

ПРИНЦИП ПРИРОДОВІДПОВІДНОСТІ ЯК ОСНОВА ІННОВАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ АВТОРСЬКОЇ ТЕХНОЛОГІЇ М. М. ЄФИМЕНКА З ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНИКІВ

У статті розглянуто філогенетичний принцип як стрижень загального принципу природовідповідності серед інших принципів щодо фізичного розвитку дошкільників в нормі та з особливими можливостями здоров'я. Філогенетична логіка біологічного становлення людини віддзеркалюється в послідовності індивідуального онтогенетичного розвитку дитини, що доводить основний біогенетичний закон Геккеля – Мюллера. В методичну основу технології Миколи Єфименка покладено саме цю філогенетично-онтогенетичну послідовність формування основних рухів, яка передбачає принципово новий підхід до фізичного розвитку дітей дошкільного віку. Заняття з фізичної культури за інноваційним підходом мають починатися з лежачо-горизонтованих вихідних положень (лежання, на карачках, сидячи) і поступово ускладнюються до вертикальних положень стоячи, ходьби, лазіння, бігу та стрибків. Саме такий еволюційний метод вправлення у фізичному вихованні дошкільників забезпечить реалізацію головних дидактичних принципів: від простого – до складного, від легкого – до важкого, поступовості, послідовності, наслідування.

Своєрідна еволюційна гімнастика має стати не тільки алгоритмом проведення будь-якої форми фізичного виховання дошкільників (від ранкової гімнастики пробудження – до фізкультурного свята), але бути методологічною основою всієї системи планування фізичного розвитку дітей від ясельної до старшої групи.

Реалізація принципу природовідповідності зможе забезпечити стимулювання психічного розвитку дітей дошкільного віку на основі цілеспрямованого стимулювання атракторних структур головного мозку, сформованих протягом еволюції людини. Все це зможе гарантувати повноцінний психофізичний розвиток дитини як особистості і в подальшому – успішну її соціалізацію.

Ключові слова: принцип природовідповідності, фізичний розвиток, дошкільники, філогенетична послідовність, еволюційний метод.

Soltus O. V.,
Benera V. Ye.

THE PRINCIPLE OF NATURAL CONFORMITY AS THE BASIS OF INNOVATIVE POTENTIAL OF MM EFYMENKO'S AUTHOR'S TECHNOLOGY ON PHYSICAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOLERS

The article considers the phylogenetic principle as the core of the general principle of nature in relation to the physical development of preschoolers in normal and with special health capabilities. The phylogenetic logic of human biological formation is reflected in the sequence of individual ontogenetic development of the child, which proves the basic biogenetic law of Haeckel - Mueller. The methodological basis of

Mykola Yefimenko's technology is this phylogenetic-ontogenetic sequence of formation of basic movements, which provides a fundamentally new approach to the physical development of preschool children. Physical education classes according to the innovative approach should start with lying-horizontal starting positions (lying, on all fours, sitting) and gradually become more complicated to vertical positions standing, walking, climbing, running and jumping. It is this evolutionary method of practice in the physical education of preschoolers will ensure the implementation of the main didactic principles: from simple - to complex, from easy - to difficult, gradual, consistent, imitation.

A kind of evolutionary gymnastics should become not only an algorithm for conducting any form of physical education of preschoolers (from morning gymnastics awakening - to a sports holiday), but be the methodological basis of the whole system of planning physical development of children from nursery to senior group. The implementation of the principle of naturalness will be able to provide stimulation of mental development of preschool children on the basis of purposeful stimulation of attractor structures of the brain formed during human evolution. All this will be able to guarantee the full psychophysical development of the child as a person and in the future its successful socialization.

Key words: nature correspondence principle, physical development, preschoolers, phylogenetic sequence, evolutionary method.

Сучасні тенденції реформування дошкільної галузі орієнтують на підготовку конкурентоспроможних майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти з глибинними моральними цінностями, формування творчої та компетентної особистості щодо фізичного розвитку дітей дошкільного віку. Професійна підготовка передбачає формування у майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти умінь використовувати значні можливості фізичної культури для сприяння розвитку здорової, всебічно розвинутої та гармонійної особистості, успішно адаптованої до навколишнього середовища, яка матиме змогу ефективно і плідно реалізуватися у суспільстві.

Сучасна теорія і практика висвітлює потребу розробки відповідного інтеграційного фізкультурно-оздоровчого процесу в закладах дошкільної освіти, який орієнтує майбутніх педагогів на правильний інноваційний фізичний розвиток особистості за методикою М. Єфименка та дозволяє окреслити можливості використання позитивного досвіду в закладах освіти. Саме своєчасна й організована відповідно до природних закономірностей рухова активність дитини закладає основи для подальшого ефективного її розвитку за іншими напрямками навчальної діяльності.

Зміни сучасної освіти вимагають раціональної трансформації, зокрема, її дошкільної ланки як основи соціокультурного становлення особистості. Напрями фізичного розвитку дошкільної освіти на державному рівні визначають закони України «Про освіту» (2017), «Про дошкільну освіту» (2017), Базовий компонент дошкільної освіти (2012), «Нова українська школа: поради для вчителя» (2018), програма «Дитина» (2016), «Впевнений старт» (2016), «Я у світі» (2017).

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволяє відзначити, що традиційна технологія фізичного розвитку дітей дошкільного віку (Е. Вільчковський, Н. Денисенко, О. Курок, Л. Пензулаєва, О. Козирєва, М. Рунова та ін.) частково забезпечує теоретико-методологічну основу існуючої концепції

фізичного виховання дошкільників. До основних принципів традиційної системи відносять: гармонійний розвиток особистості, зв'язок з трудовою та військовою практикою, оздоровчу спрямованість фізичного виховання. Принцип гармонійного розвитку особистості впливає із закономірностей єдності фізичних та психічних властивостей людини і передбачає взаємозв'язок фізичного виховання з розумовим, моральним, трудовим та естетичним вихованням.

Принцип природовідповідності, яким передбачається орієнтування педагогів на існуючі природні об'єктивні закони біологічного становлення людини (в нашому випадку – дитини) ми дослідили в альтернативній технології М. Єфименка та ін. Починаючи з початку 90-х років, автор цілеспрямовано і системно культивує зовсім інший у порівнянні з традиційним підхід до фізичного розвитку дітей дошкільного віку, як у нормі, так і з обмеженими можливостями здоров'я.

Сьогодні необхідні нові підходи до організації фізкультурно-оздоровчого процесу в дошкільних навчальних закладах, які б більшою мірою відповідали сучасному баченню зазначених проблем і шляхів їх розв'язання. Адже лише здорова дитина може максимально зреалізувати весь свій особистісний потенціал у навчанні, трудовій діяльності та соціальних проявах. Саме таке розуміння проблеми фізичного виховання потребує від педагогів усвідомлення значущості формування у молодого покоління необхідності дотримання здорового способу життя, позитивного та зацікавленого ставлення до фізичної культури, її популяризації серед дітей і дорослих.

Метою статті є логіко-системний аналіз особливостей реалізації принципу природовідповідності як базового інноваційного підходу до фізичного розвитку дошкільників з метою підвищення ефективності фізичного виховання дітей дошкільного віку та покращення їхньої подальшої соціалізації.

Новітні дошкільні педагогічні технології мають базуватися на науково обґрунтованих загальних традиційних положеннях про першочергову значимість *ігрової та рухової діяльності у житті дітей, особливо – дошкільного віку* (Л. Виготський, В. Давидов, Д. Ельконін, А. Запорожец, Р. Кайуа, О. Леонт'єв, Ж. Піаже, Й. Хейзінг та ін.).

Сучасні результати наукових досліджень учених і практиків щодо фізичного розвитку дітей дошкільного віку акцентують увагу на необхідності удосконалення та технологічного збагачення *аспектів профілактичної, реабілітаційної та корекційної спрямованості фізичного виховання*. За офіційною та авторською статистикою (М. Єфименко), понад 65% дітей дошкільного віку мають ті або інші порушення опорно-рухового апарату, їхньої моторної сфери. Окрему освітянську проблему складає *недостатня розробленість системи інклюзивного фізичного виховання дошкільників із особливими освітніми потребами (ООП)*, які мають повноцінно навчатися разом зі своїми здоровими однолітками.

Логіко-системний аналіз праць вітчизняних і зарубіжних педагогів, засвідчує, що фізичне виховання розвиває не тільки рухові якості особистості (витривалість, спритність, гнучкість), а й інші психолого-педагогічні аспекти, що сприяють всебічному розвитку. У сучасних поглядах на проблему фізичного розвитку дітей дошкільного віку розглядається побудова єдиної організаційної системи інтенсивного їх розвитку як забезпечення взаємовпливу різних складових педагогічного процесу на формування, зміцнення та відновлення здоров'я зростаючої особистості, гуманізацію виховного процесу, право кожної дитини на

повноцінне застосування власних сутнісних сил.

Реалізація принципу оздоровчої спрямованості забезпечується всім змістом та організацією роботи з фізичного виховання, зокрема обов'язковим лікарським і педагогічним контролем. Все це спонукає нас до розгляду більш сучасних, науково обґрунтованих концепцій фізичного розвитку дошкільнят на прикладі технології М. Єфименка – у цьому і полягає актуальність нашого дослідження. Нами використовувались такі теоретичні методи: історичного аналізу та систематизації інформації щодо вітчизняного та зарубіжного досвіду з проблем фізичного виховання дітей дошкільного віку – для дослідження ступеня наукових розробок та визначення можливості практичного використання різних концепцій фізичного виховання дошкільників у своїй подальшій науково-дослідній діяльності; аксіоматичний метод застосовувався для доказу філогенетичної структури фізичного виховання дітей та розробки теоретичних основ фізичного виховання дошкільників.

Методику М. Єфименка вперше було представлено 1999 р. у програмі «Театр фізичного розвитку й оздоровлення». Вона розрахована на дітей дошкільного та молодшого шкільного віку та спирається на об'єктивні закони розвитку дитячого організму. У цій методиці автор сформулював основні, принципово нові положення системи фізичного виховання та оздоровлення дітей перших 10 років життя. В її основі лежить ідея перетворення одноманітних занять на заняття-вистави, що дарують дітям радість і приносять користь їхньому фізичному, інтелектуальному розвитку, формуванню міжособистісних стосунків.

Авторська інноваційна програма “Казкова фізкультура” [3; 4] ґрунтується на принципі гармонійного природного фізичного розвитку дітей, в основі якого лежить еволюційний метод засвоєння дітьми восьми основних рухових режимів: від лежачого-горизонтальних положень (лежачи, на чотирьох, сидячи) до вертикалізованих функціонально-тренувальних (лазіння, біг, стрибки). Крім того, програма передбачає обов'язковий наскрізний ігровий метод вправляння, своєрідну театралізацію рухової діяльності дошкільників: фізкультурна казка при цьому стає основною формою взаємодії педагога з дітьми, які у відповідних сюжетно-рольових проявах всебічно реалізують свій особистісний потенціал.

Програму з фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку “Казкова фізкультура” (М. Єфименко, 2014) схвалено для використання в закладах дошкільної освіти комісією з дошкільної педагогіки та психології Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України (лист ІТЗО від 11. 06. 2014 р. № 14.1/12-Г-869). Програма орієнтована на положення Базового компонента дошкільної освіти (редакція 2012 р.) і передбачає реалізацію всіх закладених у ньому принципів і пріоритетних напрямів фізичного виховання та розвитку дітей дошкільного віку [3]. Концептуальні засади програми з фізичного виховання М. Єфименка ґрунтуються на таких основних науково-методологічних принципах (схема 1).

Технологія М. Єфименка є оригінальною системою фізичного виховання дітей, розвивальний ефект якої поширюється на загальний розумовий і духовний розвиток. На думку автора, ця технологія у найближче десятиліття стане основою „комплексної педагогіки життя”. Саме завдяки такому казковому підходу можлива реалізація в освітньому просторі закладу дошкільної освіти одного з головних принципів дошкільної педагогіки – *принципу небуденності* (за В. Кудрявцевим). Він вважає що, дитина дошкільного віку знайомиться із

Всесвітом не тільки завдяки безпосередньому контактуванню із зовнішнім життям, а, у левій долі, на основі казкового уявлення про світ та його властивості, на основі гри та казкових пригод.

У програмі М. Єфименка запропоновано інноваційний підхід до фізичного виховання дошкільників, який ґрунтується, насамперед, на наявних природних, біологічних закономірностях формування організму людини. Еволюційний (онтогенетичний) підхід до фізичного розвитку дитини є найбільш раціональний і сприяє повноцінному розкриттю психічних процесів, що дасть змогу дорослій людині в майбутньому успішно соціалізуватись у навколишнє середовище, у суспільство [3; 4; 5].



Схема 1. Концептуальні засади програми з фізичного виховання М. Єфименка

Одним із шляхів підвищення мотивації дітей і, взагалі, ефективності функціонування системи фізичного виховання дошкільників є повноцінна реалізація *принципу емоційно-енергетичної насиченості*, що передбачає побудову фізкультурно-оздоровчого процесу на основі наскрізного ігрового методу. Такий підхід можна висловити відповідним гаслом: *граючи – оздоровлювати, граючи –*

виховувати, граючи – розвивати, граючи – навчати!

Система М. Єфименка розкривається у 10 концептуальних підходах (заповідях) [10]:

1. Дотримуйся логіки природи (за «принципом повторно-кільцевої побудови занять», який пропонує природну послідовність становлення рухових навичок дитини: від вправ у положенні лежачи на спині, на животі, через перевертання, повзання, рухи в позі сидючи, а потім стоячи, до ходьби, лазіння, бігу, стрибків, потім метань і складно координованих рухів).

2. Руховий розвиток дошкільників повинен відбуватися за розвивальною спіраллю.

3. Підбирати підготовчу частину заняття потрібно відповідно до еволюційної гімнастики.

4. Розподіл занять на три частини повинен бути не формальним, а фізіологічним за своєю суттю (спочатку розминка, потім основне навантаження і на завершення заспокійливі вправи).

5. «Театр фізичного виховання дошкільників»: граючи – оздоровляти, граючи – виховувати, граючи – розвивати, граючи – навчати.

6. Фізичне виховання повинне заряджати дітей позитивною, світлою енергією задоволення, не варто бігти за високою моторною щільністю.

7. Руховий портрет дошкільника «малює» методика ігрового тестування рухового розвитку дошкільників у нормі та у разі патології. Ця методика дуже проста в організації, не потребує особливого обладнання, кожний тест має ігрову основу і високу чутливість до малопомітних відхилень, а також комплексність дослідження.

8. Створюй тренажери сам.

9. Здоров'я здорових вимагає профілактики й корекції (до яких, у першу чергу, слід віднести корекцію порушень постави, плоскостопості і положень кінцівок, регулювання м'язового тону, оптимізацію рухів у суглобах, корекцію діяльності серцево-судинної та дихальної систем, вдосконалення вестибулярного апарату, покращання орієнтування у просторі, подолання надмірної ваги тіла тощо).

10. Через рух і гру – до виховання людини майбутнього (фізичне виховання як основний напрям загального розвитку дитини, що включає у себе психічну, інтелектуальну, емоційну та інші сфери) [10].

Досліджено, що загальновідомий підхід щодо фізкультурного заняття у дошкільників має бути конкретизований у вигляді *принципу небуденності дошкільної педагогіки* (В. Кудрявцев), *своєрідної казковості, казкотерапії* (І. Вачков) та *принципу театралізації* (М. Єфименко) у вигляді фізкультурної казки-заняття з необхідним сюжетом, ролями та рольовими проявами, насиченим емоційним фоном, елементами дозованої драматизації, казкотерапії тощо. Заняття з фізичної культури у закладі дошкільної освіти тепер має стати *своєрідною фізкультурною казкою* зі своїм сюжетом, казковими ролями та рольовими проявами з боку дітей, необхідною емоційною насиченістю, елементами дозованої драматизації, казкотерапією та використанням у фізичному розвитку дітей глибинних можливостей підсвідомого у вигляді дитячих архетипів (за А. Шевцовим та М. Єфименком).

На думку М. Єфименка, у виховний процес необхідно залучити увесь потенціал ігрового методу, театралізувати педагогічний процес та зробити

фізкультурну казку основною його формою, реалізувати в освітньому просторі закладу дошкільної освіти один із головних принципів дошкільної педагогіки – *принцип небуденності* (за В. Кудрявцевим). Ігровий підхід має базуватися на провідному принципі фізичного розвитку дітей раннього та дошкільного віку – принципі природовідповідності, конкретизованому щодо їхнього фізичного виховання у вигляді *філогенетичного принципу* та еволюційного підходу до вправляння (М. Єфименко). Така концептуальна позиція потребує зовсім іншого підходу до фахової підготовки вихователів та інструкторів з фізичної культури. Значних змін потребує сама організація фізичного виховання у закладах дошкільної освіти.

Заняття з фізичної культури тепер має стати своєрідною *фізкультурною казкою* зі своїм сюжетом, казковими ролями та рольовими проявами з боку дітей, необхідною емоційною насиченістю, елементами дозованої драматизації, казкотерапією та використанням у фізичному розвитку дітей глибинних можливостей підсвідомого у вигляді дитячих архетипів (за А. Шевцовим та М. Єфименком). Для того, щоб запропонувати дітям ігрове заняття майбутній вихователь закладу дошкільної освіти повинен уміти продумати ігрову перспективу, *велику тематичну гру (ВТГ)*. Виходячи з неї, формулюється казкова тема конкретного заняття – *ситуаційна мінігра (СМГ)*. Для кожного заняття сюжет має бути таким, щоб він не суперечив першій заповіді авторської системи фізичного виховання М. Єфименка: «Йди за логікою природи». Суть цієї заповіді полягає в тому, що починати будь-яку рухову діяльність дітей необхідно із лежачих, або горизонтальних (розвантажувальних) положень з поступовою вертикалізацією поз і рухів до прямоходіння, лазіння, бігу, підскоків і стрибків [7; 8; 9].

На думку практиків, які впроваджують методику з фізичного виховання дошкільників М. Єфименка, щоб виховати самостійну і впевнену в себе дитину, необхідно разом з нею занурюватися в різні цікаві сюжетні ситуації, тобто треба завжди передбачати *сюжетність* рухово-ігрової дії. В цих сюжетних діях будуть присутні казкові образи-герої і це передбачає наявність *образності* у фізичному вихованні. Казкові герої повинні будуть розв'язувати в перебігові подій казки різні проблеми, тобто мову треба вести про дозовану *драматизацію* фізкультурної казки. Вболіваючи за долю улюблених дітьми героїв, діти переймаються почуттями персонажів, бажанням допомогти знайти вихід із тієї чи іншої ситуації. Це допомагає педагогу та дітям наповнити фізкультурне заняття відповідними емоціями, зробити його *емоційно забарвленим* (таким чином формується «емоційний інтелект» дитини) [6].

Для корекції фізичного та психічного розвитку дошкільників можна використовувати можливості *казкотерапії*, спеціально моделюючи сюжет казки так, щоб була можливою цілеспрямована корекція наявних у дітей рухових порушень і викривлень у психічному розвитку. Впроваджуючи ігровий метод у методику фізичного виховання дітей дошкільного віку, автор технології дає настанови вихователю закладу дошкільної освіти, *що педагог повинен грати з дітьми з першої хвилини заняття і до останньої* – нова програма М. Єфименка «Казкова фізкультура» передбачає для педагога такі можливості всебічного, фізичного та психічного розвитку дітей на основі домінуючої рухово-ігрової діяльності. На таких казкових заняттях формується почуття відповідальності, щедрість, доброта, душевність, милосердя та інші позитивні людські якості. За таких умов діти мають

можливість пізнавати нове, переживати кризь призму своїх почуттів, мрій, побути у тій чи іншій ролі, навчаються поважати себе і тих, хто їх оточує – друзів, знайомих, позитивно адаптуватися у соціумі [7; 8; 9].

Першочерговим у теоретико-методологічному забезпеченні авторської технології М. Єфименка «*Театр фізичного виховання і оздоровлення дітей дошкільного віку*» автор технології вважає сформульований ним щодо фізичного удосконалення людини *принцип природовідповідності*. Саме цей принцип дозволив кардинальним чином змінити існуючу концепцію фізичного виховання дошкільників. Ним передбачається, що процес фізичного розвитку дітей має ґрунтуватися на філогенетичній послідовності формування стато-локомоторних функцій у дітей, що простежується насамперед в еволюції тваринного світу і людини як частки цього світу. На думку М. Єфименка, якщо відштовхуватись від теорій Чарльза Дарвіна, Альфреда Уолеса, Карла Ліннея про походження видів тварин, то ми побачимо, як риби протягом еволюції поступово трансформувались в амфібій, а ті – у плазунів, після чого з'явилися ссавці, птахи, примати, гомо еректус (людина прямостояча) і незабаром гомо сапієнс (людина розумна). Цей історичний шлях становлення і удосконалення тваринного світу демонструє головну біологічну закономірність філогенезу: *тварини розвивались від горизонтованих положень до вертикальних, від відносно розслаблених антигравітаційних поз – до гравітаційних поз прямостояння та пересування по жорсткій опорі*. На думку автора, вже ця історична логіка розвитку тваринного світу, часткою якого є людина, демонструє нам вектор оптимального становлення опорно-рухової системи людини: від домінуючого горизонтального положення до вертикального положення тіла [5; 6].

Авторська технологія М. Єфименка обґрунтовує інноваційний підхід на логіці моторного розвитку дитини протягом раннього онтогенезу, тобто до одного року; визначає логіку формування опорно-рухової системи: спочатку немовля лежить або виконує елементарні рухи в положенні лежачи, потім опановує повзання на карачках; у півроку дитина починає вчитися самостійно сидіти, потім піднімається на коліна, встає і приблизно в рік починає пересуватися самостійно за допомогою ходьби. На думку автора, аналогічна логіка розвитку тіла дитини, яку ми спостерігали на прикладі еволюції тваринного світу: фізичний розвиток за природними законами відбувається від горизонтальних положень лежачи або повзання до вертикальних положень прямостояння, ходьби, бігу. Автор технології звертає увагу на те, що саме ця закономірність відображена в основному біогенетичному законі Геккеля-Мюллера («*онтогенезис повторює філогенезис*»). Таке співпадіння наводить на думку про корінну зміну послідовності засвоєння дітьми дошкільного віку основних рухів на заняттях з фізичної культури. М. Єфименко приходить до принципової думки про те, що якщо онтогенез повторює філогенез, а коженденна логіка пробудження дитини після нічного та денного сну – логіку онтогенезу, розумна система фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку має в своїй методичній основі також повторювати етапи розвитку немовляти першого року життя. Так зовсім нескладні по суті спостереження за природними закономірностями привели дослідника до розробки принципово нової концепції фізичного розвитку дітей дошкільного віку, яка сьогодні поступово стає домінуючою в закладах дошкільної освіти України і не тільки.

На схемі 2 представлено інтеграцію інноваційних методів з фізичного виховання дітей дошкільного віку за методикою М. Єфименка для використання майбутніми вихователями у педагогічному процесі закладів дошкільної освіти.

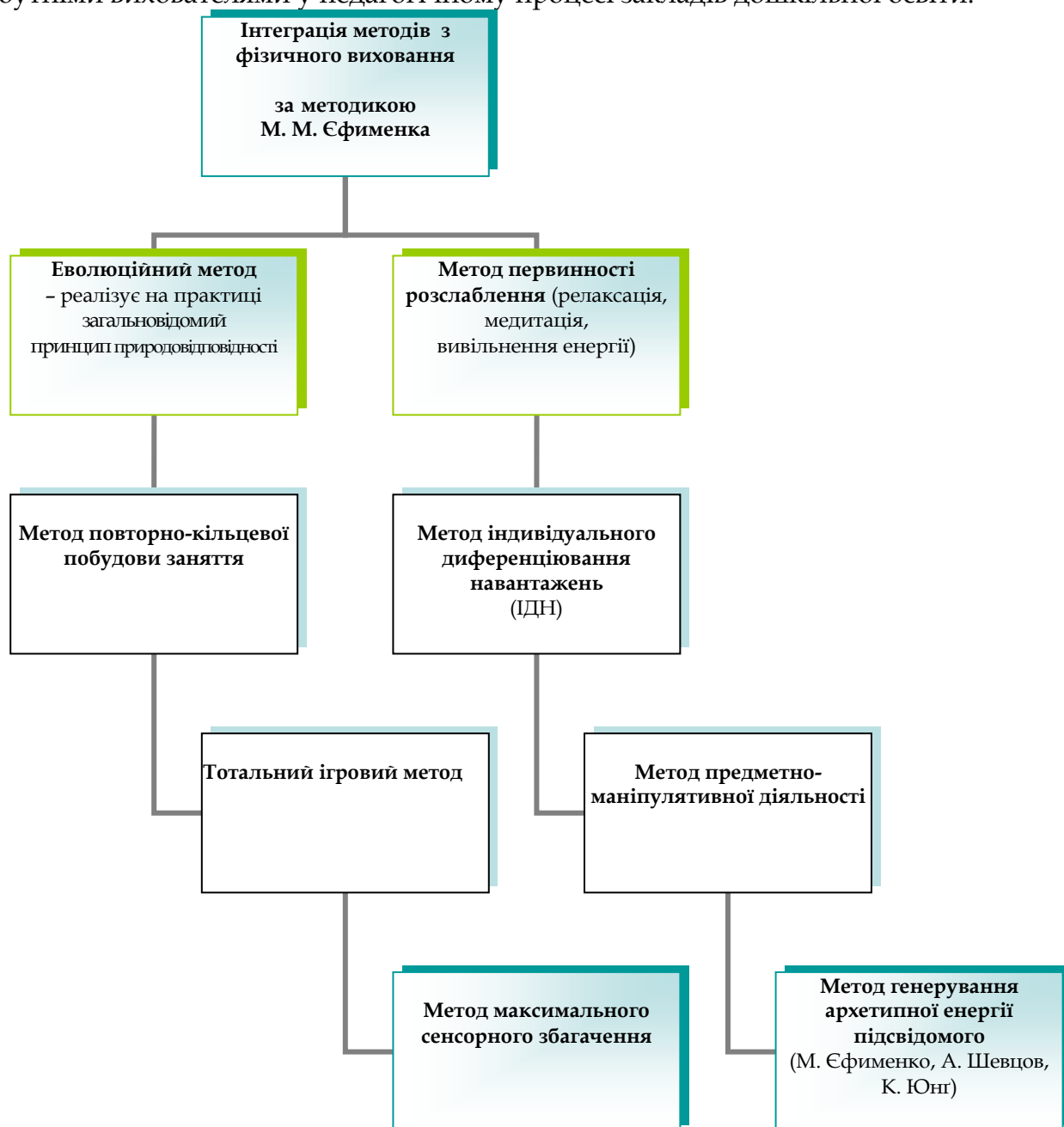


Схема 2. Інтеграція інноваційних методів з фізичного виховання дітей дошкільного віку за методикою М. Єфименка

Для практичних працівників закладів дошкільної освіти новий погляд на природний фізичний розвиток дітей відкрив безліч інноваційних методичних векторів для оновлення і збагачення освітнього процесу. Тепер заняття з фізичної культури стало нагадувати еволюцію тваринного світу та людини в мініатюрі, своєрідне *еволюційне коло*, коли приблизно за 25 - 30 хвилин заняття під керівництвом педагога відтворюється процес тисячолітньої історії розвитку людини на землі і період раннього онтогенезу дитини протягом перших 12 місяців. Такий підхід не може не надихати на пошуки нових можливостей. З такою еволюційною спрямованістю проходять тепер не тільки ранкові гімнастики і заняття з фізичної культури, але й календарні трьохмісячні цикли

(осінь – зима – весна – літо), увесь навчальний рік та декілька років перебування дитини у садочку. З цього основного філогенетичного принципу фізичного розвитку дітей слідує більш приватні правила (формули) становлення моторної сфери у дітей дошкільного віку. Такий підхід було сформульовано автором у першій авторській педагогічній заповіді «Йди за логікою природи!» і втілено в його оновлену програму «Казкова фізкультура» (2019). Програма «Казкова фізкультура» продовжує та розвиває інноваційні ідеї, які були закладені у попередній авторській програмі М. Єфименка «Театр фізичного виховання і оздоровлення дітей дошкільного та молодшого шкільного віку», доповнена новим багаторічним досвідом роботи з дітьми та відповідає сучасним вимогам до методичного забезпечення. Виходячи з цього, основна спрямованість програми – це фізичний розвиток і загальне оздоровлення дітей з елементами профілактики рухових порушень [4].

У сформульованому М. Єфименком загальному принципі природовідповідності, трансформованому у філогенетичний принцип фізичного розвитку та еволюційний метод фізичного виховання дошкільників, є значний потенціал для формування інноваційної концепції та відповідної новітньої технології фізичного виховання у сучасному закладі дошкільної освіти. Реалізація програми дозволить у значній мірі підвищити рівень їхнього фізичного та психічного здоров'я і покращити соціальну адаптацію до умов сучасного життя та оточуючого середовища.

Автор технології назвав їх «золотими», підкреслюючи цим їхнє першочергове значення для гармонійного природного становлення опорно-рухової системи дітей:

I – фізичний розвиток дітей має відбуватися від горизонтальних вихідних положень до вертикальних;

II – вправлятися треба від низьких поз до максимально високих в кожному з вихідних положень;

III – спочатку треба розвивати м'язи згиначі, а потім – м'язи розгиначі;

IV – тіло треба розвивати у напрямі від голови до ступень (зверху – вниз);

V – кінцівки необхідно розвивати в послідовності від тулуба до пальців;

VI – у низьких вихідних положеннях треба виконувати повільні рухи, а у вертикальних вихідних положеннях – швидкі рухи;

VII – в горизонтальних вихідних положеннях тіло необхідно розслабляти, а в вертикальних – напружувати;

VIII – чим ближче розташовані великі м'язи до тулуба тим повільніше мають бути рухи в цих суглобах і навпаки: чим віддаленіше розташовані дрібні м'язи від тулуба, тим швидші мають бути в них рухи!

Отже, за результатами логіко-системного аналізу наукових джерел та проведеного дослідження, вважаємо, що системне використання технології «Театр фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього та дошкільного віку в нормі та з особливими освітніми потребами» і відповідної програми «Казкова фізкультура» М. Єфименка у закладах дошкільної освіти України буде сприяти значному підвищенню мотивації дітей до фізичної культури, рухово-ігрової діяльності, фізичного розвитку та здорового способу життя.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у здійсненні порівняльного аналізу програм з фізичного виховання дітей дошкільного віку за традиційним та альтернативним підходами у теорії й на практиці у сучасному закладі дошкільної

освіти; дослідженні особливостей практичної підготовки майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти до роботи за методикою М. М. Єфименка.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Навч. посіб. Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
2. Вільчковський Е.С., Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах. Навч.-метод. посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2008. 128 с.
3. Єфименко М. М. Програма з фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку “Казкова фізкультура”. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 52 с.
4. Єфименко М. М. Казкова фізкультура. Програма з фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку. Схвалено для використання в закладах дошкільної освіти. Вип. 2. Вінниця : Твори, 2019. 51 с.
5. Єфименко М. М. Сучасні підходи до корекційноспрямованого фізичного виховання дошкільників з порушеннями опорно-рухового апарату : учеб.-метод. посіб. Вінниця : ТОВ Нілан-ЛТД, 2013. 356 с.
6. Єфименко Н. Н. Театралізація фізического виховання дошкільників : учеб.-метод. посіб. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 167 с.
7. Солтис О. В. Весна надихає. Заняття з фізкультури для старших дошкільнят. *Дошкільне виховання*. 2014. №2. С.20-21.
8. Солтис О. В. На захисті Батьківщини. *Дошкільне виховання*. 2015. №8. С.28-29.
9. Солтис О. В. Осіння казка. Заняття з фізкультури для старших дошкільнят. *Палітра педагога*. 2014. №5. С.24-25.
10. Технологія М. Єфименка. [Назва з екрану]. <https://docs.google.com/document/d/1FGLGY1RaWvyM8P7FfQP2MG70mwvxdH5q9mYs2pCImwA/edit>

REFERENCES

1. Vilchkovskiy E. S., Kurok O. I. (2008). Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia ditei doshkilnoho viku. Sumy: VTD «Universytetska knyha» [in Russian].
2. Vilchkovskiy E. S., Denysenko N. F. (2008). Orhanizatsiia rukhovoho rezhymu ditei u doshkilnykh navchalnykh zakladakh. Navch.-metod. posibnyk. Ternopil: Mandrivets [in Ukrainian].
3. Iefymenko M. M. (2014). Prohrama z fizychnoho vykhovannia ditei rannoho ta doshkilnoho viku “Kazkova fizkultura”. Ternopil: Mandrivets [in Ukrainian].
4. Iefymenko M. M. (2019). Kazkova fizkultura. Prohrama z fizychnoho vykhovannia ditei rannoho ta doshkilnoho viku. Skhvaleno dlia vykorystannia v zakladakh doshkilnoi osvity. Vinnytsia: Tvory [in Ukrainian].
5. Iefymenko M. M. (2013). Suchasni pidkhody do korektsiinospriamovanoho fizychnoho vykhovannia doshkilnykiv z porushenniamy oporno-rukhovoho aparatu. Vinnytsia : TOV Nilan-LTD [in Ukrainian].
6. Efymenko N. N. (2016). Teatralyzatsiia fyzycheskoho vospytanyia doshkolnykov. Vinnytsia : Nylan-LTD [in Ukrainian].

7. Soltys O. V. (2014). Vesna nadykhaie. Zaniattia z fizkultury dlia starshykh doshkilniat. Doshkilne vykhovannia, 2. 20-21 [in Ukrainian].

8. Soltys O. V. (2015). Na zakhysti Batkivshchyny. Doshkilne vykhovannia, 8. 28-29 [in Ukrainian].

9. Soltys O. V. (2014). Osinnia kazka. Zaniattia z fizkultury dlia starshykh doshkilniat. Palitra pedahoha, 5. 24-25 [in Ukrainian].

10. Tekhnolohiia M. Yefymenka. [Nazva z ekranu]. <https://docs.google.com/document/d/1FGLGY1RaWvyM8P7FfQP2MG70mwvxdH5q9mYs2pCImwA/edit> [in Ukrainian].

svit.kazok@ukr.net

Рецензент: д. пед. н., проф. Дороніна Т.О.