

3. Bezpalova N. M. Morfofunktsionalni zakonomirnosti fizychnoho rozvytku studentiv v zalezhnosti vid perevazhennia typu avtonomnoi nervovoi systemy: . avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. biol.nauk: spets. 14.03.01 "normalna anatomiiia" / N. M. Bezpalova. – Ternopil, – 2010. – 18 s.
4. Bodnar I. R. Fizychni vykhovannia studentiv z nyzkym rivnem pidhotovlenosti : avtoref. dys. kand. nauk z fiz. vykh. i sportu : spets. 24.00.02 "Fizychna kultura, fizychni vykhovannia riznykh hrup naselennia" / I. R. Bodnar. – Lutsk, VDU im. L. Ukrainky, 2000. – 19 s.
5. Buren N.V. Korektsiia fizychnoi pidhotovlenosti ta funktsionalnogo stanu studentiv tekhnichnykh spetsialnosti zasobamy fizychnoi kultury i sportu: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: spets. 24.00.02 – Fizychna kultura, fizychni vykhovannia riznykh hrup naselennia / N.V. Buren. – Kh., 2010. – 22 s.
6. Volochii F. Fizychnyi rozvytok i fizychna pidhotovlenist studentiv I-V kursiv z riznym rivnem rukhovoï aktivnosti / F. Volochii, M. Vasylyk // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. – 2012 – № 2 – S. 92 – 97.
7. Gerasevich, A. N. , Oleksyuk A. P., Parhots, E. G. Sravnenie morfofunktsionalnogo sostoyaniya organizma studentov raznykh fakultetov, imeyushchih otlichyia po urovnyu dvigatelnoy aktivnosti: sb. nauch. st. po materialam I Resp. nauch.-prakt. konf. s mezhdunar. uchastiem, Minsk, 15 marta 2017 g. / redkol.: I. V. Pantyuk (otv. red.) [i dr.]; BGU, Fakultet sotsiokulturnykh kommunikatsiy, kafedra ekologii cheloveka. – Minsk: Izd. Tsentru BGU, 2017. — S. 163–168.
8. Ievtukh M. I. Metodyka ozdorovlennia studentiv VNZ pid chas profesiinoï pidhotovky : avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: spets. 24.00.02 – Fizychna kultura, fizychni vykhovannia riznykh hrup naselennia / M. I. Ievtukh – Ivano-Frankivsk, 2016. – 20 s.
9. Kovaliv M.O. Fiziolohe-hihienichna otsinka morfofunktsionalnogo stanu, kharchovoho statusu y adaptatsii studentiv-medykiv. – avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand.. med. nauk: spets. 14.02.01 – hihiena ta profesiina patolohiia (medychni nauky). / M.O. Kovaliv. K., 2017. – 20 s.
10. Kokun O.M. Psykhofiziolohe. Navchalnyi posibnyk. – K: Tsentru navchalnoi literatury, 2006.–184 s.
11. Kolos N. A. Osobennosti morfofunktsionalnogo rozvytia studentov / N. A. Kolos, Y. Y. Malynskiy, V. V. Yaremenko // Pedagogika, psykhologhiia ta medyko-biolohechni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. – 2010. – № 12. – S. 59–61.
12. Kosheleva O. Fizychna pidhotovlenist studentiv zakladiv vyshchoï osvity riznogo profilu protiahom navchannia / O. Kosheleva // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia: nauko-vo-praktychnyi zhurnal. – Dnipro: Innovatsiia, № 1, 2018. – S.152–158
13. Malaniuk L. Morfofunktsionalna kharakterystyka studentiv Prykarpattia / Liubomyr Malaniuk, Roman Rymyk // Moloda sportyvna nauka Ukrainy : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny / za zah. red. Yevhena Prystupy. – L., 2015. – Vyp. 19, t. 3. – S. 104–109.
14. Malakhova Zh. V. Zdoroviaformuiuchi tekhnolohii v protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv spetsialnykh medychnykh hrup: avtoref. zdobuttia nauko-voho stupenia kandydata nauk z fizychnoho vykhovannia i sportu za spetsialnistiu 24.00.02 – fizychna kultura, fizychni vykhovannia riznykh hrup naselennia. – Kyiv, 2013. – 20 s.
15. Pavlenko I. O. Fizychnyi stan yak pokaznyk zdorovia studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv / I. O. Pavlenko // II Vseukrainska nauko-vo-praktychna konferentsiia "Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naselennia". – Kharkiv, 2016. – S. 135–139.
16. Plastunov B.A. Funktsionalnyi stan sertsevo-sudynnoi systemy pershokursnykh vyshchykh navchalnykh zakladiv i chynnyky, shcho yoho formuiut (ohliad literatury) / B.A. Plastunov, M.O. Kovaliv // Bukovynskiy medychnyi visnyk. – 2015. – T. 19, № 1 (73). – S. 237–246.
17. Popel S. L. Morfofunktsionalna kharakterystyka orhanizmu studentiv fakultetu fizychnoho vykhovannia / S. L. Popel, I. M. Vashchenko, I. H. Tsap // Visnyk Chernihivskoho natsionalnogo pedagohechnoho universytetu. Seriia : Pedagohechni nauky. – 2016. – Vyp. 137. – S. 146–150.
18. Sabirov O. Stan fizychnoho rozvytku studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv / O. Sabirov, V. Pantik, H. Hats // Fizychni vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi. – 2016. – № 3. – S. 60–65.
19. Saluk I.A. Indyvidualizatsiia fizychnoho vykhovannia studentiv z riznym rivnem zdorovia: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. ped. nauk: spets. 13.00.02 – Teoriia i metodyka navchannia / I.A. Saluk. – K., 2010. – 20 s.
20. Skyba O. Osoblyvosti morfofunktsionalnogo statusu ta fizychnoi pidhotovlenosti yunykh sportsmeniv riznykh somatotypiv / O. Skyba, S. Dmytruk // Pedagohechni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii. – 2016. – № 3. – S. 276–284.
21. Khlus N.O. Tekhnolohiia pidvyshchennia fizychnoi pidhotovlenosti studentok VNZ humanitarnoho profilu zasobamy step-aerobiky: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: spets. 24.00.02 – fizychna kultura, fizychni vykhovannia riznykh hrup naselennia / N.O.Khlus. – Lviv., 2015. – 20 s.

**Лішнянський В.В.**

**старший викладач кафедри германських мов і перекладознавства,  
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, м. Дрогобич**

#### **ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ ДО ЗДІЙСНЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

*Стаття присвячена проблемі підготовки майбутніх вихователів до фізичного виховання дітей дошкільного віку. Визначено психолого-педагогічні аспекти професійної підготовки студентів до формування у дошкільників основних локомоцій і фізичних якостей, бажання піклуватися про власне здоров'я, займатися фізичною культурою і спортом. Охарактеризовано функціональні обов'язки вихователя закладу дошкільної освіти, підготовленого до навчання дітей*

життєво важливих рухів в сучасній професіограмі педагога. Визначено зміст педагогічних умінь фахівця дошкільного виховання з урахуванням специфіки професійної діяльності.

Підтверджено ефективність запропонованої моделі поетапної підготовки студентів дошкільного виховання із застосування адекватних меті та завданям навчання форм та методів.

Охарактеризовано професійні цінності вихователя закладу дошкільної освіти та обґрунтовано необхідність їх цілеспрямованого формування в умовах закладу вищої освіти.

Теоретично обґрунтовано умови, які забезпечують ефективність процесу підготовки майбутніх вихователів до формування у дошкільників основних локомоцій і фізичних якостей.

**Ключові слова:** фізичне виховання, основні локомоції, фізичні якості, нетрадиційні методики, педагогічні вміння, педагогічні здібності.

**Лишнянский В.В. Подготовка будущих воспитателей к осуществлению процесса физического воспитания детей в условиях учреждений дошкольного образования.** Статья посвящена проблеме подготовки будущих воспитателей к физическому воспитанию детей дошкольного возраста. Определены психолого-педагогические аспекты профессиональной подготовки студентов к формированию у дошкольников основных локомоций и физических качеств, желание заботиться о своем здоровье, заниматься физической культурой и спортом.

Охарактеризованы функциональные обязанности воспитателя заведения дошкольного образования, подготовленного к обучению детей жизненно важных движений в современной профессиограмме педагога. Определено содержание педагогических умений специалиста дошкольного воспитания с учетом специфики профессиональной деятельности.

Подтверждена эффективность предложенной модели поэтапной подготовки студентов дошкольного воспитания по применению адекватных цели и задачам обучения форм и методов.

Охарактеризованы профессиональные ценности воспитателя заведения дошкольного образования и обоснована необходимость их целенаправленного формирования в условиях учреждения высшего образования.

Теоретически обосновано условия, обеспечивающие эффективность процесса подготовки будущих воспитателей к формированию у детей основных локомоций и физических качеств.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, основные локомоции, физические качества, нетрадиционные методики, педагогические умения, педагогические способности.

**Lishniansky V.V. Training of future teachers in implementing the process of physical education in pre-schools.** The article deals with the problem of training the future educators in physical education of children of preschool age.

The psychological and pedagogical aspects of the professional training of students for the formation of the main locomotive and physical qualities in preschoolers, the desire to take care of their own health, to engage in physical education and sports have been determined.

The basic skills and abilities of the educator have been defined which include: didactic skills – the ability to correctly design the pedagogical process; the knowledge of principles, means, methods of teaching; use of tempering procedures during physical exercises; academic skills – a creative search for new forms and methods of work; communicative skills – the ability to establish good relationships with children, parents, colleagues; perceptive skills – the ability to look into the inner world of the child, to recognize its state of health and mood from its eyes, gestures, behavior; expressive skills – the use of language, facial expressions, gestures, as it is extremely important for the educator to use the speech brightly, figuratively, correctly and clearly; organisation skills – the ability of the educator to organize and conduct walks, motor activity of children, leisure activities, holidays, etc., demonstrating the professional competence and efficiency; gnostic skills – the teacher's ability to analyze the activities both of preschool children and their own, which will allow him/her to adjust the strategy and tactics of education and upbringing of children if necessary; suggestive skills – the ability to incite interest in physical training, healthy lifestyle, exercise gracefully and accurately; the stress resistance is the teacher's ability to manage his or her emotions, activate the mechanism of self-regulation, exhibit endurance, patience and composure in critical situations.

The conditions that ensure the effectiveness of the process of training the future educators for the formation of the main locomotive and physical qualities in preschoolers have been theoretically substantiated.

**Key words:** physical education, basic locomotive and physical qualities, non-traditional methods, pedagogical skills, pedagogical abilities.

**Постановка проблеми.** Стан здоров'я дітей дошкільного віку на сьогоднішньому етапі функціонування системи дошкільної освіти небезпідставно викликає велику тривогу, адже відомості медиків і педагогів свідчать про його стабільне погіршення. Прогресує також порушення екологічної рівноваги, негативно впливають на здоров'я дітей різні фактори зовнішнього середовища, несприятливі соціальні умови, відсутність суворого режиму дня та загартовування. Діти часто знаходяться в умовах, які знижують їх рухову активність (комп'ютерні ігри, відсутність прогулянок на свіжому повітрі, систематичне проведення часу біля телевізійних екранів) – все це впливає на розвиток різних хронічних захворювань внутрішніх органів і систем дитячого організму Проблема фізичного виховання, розвитку та зміцнення здоров'я дітей може бути вирішена, на нашу думку, лише при спільних зусиллях педагогічного колективу, медиків і батьків. Їхні цілеспрямовані дії допоможуть виростити майбутнє покоління здоровим.

Як показує аналіз наукових досліджень та педагогічної практики, у роботі закладів дошкільної освіти, зокрема у фізичному вихованні дітей є чимало недоліків: допускаються помилки вихователем у виконанні рухів під час показу дітям, не

завжди пояснення педагога доцільно поєднуються з демонстрацією рухів, порушуються вимоги щодо якості практичного виконання вправ, зустрічається незнання методики навчання рухів, виникають труднощі в наданні практичної допомоги дітям та виправленні помилок тощо. Це зумовлює необхідність удосконалення процесу професійної підготовки студентів до роботи з фізичного виховання з дошкільниками, зокрема формування у них основних локомоції та фізичних якостей.

**Мета статті** – обґрунтувати теоретичні та методичні аспекти підготовки майбутніх вихователів до здійснення процесу фізичного виховання з дітьми дошкільного віку.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблема підготовки фахівців у закладах вищої освіти є предметом досліджень багатьох учених: А.М. Алексюка, Л.В. Артемової, І.Д. Беха, Г.В. Бельської, О.Л. Богініч та ін. Аналіз психолого-педагогічної літератури стосовно професійної підготовки фахівців з фізичної культури свідчить про те, що досліджувана проблема розглядається науковцями в різних аспектах, а саме: вдосконалення професійної підготовки майбутніх вихователів (Л.В. Волков, Овчаренко, Б.М. Шиян та ін.); формування теоретичних знань з фізичного виховання, розвитку та валеологічної освіти дітей дошкільного віку (М.М. Єфименко, В.П. Зайцев, В.В. Клименко, М.П. Малашенко, А.І. Назаренко, Г.Н. Пономарьов, С.О. Філіппова та ін.).

Дослідники вважають, що в роботі сучасних закладів дошкільної освіти необхідно реалізовувати програми соціально-економічного розвитку країни, реорганізації системи охорони здоров'я і фізичної освіти дітей дошкільного віку [3, 4, 7, 8].

Педагоги звертають увагу на те, що сучасні вихователі повинні використовувати у своїй діяльності принципово нові засоби, спрямовані на поліпшення фізичного розвитку і зміцнення здоров'я дітей. Державний стандарт дошкільної освіти націлює випускників педагогічних закладів вищої освіти на фізичне і духовне вдосконалення особистості.

**Виклад основного матеріалу статті.** Процес фізичного розвитку розглядаємо з двох сторін. Перша – зміна антропометричних даних дитини відповідно до її віку. Друга – рухова активність дошкільника і динаміка розвитку сили, витривалості, гнучкості, спритності, швидкості. Організм дитини, як єдине ціле, розвивається за законами природи, знання яких є конче необхідним майбутньому вихователю дітей дошкільного віку у процесі професійної підготовки [7, с. 218].

Розвиток, як правило, йде поступальними циклами. Коли відбувається бурхливе зростання, розвиток сповільнюється і навпаки. Але все відбувається в тісній взаємодії. У дошкільному віці йде дозрівання органів і систем організму. Вихователь і батьки повинні пам'ятати про те, що в період розвитку того чи іншого органу і системи організму навантаження на дітей повинні бути адекватні їхнім можливостям. Лише в цьому випадку може йти мова про зміцнення здоров'я дітей і сприяння їхньому фізичному розвитку [8, с. 82].

Батьки, відправляючи свою дитину в заклад дошкільної освіти, зацікавлені в тому, щоб вона була здорова, фізично активна, енергійна, працездатна і успішно опанувала необхідну інформацію і знання. В системі оздоровчих заходів закладу дошкільної освіти робота з використанням нетрадиційних методів фізичного виховання будується як навчально-виховний комплекс взаємодії педагогів, медиків і дітей, результатом якої є рухова активність дошкільнят [1, с. 18].

Проведення нетрадиційних фізкультурних занять, свят, розваг фізкультурного характеру сприяє формуванню свідомого ставлення дітей до власного здоров'я, розвитку інтересу до рухової діяльності та потреби в регулярних заняттях фізичними вправами. Гармонія тіла, душі і духу дитини – це девіз вихователя, який буде здійснювати процес фізичного виховання і розвитку в дитячому садку [7, с. 238].

Для здійснення даного процесу в умовах закладу дошкільної освіти необхідна спеціальна професійна підготовка.

Курс «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» передбачає опанування майбутніми вихователями теоретичних знань та практичних вмінь і навичок, необхідних для формування фізичної культури дитини від народження до шести років. Майбутній вихователь повинен навчитися ефективно планувати і проводити різні форми організації рухової активності дошкільнят у різних вікових групах, враховуючи їх індивідуальні досягнення. Важливу роль відіграє вміння вихователя аналізувати і творчо коригувати психічний і особистісний розвиток дитини, проводити консультації та бесіди з батьками і колегами. Важливим завданням професійної підготовки майбутнього вихователя до здійснення фізичного виховання в закладі дошкільної освіти є виховання любові до своєї майбутньої професії, розвиток самостійності мислення, прагнення до підвищення знань умінь і навичок, пошуку творчого вирішення завдань фізичного розвитку дошкільників, відповідального ставлення до життя і здоров'я дітей [4, с. 139]. У педагога повинні бути сформовані такі вміння та здібності:

- ✓ дидактичні – вміння правильно будувати педагогічний процес;
- ✓ знання принципів, засобів, методичних прийомів навчання;
- ✓ використання процедур загартування при проведенні фізичних вправ;
- ✓ академічні – творчий пошук нових форм та методів роботи;
- ✓ комунікативні – вміння встановлювати добрі стосунки з дітьми, батьками, колегами по роботі;
- ✓ перцептивні – вміння заглянути у внутрішній світ дитини, розпізнавати по її очах, жестах, поведінці стан здоров'я, настрій;
- ✓ експресивні – використання мови, міміки, жестів, адже для вихователя важливо яскраво, образно, літературно правильно і чітко користуватися словом;
- ✓ організаторські – вміння вихователя організувати і проводити прогулянки, рухову активність дітей, дозвілля, свята та ін., демонструючи при цьому професійну компетентність, діловитість;
- ✓ гностичні – вміння педагога аналізувати діяльність вихованців закладу дошкільної освіти і свою власну, що дозволить йому за потреби коригувати стратегію і тактику навчання і виховання дітей;
- ✓ сугестивні – вміння прищепити інтерес до занять фізичною культурою, ведення здорового способу життя,

виконання вправ красиво і точно;

✓ стресостійкість – уміння педагога керувати власними емоціями, активізувати механізм саморегуляції, виявляти витримку, терпіння і спокій в критичних ситуаціях [7, с. 328].

Майбутній фахівець в галузі фізичної культури дітей дошкільного віку повинен любити і прекрасно володіти всіма видами досягнень, що входять в програму навчання дошкільнят. Повинен вміти бездоганно показувати і пояснювати, належним чином використовуючи термінологію, команди, розпорядження, сюжетні розповіді, словесні інструкції й інші прийоми навчання дітей. Його педагогічна майстерність полягає в умінні скласти індивідуальну програму психофізичного розвитку дитини, підібрати вправи, продумати варіанти навантаження, провести діагностику фізичної підготовленості та сенсомоторного розвитку дитини. Він повинен вміти забезпечити безпеку занять, знати технічні характеристики спортивного обладнання та тренажерів, особливостей їх експлуатації, повинен вміти використовувати музичний супровід відповідно до завдань заняття і особливостей фізичних вправ. Майбутній вихователь повинен пам'ятати про те, що у різних дітей свої шляхи і темпи розвитку, і підходи до дітей повинні бути лише індивідуальними. На це націлює нова парадигма дошкільної освіти, яка пропонує особистісно-зорієнтований підхід до дітей [3, с. 315].

Вихователям закладів дошкільної освіти, як правило, не вистачає сучасних знань в області методології, фізіології, діагностики фізичного розвитку дітей. Успіх роботи майбутнього вихователя залежатиме від того, наскільки він зможе зорієнтуватися в спеціальній науково-методичній літературі, знайти потрібні для своєї роботи матеріали. Сучасний вихователь повинен вміти відмовитися від звичних схем педагогічного впливу на дітей, розширити перелік видів дитячої діяльності, що дають дитині можливість для самовираження і саморозвитку. Вихователь повинен навчити дитину берегти не тільки своє фізичне здоров'я, але і психічне здоров'я близьких людей, правильно відгукуватися на їх настрій, стан, вміти співчувати, співпереживати, стримувати свої примхи, керувати власними бажаннями. Дитина повинна зрозуміти, що позитивні думки і добрі справи – це теж здоров'я [2, 5].

Педагог повинен пояснити малюкам: якщо вони ласкаві, привітні, добрі до людей, то отримують таку ж відповідь. Гарний настрій дитини принесе радість оточуючим, підніме їм настрій і тим самим допоможе зберегти їх психічне здоров'я. Вихователь, в свою чергу, сам повинен виявляти якомога більше позитивних почуттів, бути добрим, ввічливим, чуйним, щиро любити своїх вихованців.

У процесі вирішення основних завдань фізичного виховання і розвитку дітей дошкільного віку молодому фахівцеві необхідно пам'ятати про те, що всі хвороби починаються з порушень в енергетичній, квантовій оболонці людини, першими ознаками є дискомфорт в організмі. Для цього необхідно створити для дітей в закладі дошкільної освіти комфортну психофізичну обстановку. Не потрібно тримати дітей упродовж дня в режимі колективного спілкування. Необхідно обладнати місця усамітнення, «зони тиші», «хвилинки мовчання». Виконуючи режим дня, необхідно враховувати стан окремих дітей, допускати для них відхилення в режимі. Потрібно навчитися забезпечувати дітям фізичний контакт з вихователем і з однолітками (обійняти, погладити по голові, дбайливо доторкнутися). Діти дуже потребують такого контакту. Потрібно намагатися займатися з дітьми в позиції «розташування по колу», щоб малюки бачили обличчя тих, з ким вони спілкуються [8].

Вихователю необхідно навчити дітей таким елементарним, але важливим речам:

✓ ходити босоніж, особливо по землі, виключаючи асфальтоване і штучне покриття; дихати носом, в ньому повітря зігрівається і очищується;

✓ при кашлі, чханні прикривати ніс і рот хусткою;

✓ за допомогою ігрових прийомів тримати дихальну паузу;

✓ берегти свої органи дихання, самостійно очищати носові проходи, користуючись носовою хусткою [6].

Педагогу необхідно уникати контакту дітей з хворими людьми; приймати з дітьми сонячні, повітряні і водні процедури; частіше слухати з дітьми звуки природи в різні пори року; забезпечувати упродовж дня рухову активність дітей шляхом залучення їх до рухливих ігор; використовувати в різних ситуаціях – гумор, сміх, які нормалізують душевний стан дитини.

Майбутній вихователь повинен бути готовий наочно продемонструвати і теоретично обґрунтувати різноманітні методи і прийоми роботи з дитиною, отримані теоретичні знання в процесі навчання у закладі вищої освіти.

**Висновки.** У вихователя закладу дошкільної освіти повинні бути сформовані такі вміння та здібності: дидактичні – вміння правильно будувати педагогічний процес; знання принципів, засобів, методичних прийомів навчання; використання процедур загартування при проведенні фізичних вправ; академічні – творчий пошук нових форм та методів роботи; комунікативні – вміння встановлювати добрі стосунки з дітьми, батьками, колегами по роботі; перцептивні – вміння заглянути у внутрішній світ дитини, розпізнавати по її очах, жестах, поведінці стан здоров'я, настрою; експресивні – використання мови, міміки, жестів, адже для вихователя важливо яскраво, образно, літературно правильно і чітко користуватися словом; організаторські – вміння вихователя організовувати і проводити прогулянки, рухову активність дітей, дозвілля, свята та ін., демонструючи при цьому професійну компетентність, діловитість; гностичні – вміння педагога аналізувати діяльність вихованців закладу дошкільної освіти і свою власну, що дозволить йому за потреби коригувати стратегію і тактику навчання і виховання дітей; сугестивні – вміння прищепити інтерес до занять фізичною культурою, ведення здорового способу життя, виконання вправ красиво і точно; стресостійкість – уміння педагога керувати власними емоціями, активізувати механізм саморегуляції, виявляти витримку, терпіння і спокій в критичних ситуаціях.

Вихователю необхідно навчити дітей таким елементарним речам: ходити босоніж, особливо по землі, виключаючи асфальтоване і штучне покриття; дихати носом, в ньому повітря зігрівається і очищується; при кашлі, чханні прикривати ніс і рот хусткою; за допомогою ігрових прийомів тримати дихальну паузу; берегти свої органи дихання, самостійно очищати

носові проходи, користуючись носовою хусткою.

#### Література

1. Гимнастика маленьких волшебников: нетрадиционные методы работы с детьми и профилактика заболеваний в детском саду, школе, семье / Сост. Т.В. Нестерюк. – М. : ДТЦ, 2010г. – 32 с.
2. Исаев И.Ф. Профессионально-педагогическая культура преподавателя: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / И.Ф. Исаев. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 208 с.
3. Калічак Ю.Л. Проблеми фізичного виховання дітей дошкільного віку / Ю.Л. Калічак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова / За ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. – Том 1. – Вип. 7 (33). – С. 313 – 317.
4. Калічак Ю.Л. Підготовка майбутніх вихователів до процесу фізичного виховання і розвитку дітей в умовах дошкільного навчального закладу / Ю.Л. Калічак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова / За ред. О.В. Тимошенка – К. : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. – Вип. 5 К (86)17. – С. 137 – 140.
5. Клименко В.В., Омельчук В.П. Фізкультура і естетичне виховання / В.В. Клименко, В.П. Омельчук. – К. : Радянська школа, 2007 – 136 с.
6. Малашенко М.П. Педагогіка здоров'я в початковій школі / М.П. Малашенко. – Х. : Веста : Видавництво «Ранок», 2008. – 192 с.
7. Теория и методика физической культуры дошкольников : Учеб. пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических ВУЗов / Под. ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарёва. – СПб, «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 656 с.
8. Терпугова Е.А. Валеологическое воспитание детей дошкольного возраста: методическое пособие для педагогов / Е.А. Терпугова. – Ростов на Дону : Феникс, 2007. – 254 с.

#### References

1. Gimnastika malenkih volshebnikov: netradicijnyye metody raboty s detmi i profilaktika zabolevanij v detskom sadu, shkole, semye./ Sost. T.V. Nesteryuk. – M.: DTC, 2010. – 32 p.
2. Isaev I. F. Professionalno-pedagogicheskaya kultura prepodavatelja: ucheb. posobie dlja stud. vyssh. ped. ucheb. zavedenij / I.F. Isaev. – M. : Izdatelskij centr «Akademija», 2012. – 208 p.
3. Kalichak Yu.L. Problemy fizychnoho vykhovannia ditei doshkilnoho viku / Yu.L. Kalichak // Naukovyi chasopys. Natsionalnoho pedahohichnoho univrsytetu imeni M.P. Drahomanova / Za red. H.M. Arziutova. – K.: Vyd-vo NPU imeni M.P. Drahomanova, 2013. – Tom 1. – Vyp. 7 (33). – S. 313 – 317.
4. Kalichak Yu.L. Pidhotovka maibutnikh vykhovateliv do protsesu fizychnoho vykhovannia i rozvytku ditei v umovakh doshkilnoho navchalnoho zakladu / Yu.L. Kalichak // Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho univrsytetu imeni M.P. Drahomanova / Za red. O.V. Tymoshenka – K. : Vyd-vo NPU imeni M.P. Drahomanova, 2017. – Vyp. 5 K (86)17. – S. 137 – 140.
5. Klymenko V.V., Omelchuk V.P. Fizkultura i estetychne vykhovannia / V.V. Klymenko, V.P. Omelchuk. – K. : Radianska Shkola, 2007 – 136 p.
6. Malashenko M.P. Pedahohika zdorovyia v pochatkovij shkoli / M.P. Malashenko. – Kharkiv. : Vesta: Vydavnytstvo «Ranok», 2008. – 192 p.
7. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury doshkolnikov: Ucheb. posobie dlja studentov akademij, universitetov, institutov fizicheskoy kultury i fakultetov fizicheskoy kultury pedagogicheskikh VUZov / Pod red. S.O. Filippovoy, G.N. Ponomareva. – SPb, «DETSTVO-PRESS», 2010. – 656 p.
8. Terpuqova E.A. Valeologicheskoye vospitaniye detey doshkolnogo vozrasta: metodicheskoye posobie dlja pedagogov / E.A. Terpuqova. – Rostov na Donu: Feniks, 2007. – 254 p.