

Пахальчук Н.О. Підготовка майбутніх фахівців дошкільної та початкової освіти засобами ботмерівської гімнастики // Пахальчук Н.О. // Міжнародна діяльність університетів як фактор інноваційного розвитку вищої школи: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної заочної конференції (18 вересня 2015 року). – Маріуполь, 2015. – С. 45-46.

УДК 373.2/3.016:796

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДОШКІЛЬНОЇ ТА ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ БОТМЕРІВСЬКОЇ ГІМНАСТИКИ

Пахальчук Н.О.

orcid.org/0000-0001-7098-3821

У статті представлені різні види оздоровчої гімнастики, які можна використовувати із студентами, охарактеризовані основні принципи ботмерівської гімнастики та наведені приклади загальнорозвивальних вправ із предметами та без предметів.

Для стратегії розбудови сучасної вищої освіти є зростання уваги до інноваційних технологій навчання та виховання, до максимального розкриття здібностей та обдарувань студентів, що забезпечить пріоритетність розвитку творчих рис. На слушну думку Г.Тарасенко, реформаторські процеси зобов'язують сучасну виховну практику системно втілювати традиційні та інноваційні пріоритети й цінності. Основу національної системи освіти повинні складати такі провідні пріоритети, як гуманістичність із подальшою особистісною зорієнтованістю освітнього процесу, креативність із максимальним використанням енергії самотворення особистості, екологічність із соціально затребуваною рефлексією зв'язку людини із Всесвітом, етнізація з обов'язковим плетінням національних цінностей у канву глобалізації [1, с. 9].

Наразі постійно підвищуються вимоги до рівня професійної компетентності педагогів, які повинні організовувати не просто режим навчального дня дитини, а сприяти здоров'язбережувальному ритму життя особистості. Саме такий альтернативний підхід пропонує комплексна освітня програма підтримки розвитку дитини дошкільного віку «Стежина», в основі якої є трансформація ідей вальдорфської педагогіки з орієнтацією на український педагогічний ґрунт та адаптація до потреб суспільної дошкільної освіти [2, с. 12]. Завдання сучасного уроку фізичної культури в початковій школі також є забезпечення оптимізації навчально-виховного процесу із застосуванням елементів інноваційних методів навчання і виховання та здійснення міжпредметних зв'язків [3].

Тому в роботі зі студентами на методиці фізичного виховання дітей у Вінницькому державному педагогічному університеті імені М. Коцюбинського застосовуються оздоровчі види рухової активності (нервово-м'язова (прогресивна)

релаксація, нейробіка, гімнастика мозку, навчання в русі, калланетика тощо) та елементи ботмерівської гімнастики. Ботмерівська гімнастика названа по імені її творця – графа Ф. Ботмера (1883-1941), учителя фізичного виховання в першій вальдорфській школі. У ботмерівській гімнастиці використовують вправи з предметами (м'ячі, палиці, скакалки, мотузки тощо (рис. 1) та без предметів.



Рис. 1. Виконання вправ з ботмерівськими м'ячами (доценти кафедри дошкільної та початкової освіти ВДПУ ім. М. Коцюбинського Деркач О.О., Пахальчук Н.О. та міжнародний тренер з ботмерівської гімнастики Йоран Петерсон).

Окреслимо вихідні положення ботмерівської гімнастики [4]:

1. Рух – це перехід від точки спокою до якого-небудь напрямку простору; від одного напрямку до іншого; від однієї фігури, розгорнутої в просторових вимірах, до іншої. Рухи у фізичних вправах завжди плавні, сповнені глибинної символіки, часто відображають геометрію навколишнього.

2. Тіло не є кордоном для людини. Долоні у переважній більшості фізичних вправ не стискаються в кулаки (адже так відбувається обмеження тіла людини), а завжди розкриті всьому навколишньому та Космосу.

3. Відчуття внутрішнього ритму організму і співвіднесення його з ритмами простору. Ботмерівська гімнастика орієнтується на ритми людського пульсу та дихання. Так, значна частина вправ виконується з певним ритмічним малюнком, як-от:

В.п.: ноги разом, руки вниз. Перший такт: 1 – стрибок у широку стійку, руки в сторони; 2-3 – стрибок у зімкнуту стійку, руки вниз. Повторити 2 рази. Другий такт: 1 – стрибок у широку стійку, руки в сторони; 2 – стрибок у зімкнуту стійку, руки вгору долонями вперед; 3 – повторити стрибок у положенні зімкнутої стійки, руки вгору

долоньями вперед. Повторити 2 рази. Третій такт: так само як перший такт. Повторити 2 рази.

1. Тарасенко Г.С. Розвиток художньо-творчого потенціалу вихователя: шлях до екології дитинства / Тарасенко Г.С. // Імідж сучасного педагога. – 2015. – № 6 (155). – С. 9-11.

2. Гончаренко А. Стежина до дитини : альтернативна програма підтримки розвитку дитини дошкільного віку / Алла Гончаренко, Наталія Дятленко // Дошкільне виховання. – 2015. – № 3. – С. 12–15.

3. Фізична культура : програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи / авт. кол. Т. Ю. Круцевич [та ін.]. – Режим доступу: http://osvita.ua/doc/files/news/87/8793/1_13_fiz_kult.pdf.

4. Ботмер А. Ботмеровская гимнастика. Педагогические и терапевтические возможности применения / Альхайдис фон Ботмер. – М. : [б.в.], 2012. – 135 с.

Підготовка майбутніх фахівців дошкільної та початкової освіти засобами ботмерівської гімнастики.

Пахальчук Наталя Олександрівна.

У статті представлені різні види оздоровчої гімнастики, які можна використовувати із студентами, охарактеризовані основні принципи ботмерівської гімнастики та наведені приклади загальнорозвивальних вправ із предметами та без предметів.

Подготовка будущих специалистов дошкольного и начального образования средствами ботмеровской гимнастики.

Пахальчук Наталья Александровна.

В статье представлены различные виды оздоровительной гимнастики, которые можно использовать со студентами, охарактеризованы основные принципы ботмеровской гимнастики и приведены примеры общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов.

Training of future specialists in preschool and primary education with the help of Botmer's gymnastics.

Pahalchuk Natalya Oleksandrivna.

The article contains different kinds of improving gymnastics that can be used with a student; the article describes the basic principles of Botmer's gymnastics and examples of exercises with objects and within objects, that leads to the general development.