

ДОШКІЛЬНЕ
ВИХОВАННЯ

1953

Систематичне спостереження за певним об'єктом принесло величезну користь дітям. Вони навчилися придивлятися до найменших змін об'єкта, порівнювати, тримати в пам'яті його попередній стан і наступні зміни, навчилися любовно ставитися до рослин, берегти їх.

Спостереження за природою, особливо тривале, дає широкі можливості для розумового розвитку дитини і одночасно є найкращим фактором розвитку її мови, якщо дитина звикла розповідати про те, що вона помітила під час спостереження.

Роль вихователя в розвитку мови дитини при спостереженні природи дуже велика. Я особисто ніколи не знижую свого інтересу до того, що є предметом спостереження для дитини, підказую їй визначення нової фази розвитку спостережуваного об'єкта. Якщо інтерес у дитини падає, то завжди намагаюсь відшукати щонебудь примітне в об'єкті, чого не помітила дитина і що незмінно веде до підвищення її інтересу. Одна з основних умов спостережень—це вміння завжди створювати у вихованців інтерес до спостережуваного, не дати цьому інтересу згаснути, а справу

спостереження звести до формального виконання неприємного обов'язку.

Спостереження в природі дали дітям багато знань про життя рослин, про явища природи, діти навчилися прекрасно розбиратися в кольорі і навіть відтінках кольору, навчилися елементарного догляду за рослинами, взнали назви деяких квітів та їх характерні ознаки, властивості снігу, льоду, води, можуть тепер охарактеризувати стан поверхні води і багато іншого.

Підсумком усякого спостереження повинна бути невеличка розповідь дитини про те, що вона помітила. Поступово шляхом запитань я домоглась того, що діти навчилися результати своїх спостережень вільно висловлювати, прикрашаючи свою мову яскравими епітетами.

Збагачення активного словника дітей через постійні «звіти» дітей про стан «піднаглядних» квітів або інших об'єктів позитивно вплинуло і на зміст обов'язкових занять з мови. Діти стали значно вільніше оперувати своєю мовою в розповіданнях за картинками, в переказах знайомих оповідань і казок.

Ранкова гімнастика на повітрі протягом усього року

О. ВАШКЕВИЧ,

вихователька дитячого садка № 6 м. Львова

Сучасна радянська педагогіка ставить своїм завданням активно керувати розвитком дитини, користуючись для цього науково-обґрунтованими й перевіреними на практиці методами. Тепер, коли все ширше розповсюджуються ідеї матеріалістичного вчення І. П. Павлова про можливість зміцнення організму людини шляхом виховання і навчання в самому широкому розумінні цих слів, метод фізичного виховання стає на твердий науковий ґрунт. Пластичність нервової системи, якій І. П. Павлов надає такого надзвичайного значення, тим більше виражена, чим молодший вік дитини. В перші роки життя особливо легко

встановлюються нові нервові зв'язки, утворюються нові умовні рефлексі. У наймолодших дітей вони ще неміцні, легко порушуються. У дошкільників уже порівняно швидко закріплюються набуті навички і часто залишаються на все життя. У віці від 3-х до 7-ми років формуються основні рухи дитини, але розвиток рухових навичок залежить не тільки від віку, але також і від того, чи створені були умови для вправлення в русі. У протилежному разі дитина часто до кінця дошкільного віку залишається незграбною в рухах, неспіливою.

Одною з найважливіших умов виховання здорових життєрадісних

дітей є проведення ранкової гімнастики.

Проводити ранкову гімнастику на повітрі — це значить загартовувати й зміцнювати організм дитини, підвищувати опірність захворюванням. Низька температура діє на весь організм у цілому і позначається на роботі окремих органів. Прохолодне повітря, особливо при наявності легкого вітерця та ультрафіолетових променів, діє на симпатичну нервову систему, під її впливом підвищується обмін речовин, що робить тонізуючий вплив на дихальний апарат, зміцнює серцеву діяльність. Дитина глибоко вдихає чисте повітря, доставка кисню до органів тіла поліпшується, і всі окисні процеси проходять рівніше й глибше. Це допомагає боротися з хронічними захворюваннями верхніх дихальних шляхів.

Приміщення нашого дитячого садка не дозволяє проводити ранкову гімнастику в кімнаті, бо немає окремого залу та й групові кімнати дуже малі. На педагогічній нараді ми вирішили проводити ранкову гімнастику на повітрі. Порадилися з лікарем, обмірковували, де краще і в яких костюмах проводити ранкову гімнастику, підібрали комплекси, окремі рухи, рекомендовані літературою.

Широко обговорили це питання на батьківських зборах. У доповіді «Значення ранкової гімнастики на повітрі та її вплив на фізичний розвиток дитини» вказувалось на те, яке значення має ранкова гімнастика, підкреслювалось, що проведення її на повітрі загартовує дітей. Говорили й про одяг, в якому діти будуть проводити гімнастику — светри, легкі ватні безрукавки, черевики з галошами.

Уся робота з питання загартовування, а особливо ранкова гімнастика на повітрі, як невід'ємна частина цього заходу, проводилась під контролем лікаря. З самого початку навчального року всі діти пройшли медичний огляд і були допущені до занять з ранкової гімнастики. Час од часу лікар контролював дітей, указував, за якими з них особливо

треба стежити під час гімнастики. Двох дітей, в яких не в порядку була носоглотка, ми поставили в перших рядах, щоб краще за ними спостерігати.

Продовженням роботи були далекі прогулянки, заняття фізичними вправами в приміщенні при відчинених кватирках, ігри — все це разом давало можливість правильно вирішувати питання про фізичне виховання дитини.

Ми почали проводити ранкову гімнастику на захищеному від вітру й протягу майданчику, який узимку очищали від снігу. Двірник прибирав його кожного ранку, а іноді ми з дітьми увечері допомагали йому.

Взимку, при температурі -16 — -18° ми продовжували проводити гімнастику на повітрі, а нижче -18° — переходили в приміщення, де вправлялися при відчиненій кватирці, міняючи темп проведення вправ, характер рухів.

Спочатку діти регулярно, без запізнь відвідували ранкову гімнастику, але з настанням холодів усе частіше почали запізнюватись. Причина була в батьках, які негативно ставились до нашого заходу, боячись захворювань. Знову довелося зібрати батьків на групові консультації, запросити їх подивитись заняття з ранкової гімнастики. Матері залишались і спостерігали настрій і самопочуття дітей після гімнастики. Поступово батьки почали переконуватись у корисності ранкової гімнастики. Внаслідок цього кількість запізнь значно зменшилася.

Перед початком ранкової гімнастики я дуже уважно оглядала, як одягнуті діти. В тиху, безвітряну погоду добивалась, щоб діти знімали кашне, рукавички. Навесні, в квітні місяці вони виконували вправи в теплих костюмах, а пізніше підгортали і панчохи. У прохолодну погоду привчала дітей на початку заняття переносити деяке почуття холоду. Після перших же вправ це неприємне почуття змінювалось приємною теплотою.

Ранкова гімнастика проводилась щоденно надворі, тільки сильні дощі

примушували нас переходити в кімнату.

Тривалість ранкової гімнастики у старшій групі — 5—7 хвилин.

Вправи, які я підбирала для дітей, були загалом їм знайомі і, не втомлюючи уваги дітей, своєю динамічністю викликали у них емоціональне піднесення.

При виконанні вправ особливо звертала увагу на дихання, вводила звуки, які регулювали його: «ух», «тик-так», «дзинь-дзинь», «хлоп-хлоп» і т. д.

Біг, заключну ходьбу провадила в ігровій формі, добираючи такі ігри, як «Знайди пару», «Зроби фігуру», «Сова та горобці», «Лелека та жаби».

Зупинюся коротенько на доборі та методиці проведення вправ восени.

1. Рухи для плечового пояса підбирала такі, при проведенні яких є вдих і видих (можна вимовляти слова «хлоп», «ух», «тик-так»).

2. Вправляння для м'язів спини та черевного преса підбирала нескладні, які легко виконувати в одязі.

3. Ходьба, шиккування у колонки (вожатих призначала під час ходьби, називаючи ім'я кожної шостої дитини). Звертала увагу на шиккування у колонки, щоб діти одразу, на око, залишали відстань між собою, і таким чином готувала дітей до зимового періоду, коли дуже важливо було скоротити всі зайві секунди для перешиковування.

4. Під час бігу (один за одним) особливо стежила за диханням (дихати через ніс, з закритим ротом). Потім біг замінювала швидкою ходьбою, поступово уповільнюючи її.

Ускладнюючи комплекси, я стежила за правильним виконанням вправ і зацікавленістю дітей. Рухи в комплексах міняла не всі разом, а чергувала вправи для плечового пояса з вправами для м'язів спини та черевного преса, нові вводила через 4—5 днів, а потім повторювала попередні. Складніші проробляла на заняттях з гімнастики і рухливих ігор, легкі давала одразу, супроводжуючи показом або поясненням.

Зразки вправ для ранкової гімнастики восени.

I. Ходьба один за одним, шиккування в колонки.

Вправи для м'язів плечового пояса: підняти руки в сторони, опустити (повторити 3—4 рази).

Для м'язів спини і хребта: покласти руки на стегна, нахилити тулуб вправо (вимовити звук «тик»), випрямитися (звук «так»). Те ж саме зробити в лівий бік (5—6 разів).

Для м'язів спини та черевного преса: руки зігнути в ліктях, повертаючи кисті на рівні вух — «Дзинь-дзинь». Присісти, руки в тому самому положенні. Випрямитися (повторити 3—4 рази). Вправи для заспокоєння дихання — руки в сторони, піднятися на носки, глибокий вдих, опуститися на всю ступню, руки опустити, видих (повторити 3 рази).

Біг і заключна ходьба в грі «Знайди своє місце». На тихі удари в бубон діти ходять або бігають врозтіч по всьому майданчику. За умовленим сигналом вони швидко стають за зростом по краях майданчика. Гра проводиться 2 рази.

II. Ходьба один за одним, шиккування в колонки.

Вправа для плечового пояса: підняти руки вгору, хлопок над головою, подивитися на кінці пальців. Через сторони опустити руки вниз (повторити 4 рази).

Вправа для м'язів спини та хребта: руки на стегнах, поворот тулуба вправо, руки в сторони. Те ж саме — вліво (повторити 4 рази).

Для м'язів черевного преса та спини: нахил тулуба вперед, хлопання по колінах з словами «хлоп-хлоп». Випрямитися. (Повторити 4 рази).

Для заспокоєння дихання: «розтягання гуми» — руки стиснути в кулаки, зігнути в ліктях перед грудьми. Витягаючи їх в сторони, трохи піднятися на носки, відводячи руки якомога далі, вдих. Згинаючи руки перед грудьми — видих, опуститися на всю ступню (повторити 3 рази). Легкий біг по майданчику. На сигнал «Знайди пару» діти швидко беруть товариша, який стоїть поряд (повторити 2 рази). Парами виходять з майданчика.

З настанням морозів (—16—18°) зміною комплекси вправ ранкової гімнастики. На початку гімнастики ходьбу замінюю легким бігом — один за одним, парами, врозтіч.

Шиккування у колонки, в коло проходять у бадьорому прискореному темпі. Вправи для всіх груп м'язів також проводяться у швидкому темпі.

У морозні дні до комплексу включалися переважно ігри. Складніші вправи спочатку пророблялись на заняттях з гімнастики, а простіші я проводила з дітьми тут же після показу або короткого пояснення.

Зразки вправ для ранкової гімнастики взимку

I. Легкий біг з прапорцями по майданчику, розбігтися в різні сторони, поставити

прапорці у сніг і знову розбігтися між прапорцями. На сигнал «До своїх прапорців» підбігти до прапорця і, узявши його в руку, підняти вгору (спочатку правою, потім лівою рукою). Нахилившись, не згинаючи колін, накреслити перед собою лінію (древком), випрямитись, нахилитися знову, накреслити лінію справа і зліва.

Високо піднявши прапорець, діти проходять один за одним і втикають прапорці у сніг по краю майданчика.

Біг і заключна ходьба в грі «Сова та горобці». Сова спить, горобці літають по всьому майданчику. На сигнал «Сова» — остання вилітає й ловить горобців, які розлітаються (діти ховаються за розставленими в різних кінцях майданчика лавочками). Гру повторюють 2—3 рази.

II. Легкий біг один за одним, шиккування в колонки.

Вправа для м'язів плечового пояса: руки в сторони, униз (повторити 4 рази).

Після короткого відпочинку повторити ще 2 рази.

Для м'язів спини та хребта: поворот тулуба вправо і вліво з перекиданням рук — праву руку на ліве плече, ліва рука відкидається назад за спину, і навпаки — ліву на праве плече, праву назад.

Для м'язів черевного преса: «рубання дров» — ноги трохи ширше плечей, руки стиснуті в кулаки, підняті над головою. Нахилиючи тулуб, опускати стиснуті руки між ногами, при цьому робити видих, вимовляючи звук «ух» (повторити 4 рази).

Для заспокоєння дихання: руки в сторони, піднятися на носки, вивертаючи долоні догори. Опустити руки, одночасно ставши на всю ступню (повторити 3—4 рази).

Заклучна ходьба в грі «Лелека та жаби». «Лелека» стоїть посередині майданчика, «жаби» плігають на обох ногах, на носочках. На сигнал «Лелека» — «жаби» завмирають на місці. Хто поворухнеться, того «лелека» виводить. Гру повторити 2 рази. Ходьба один за одним.

Проводячи ранкову гімнастику на повітрі, я переконалася, що це можна робити протягом усього року. Ранкова гімнастика на чистому повітрі дає хороші наслідки.

Під час зимових прогулянок діти не скаржаться на холод. Кількість простудних захворювань набагато зменшилась.

Зображення людини в малюнках дітей

Г. КІТІК,

вихователька дитячого садка м. Жданова

Починаючи заняття з малювання, я поставила собі за мету навчити дітей найпростіше зображувати предмети і людей, створювати сюжетний малюнок.

Щоб виявити, з чого слід розпочинати роботу, я на першому занятті в старшій групі, яку прийняла вперше, запропонувала дітям намалювати хто що хоче і вміє.

Розглядаючи перші малюнки дітей, я переконалась у тому, що тварин вони майже не малюють, а людей зображують дуже примітивно: не вловлюють пропорцій у співвідношенні частин людського тіла, людину зображують у статичному положенні, з надто довгими плечима й шиєю, з короткими руками у вигляді мітелки. Немає твердості в проведенні ліній. Так, у зображеному будинку стіни й вікна були намальовані косо. У дітей зовсім не було навичок малювати фарбами: вони без смаку добирали кольори, до то-

го ж фарби у них на папері зливалися.

Щоб дати дітям технічні навички, необхідні для зображення предметів і живих істот, я вирішила провести кілька занять з декоративного малювання. На цих заняттях ставила собі завдання — навчити дітей сміливіше проводити лінії в різних напрямках, чіткіше рисувати коло.

Перед тим як приступати до зображення предметів чи істот у крупному масштабі, з великою кількістю деталей, я організовую спостереження, ігри, що привчають дітей вдивлятися у предмет і добре запам'ятовувати його форму. Наприклад, перед заняттям на тему: «Моя любима лялька» ми провели дидактичні ігри «Що змінилося?» і «Магазин». У першій грі діти повинні були вгадувати, що змінилось у ляльчиному вбранні, в її головному уборі. При цьому я старалася звернути їхню увагу на те, що вони ще неясно собі