

*Єлизавета СУПРУНЕЦЬ*  
*(Житомир)*

**ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ  
ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Сьогодні перед педагогами закладів дошкільної освіти стоїть важливе завдання – не просто навчити дитину рухатися, але й сформувати в неї свідоме та стійке позитивне ставлення до фізичної культури. Саме в старшому дошкільному віці закладаються основи фізичної активності, які потім впливатимуть на рівень здоров'я, працездатності та соціальної адаптації особистості. Сучасні діти

часто мають недостатню мотивацію до рухів і не сприймають заняття з фізичної культури як щось цінне та бажане для себе.

Проблему фізичного виховання дітей вивчали такі науковці, як О. Л. Богінч, Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко, Т. І. Дмитренко, М. М. Єфименко, Л. П. Загородня, О. І. Курок, Н. Ф. Денисенко, О. О. Максимова, С. А. Титаренко та інші. Базовий компонент дошкільної освіти України зараховує фізичне здоров'я дитини до одного із ключових пріоритетів у роботі педагогів. Закон України «Про дошкільну освіту» та чинні освітні програми визначають, що головна мета фізичного виховання в цьому віці – захистити та зміцнити здоров'я дитини, прищепити їй інтерес до рухів і сформувати звичку жити активно і здоров'язбережувально. Однак більшість наукових праць зосереджується на розвитку рухових умінь, навичок та фізичних якостей, проте емоційний і ціннісний виміри фізичного виховання дітей дошкільного віку залишаються в тіні.

Мета статті полягає у теоретичному аналізі проблеми виховання емоційно-ціннісного ставлення до занять з фізичної культури у дітей старшого дошкільного віку, розкритті його змісту й особливостей, а також обґрунтуванні педагогічних умов, що забезпечують його ефективне формування.

Дошкільний вік – це час, коли дитина живе у світі емоцій і почуттів. Саме тому будь-який вид діяльності, який приносить дитині радість і задоволення, стає для неї особистісно значущим. Зокрема, старший дошкільний вік (5–6 років) є сприятливим для формування ціннісних орієнтацій. У цьому віці дитина вже здатна не просто виконувати рухи, а усвідомлювати їхнє значення для власного здоров'я та самопочуття. Як зазначає О. Л. Кононко, у дитини-дошкільника формується власне «Я – фізичне», тобто уявлення про свій організм, здоров'я і фізичні можливості [5].

Вікові особливості дітей старшого дошкільного віку передбачають яскраву емоційність, допитливість, прагнення до самостійності та здатність до елементарного самоконтролю. Дитина у 5–6 років вже здатна розуміти правила гри, виявляти вольові зусилля, радіти успіхові та переживати невдачу. Саме це створює основу для формування стійкого емоційно-ціннісного ставлення до занять фізичною культурою. Активна рухова діяльність і позитивні емоції, викликані нею, підсилюють усі фізіологічні процеси в організмі та поліпшують роботу всіх органів і систем. Дослідниця Н.Ф. Денисенко наголошує, що саме в дошкільні роки у дитини формуються базові

характеристики здоров'я та закладаються ключові риси особистості [3]. Тобто те, як дитина ставиться до свого здоров'я вже змалку, прямо впливає на те, чи збереже вона його у майбутньому. Тому одним із головних завдань дошкільного закладу є виховання у дітей звички дбати про себе та підтримувати своє здоров'я.

На думку Е.С. Вільчковського та О. І. Курок, фізична культура – це невід'ємна складова загальнолюдської культури, яка охоплює як матеріальні, так і духовні здобутки, спрямовані на вдосконалення людського тіла [1]. Фізичне виховання дітей учені розглядають як цілеспрямований педагогічний процес, що має на меті зміцнити організм дитини, навчити її рухатися та сформувати потребу в регулярних фізичних заняттях [1; 2]. О.Л. Богініч додає, що фізична культура виконує одразу кілька важливих функцій – регулює поведінку, передає знання, сприяє спілкуванню і дає людині відчуття краси власних рухів та задоволення від фізичної активності [1; 2]. М.М. Єфименко у своїй педагогічній технології «Театр фізичного розвитку та оздоровлення» (парціальна програма «Казкова фізкультура» (2014) сформулював принцип «позитивної, світлої енергії радості і задоволення», відповідно до якого фізичне виховання повинно заряджати дітей позитивними емоціями. Він наголошує, що не варто гнатися за моторною щільністю за рахунок емоційного збідніння занять, адже дитина, яка отримує задоволення від рухів, сама буде прагнути займатися.

Ігровий метод у фізичному вихованні є методом емоційного стимулювання. Емоційне збудження активізує процеси уяви та осмислення, робить їх інтенсивнішими, що сприяє ефективності досягнення мети і створює ситуації успіху. У результаті утворюється ланцюгова реакція позитивних переживань, в яких дитина досягає гарних результатів і хоче займатися знову. Сюжетні ігри з природними матеріалами (листя, каштанами, снігом), естафети на вулиці, рух босоніж по траві влітку – усе це збагачує сенсорний досвід дитини і викликає справжні позитивні емоції. Крім того, поєднання рухової активності з пізнавальними завданнями про природу підсилює інтерес дітей до занять і розширює їхній виховний потенціал. Досвід зарубіжних «лісових садочків» підтверджує: діти, які систематично займаються на природі, мають вищу мотивацію до руху та стійкіше позитивне ставлення до фізичної активності

Для дитини розпізнавання і передача емоцій – процес достатньо складний, що потребує певного рівня розвитку. Коли дорослий

допомагає дитині усвідомити свої емоції під час рухової діяльності («мені подобається бігати», «мені радісно від цієї гри»), це сприяє формуванню позитивного емоційного досвіду. Важливим чинником формування емоційно-ціннісного ставлення є також валеологічне виховання – формування у дітей елементарних знань про власне тіло, значення для здоров'я руху, харчування та відпочинку. Дослідники обґрунтовують, що інтеграція таких знань у різні види діяльності (ігрову, пізнавальну, художню, трудову) формує в дітей позитивне емоційне ставлення до фізичної активності [9]. Коли дитина розуміє, навіщо вона рухається і що це дає її організму, мотивація до занять зростає.

Аналіз наукових джерел дає підставу виділити кілька ключових педагогічних умов формування емоційно-ціннісного ставлення до занять з фізичної культури у дітей старшого дошкільного віку. Перша умова – використання ігрових та змагальних методів. Гра є найважливішою самостійною діяльністю дитини-дошкільника і займає велике місце в її житті. О. Л. Богініч наголошує, що у розвитку рухів дітей особлива роль належить грі, оскільки емоційна насиченість і яскравість переживань дозволяють дитині розгорнути активні дії навіть за наявності мізерних засобів [6]. Рухливі ігри позитивно впливають на розумовий розвиток дошкільників, організаторські навички та формування особистості. Друга умова – створення емоційно сприятливого освітнього середовища. Н. Ф. Денисенко наголошує на важливості здоров'язбережувального середовища як сукупності методів і прийомів, що сприяють формуванню ціннісного ставлення до здоров'я та мотивації до його збереження. Середовище має бути насиченим, естетично привабливим і спонукати дитину до активних рухів. Третя умова – професійна компетентність вихователя, вміння використовувати ігрові та змагальні методи і систематично заохочувати успіхи дітей. Педагог, який сам захоплено ставиться до рухової активності, стає зразком для наслідування. Четверта умова – інтегрований підхід до занять. Поєднання фізичних вправ з елементами музики, театралізації та казкового сюжету сприяє насиченню занять яскравими позитивними емоціями, розширює їхній виховний потенціал. П'ята умова – залучення родини: коли батьки підтримують і продовжують у сімейному вихованні те, що розпочинає вихователь, результат стає значно кращим [7]. Ранкова зарядка, спільні родинні прогулянки, рухливі ігри у дворі чи вдома – усе це формує в дитини уявлення про рух як природну частину щоденного життя. При цьому важливою умовою є позитивний емоційний клімат у родині: якщо

батьки самі із задоволенням займаються фізичними вправами, дитина переймає таке саме ставлення.

Отже, виховання емоційно-ціннісного ставлення до занять із фізичної культури у дітей старшого дошкільного віку є комплексним педагогічним завданням. Його успішне розв'язання потребує поєднання ігрових та змагальних методів, створення емоційно сприятливого освітнього середовища, інтеграції рухової активності з різними видами діяльності, активного залучення родини. Дитина, яка отримує задоволення від рухів, яка розуміє їхню цінність і підтримується вдома та у ЗДО, формує стійку звичку до фізичної активності – і це найкращий результат педагогічної роботи в дошкільному віці.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. 2-е вид. Суми: ВТД «Університетська книга», 2004. 428 с. URL: [https://document.kdu.edu.ua/info\\_zab/014\\_312.pdf](https://document.kdu.edu.ua/info_zab/014_312.pdf)

2. Богініч О.Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.

3. Денисенко Н.Ф. Формування свідомого ставлення до здоров'я. *Дошкільне виховання*. 2008. № 9. С. 68–85.

4. Єфименко М. Програма з фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку «Казкова фізкультура». Вид. 2-ге, допов. і перероб. Вінниця: ТВОРИ, 2019. 51 с.

5. Кононко О.Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Київ, 2001.

6. Вільчковський Е.С., Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 128 с.

7. Максимова О.О. Фізична активність вдома: простий шлях до здоров'я дітей. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 12 (46). С. 562–570.

8. Максимова О.О. Фітнес із дітьми дошкільного віку в природному середовищі. *Інновації в дошкільній і початковій освіті*. 2025. № 2 (4). С. 55–63.