. Як суспільне явище вони привертають увагу вчених різних галузей знань – педагогіки, психології, філософії, мистецтвознавства, медицини тощо. Попри різні концепції ігрової діяльності, судження дослідників сходяться на тому, що вона пов'язана з духовним піднесенням і хвилюванням дітей, адже гра є найдивовижнішим явищем культури. У сучасній теорії й практиці шкільного виховання значну увагу приділяють оптимальному поєднанню різних форм, методів та засобів навчання й виховання, що дозволяє найефективніше розв'язувати завдання чинних програм. І в цьому руслі одним з важливих засобів фізичного виховання дітей шкільного віку є рухливі ігри, в яких комплексно виховують фізичні й емоційно-вольові якості школярів, а також вдосконалюють сформовані рухові вміння та навички.

У шкільному віці ігрова діяльність є провідною, що зумовлено кількома важливими моментами: дитина перших шести років життя надає перевагу рольовій грі перед іншими видами діяльності; саме в грі визріває готовність малюка до розгортання інших видів діяльності (спілкування, праці, учіння), закладаються й розвиваються всі основні вікові новоутворення особистості.

Виховання дітей засобами народної гри позитивно оцінювали С.Русова, В.Сухомлинський, О.Усова, К.Ушинський та інші вчені-педагоги. Вагомий

внесок у розвиток теорії й практики використання національних рухливих ігор належить Н.Андрощуку, О.Бичуку, А.Вольчинському, Л.Грицюку, В.Завацькому, А.Леськіву, С.Мехонишин, Л.Пономаренко, Є.Приступі, О.Семенову, А.Цьосою та ін. Чимало цікавих спостережень і науково обґрунтованих висновків про вплив народних ігор на організм школярів та особливості їх застосування в навчально-виховному процесі школи та в сім'ї знаходимо в сучасних дослідженнях О.Богініч, А.Богущ, Е.Вільчковського, А.Вольчинського, Н.Лисенко, В.Овчинникової, Є.Приступи, А.Цьосю та ін.

Завдання та зміст ігрової діяльності школярів визначено Базовим компонентом шкільної освіти в Україні та чинними програмами розвитку, навчання й виховання дітей шкільного віку. Споконвіків народна педагогіка піклування про здоров'я та фізичний розвиток дітей у вихованні їх як майбутнього нації визначала першочерговими завданнями. Народознавча скарбниця багата на поради та вислови такого змісту, як-от: «Нема щастя без здоров'я», «Здоровому все здорово» тощо. Одразу після появи немовляти на світ батьки неухильно виконували свій перший і святий обов'язок – піклувалися, щоб дитина виросла здоровою й готовою до активного трудового життя. Саме відразу після народження, за народною філософією, і розпочинається опіка над дитиною в сім'ї. Пріоритет фізичного розвитку дитини зумовлювався цілком реальними життєвими обставинами й потребами народу. В діяльності людини-трудівника впродовж віків поставали такі проблеми, для подолання яких вирішальне значення мали значні фізичні зусилля. Силу й витривалість, стійкість і спритність високо поцінювали в народі. Ці риси батьки прагнули виховати у своїх дітей. Окрім того, люди збагнули, що фізичне виховання невіддільне від інших чинників формування особистості. Піклуючись про виховання здорового покоління, український народ створив свою самобутню національну фізичну культуру. Українська народна педагогіка має цілісну систему педагогічних засобів фізичного виховання, яка цілком відповідає національному характерові нашого народу і яку належить оптимально використовувати в гартуванні дітей. Оскільки народні рухливі ігри та способи їх організації зазнають постійної трансформації, у

навчально-виховному процесі на рівноправних засадах використовують як відомі з давніх часів ігри, так і створені на сучасному етапі розвитку ігрових традицій. Серед усього різноманіття рухливих ігор, які використовують вчителі та інструктор з фізичної культури в роботі з дітьми шкільного віку, виділяють як окрему групу народні ігри.

Народні рухливі ігри умовно можна поділити на дві групи: спонтанні ігри, що виникають стихійно або як наслідування дій дорослих, та суто розважальні ігри з наперед визначеними правилами. Ігри народ створював упродовж багатьох століть, вони сприяють розвитку фізичних якостей дітей, а також їх самостійності, рішучості, організованості, кмітливості, чесності, доброзичливого й турботливого ставлення одне до одного. Народні рухливі ігри є дієвим засобом всебічного виховання дітей, сприяють розширенню їхніх уявлень про навколишній світ, забезпечують естетичну насолоду від виконання рухових дій, поєднаних з примовками, приспівками, створюють передумови для закріплення рухових навичок та розвитку фізичних якостей.

Серед українських народних рухливих ігор виділяють сезонно-обрядові ігри, побутові народні ігри, ігри-ловітки, ігри-забави та ігри-атракціони. Народні рухливі ігри створювалися впродовж багатьох сторіч нашими прабабусями й прадідами, сприяючи розвитку фізичних якостей – швидкості, спритності, сили та витривалості підростаючих поколінь. До нашого часу дійшло чимало народних рухливих ігор, які і в умовах сьогодення продовжують формувати в дітей позитивні морально-вольові риси. На заняттях з фізичної культури та в інших формах фізичного виховання їх застосовують для підвищення емоційності й забезпечення гармонійного фізичного та духовного розвитку, зміцнення здоров'я школярів. Широке застосування рухливих ігор у педагогічній практиці передбачає їх класифікацію, групування, тобто їх цілеспрямований підбір за певними ознаками для вирішення тих чи інших педагогічних завдань.

За різними ознаками рухливі ігри поділяють на індивідуальні (одиначні) й колективні (групові) – за участю групи гравців. Народна рухлива гра, як і кожна рухлива гра, має свій зміст, форму (характер організації колективу) та методичні особливості. До змісту рухливої гри

відносимо сюжет (образний чи умовний задум), правила й рухові дії в грі та їх спрямованість на досягнення мети. Форма рухливої гри передбачає організацію дій, яка уможлиблює широкий вибір способів досягнення поставленої мети, й обумовлена її змістом. Традиційно у навчально-виховному процесі українські народні рухливі ігри використовують як засіб фізичного виховання, проте їх розвивально-виховний потенціал значно ширший. В культурологічних дослідженнях рухливі ігри визнано суттєвим елементом української національної культури. Аналіз народних рухливих ігор, поширених і нині серед дітей шкільного віку, засвідчує, що їхні корені можна знайти ще в стародавніх фольклорних обрядах, церемоніях і ритуалах. Найчастіше вони спираються на фольклорні образи вовка, ведмедика, зайчика, котика, кози та інших тварин, які є знаковими для української культури й традиційно відтворювались у різноманітних обрядах та ритуалах, нарешті виділившись як дитячі рухливі ігри. Без сумніву, образи тварин у легендах, казках, ініціаціях та дитячих народних рухливих іграх споріднені, вони мають одні корені, й тому рухливі ігри опосередковано прилучають підростаюче покоління до стародавньої української культури. На відміну від предметів культури матеріальної, які дійшли до нас у їх стародавньому вигляді завдяки археологічним розвідкам, рухливі ігри не зберігалися в первісному стані. Вони функціонували безперервно, передавалися від покоління до покоління у живій ігровій практиці, ставали улюбленими іграми нових поколінь. З часом усе, що ставало нецікавим, було незрозумілим для дітей, забувалося, а найвдаліше залишалося в змісті рухливих ігор. Удосконалення народних рухливих ігор відбувалося безперервним ланцюгом, що зв'язує глибоку давнину й теперішній час. Таким чином, народні рухливі ігри набувають великого значення для національно-культурного виховання підростаючих поколінь. Окрім того, важливим є і соціалізуючий аспект народних рухливих ігор. Дослідники їх довели, що в давнину дорослі не керували дитячими іграми та розвагами. Малі діти навчалися ігор у старших, граючись разом з ними. Дівчатка і хлопчики змалечку привчалися самі вести гру, набуваючи досвіду поведінки в дитячому товаристві, навичок самоврядування як необхідних умов адаптації до соціального середовища. Тому коли педагог

постійно керує дітьми під час рухливих ігор, своєю волею призначає виконавця на роль ведучого, розподіляє гравців на команди або авторитарно визначає, яка команда першою починає гру, позитивний виховний сенс такої гри значно втрачається. Велике значення для розвитку функції мислення у дітей дошкільного віку мають ігри з проявами спритності, швидкості рухів, з включенням рухових завдань, що передбачають реагування на різні обставини й ситуації, що швидко змінюються. Виховне значення рухливих ігор полягає в комплексному розвитку всіх психічних функцій і якостей дитини: гостроти відчуттів і сприйняття, уваги, оперативної пам'яті, уяви, мислення, емоційно-вольових якостей. Рухливі ігри цінні для розвитку в дошкільників різного віку здатності регулювати свій емоційний стан. За умови правильного керівництва процесом виховання школярів загалом та їхньою ігровою діяльністю зокрема педагог сприятиме формуванню стійкої емоційної сфери кожної дитини й формуванню в дітей позитивних моральних та вольових рис. Народна педагогіка знає чимало ігор, які сприяють фізичному розвитку дітей: «Гуси-лебеді», «Піжмурки», «Третій зайвий», «Мисливці і качки», «Квач», «Курки», «Естафета» та ін. Їх мета досягається шляхом використання різноманітних рухів: ходьби, стрибків, бігу, кидання чи перенесення предметів. Дитину з раннього дитинства захоплюють предмет, способи дій та функціональне значення іграшки. Опановуючи дії і самостійно виконуючи їх, дитина тим самим відокремлюється від дорослого, вона зауважує, що діє, як дорослий, не знаючи суспільних відносин дорослих та їхніх суспільних функцій і суспільного змісту їхньої діяльності. Отож, дитина діє в напрямі свого бажання, об'єктивно ставить себе в становище дорослого, відтак відбувається емоційно-дієве орієнтування у відносинах з дорослими й змістом їхньої діяльності, а інтелект виступає як наслідок емоційно-дієвих переживань. Значення гри не обмежується виникненням у дитини нових за змістом мотивів діяльності та зніціюваних ними завдань. Істотно важливим є виникнення в грі нової психологічної форми мотивів. Багато важить гра і для формування дружного колективу, виховання самостійності, позитивного ставлення до праці, для корекції відхилень у поведінці окремих дітей, що є результатом

впливу гри на психічний розвиток дитини й становлення її як особистості. Ігрова діяльність – це особлива сфера активності людини, в якій вона не переслідує ніяких інших цілей, окрім одержання задоволення від прояву власних фізичних і духовних зусиль. До кожної рухливої гри доцільно добирати цікаву й доступну інформацію задля ознайомлення малят з історією її виникнення й застосування у певний період обрядового календаря. Розповідаючи дітям цікаві легенди, повір'я, приповідки про історію походження гри та звичаї, розширюючи кругозір дитини, вихователь сприяє пробудженню в неї ситуативного інтересу до народних ігор. Під час проведення народної гри вихователю чи вчителю фізичної культури доцільно використовувати влучні загадки, уривки з оповідань та народних казок. Значний вплив на формування народознавчого світогляду школярів під час їхньої участі в рухливих іграх має використання педагогом народних пісень, різноманітних лічилок для вибору на головну роль у грі, народних прислів'їв та приказок для підбиття підсумків гри, а також ознайомлення зі специфічними народними атрибутами. Позитивний вплив народних рухливих ігор на організм дитини досягається лише за правильного педагогічного керівництва ними. Максимальний вплив народних рухливих ігор як засобу гармонійного розвитку особистості в шкільній ланці освіти залежить від оптимально створених педагогічних умов їх організації: – систематичності проведення ігор упродовж дня; – оптимального поєднання прийомів і методів педагогічного керівництва грою у її підготовчій, основній і заключній частинах; – використання педагогічних методів, адекватних значенню кожного з етапів керівництва грою.

Отже, українські народні рухливі ігри мають значні виховні можливості, що визначаються їх культурно-історичним походженням та соціальними функціями в дитячому шкільному середовищі. За умови оптимального поєднання з іншими засобами фізичного виховання народні рухливі ігри забезпечують різносторонній фізичний розвиток особистості школяра і збагачення його духовної культури шляхом пізнання культурної спадщини предків і народних традицій та обрядів, що були характерними для

українського народу в давнину, а деякі з яких збереглися й до нинішнього часу.

#### Список використаних джерел і літератури:

1. Беленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини / Беленька Г. В., Богініч О. Л., Машовець М. А. – К. : СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.
2. Богініч О. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Богініч О. – К. : Шк. світ, 2007. – 120 с.
3. Богуш А. М. Українське народознавство в дошкільному закладі : навч. посіб. – [2-ге вид., переробл. і допов.] / А. М. Богуш, Н. В. Лисенко. – К. : Вища шк., 2002. – 407 с. Педагогічний дискурс, випуск 13, 2012 372
4. Приступа Є. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: Методологія, теорія, практика / Приступа Є., Слімаковський О., Лук'янченко О. – Дрогобич : Вимір, 1999. – 449 с.
5. Стельмахович М. Теорія і практика українського національного виховання: Посібник для вчителів початкових класів та студентів педагогічних факультетів / Стельмахович М. – Івано-Франківськ, 1996. – 18