

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРИУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЛОЛОГІЇ ТА МАСОВИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

До захисту допустити:

Зав. кафедри

_____ **О.Г. Брежнева**

«__» _____ **20__ р.**

Кваліфікаційна робота

за освітнім ступенем «Магістр» на тему:

«Впровадження ІТ в процесі фізичного виховання дошкільників»

студентки факультету філології
та масових комунікацій
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»
освітнього ступеня «Магістр»
Фірсової Валерії Миколаївни

Науковий керівник:

Демидова Ю.О., кандидат педагогічних
наук, доцент кафедри дошкільної
освіти

Рецензент: Лопатіна Г.О., к.пед.наук,
доцент кафедри прикладної психології
та логопедії Бердянського державного
педагогічного університету

Кваліфікаційна робота захищена

з оцінкою _____

Секретар ЕК _____

«__» _____ 2020 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВПРОВАДЖЕННЯ НОВИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	
1.1. Огляд наукових досліджень і розробок використання нових інформаційних технологій в освіті	9
1.2. Використання нових інформаційних технологій в дошкільній освіті.....	18
1.3. Проблеми та перспектива використання нових інформаційних технологій у фізичному вихованні дошкільників	23
Висновки до I розділу	39
 РОЗДІЛ II. ВПРОВАДЖЕННЯ НОВИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ	
2.1. Методологія впровадження автоматизованого навчального курсу для закладу дошкільної освіти	41
2.2. Методика формування здорового способу життя у старших дошкільників засобами комп'ютера в поєднанні з традиційними методами фізичного виховання	50
2.3. Експериментальна перевірка ефективності застосування нових інформаційних технологій у фізичному вихованні дошкільників.....	64
Висновки до II розділу	76
ВИСНОВКИ	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	81
ДОДАТКИ	91

ВСТУП

Актуальність дослідження. Збереження і зміцнення здоров'я дітей - найважливіша мета і завдання фізичного виховання в закладах дошкільної освіти.

Основним фактором, що впливає на здоров'я людини, що визначає її стан, є здоровий спосіб життя. Це найбільш дієвий фактор, основа профілактики захворювань. Здоровий спосіб життя потрібно формувати з дитинства. Від того, наскільки успішно вдається сформувати і закріпити в свідомості навички здорового способу життя в дитячому віці, залежить в подальшому спосіб життя дорослої людини. Тим часом стан процесу фізичного виховання в закладах дошкільної освіти характеризується значними прогалинами, недооцінкою багатьох його ланок, зокрема, важливою проблемою залишається пошук шляхів і засобів підвищення якості процесу формування здорового способу життя у старших дошкільників.

Новий підхід до формування здоров'я здорового способу життя вимагає кардинальних змін в організаційних структурах, закладах освіти, більш високої професійної підготовки фахівців, оновлення методичної документації, навчальних планів, програм, посібників, що забезпечують процес нововведень. Одним з важливих умов поновлення є використання нових інформаційних технологій (НІТ). Однак, незважаючи на значні потенційні можливості НІТ в системі дошкільної освіти зокрема в галузі фізичного виховання, ці технології ще не знайшли тут належного застосування. Однією з причин обмеженого використання НІТ є недостатня розробленість методичних умов їх використання у фізичному вихованні старших дошкільників і відсутність відповідних методик.

Таким чином, актуальність дослідження обумовлена низкою факторів:

- необхідністю формування здорового способу життя у старших дошкільників, розробки методики її реалізації;

- можливістю вдосконалення якості процесу формування здорового способу життя у старших дошкільників з використанням НІТ.

Ступінь розробленості проблеми і теоретична база дослідження. Проблему використання НІТ в процесі навчання дітей дошкільного віку.

Нові технології в дошкільному закладі почали застосовуватися порівняно недавно. Відповідно проблема їх застосування в практиці закладу дошкільної освіти є досить актуальною. Багато вітчизняних вчених і практиків займалися вивченням різних аспектів цієї проблеми. Зокрема, в дослідженнях висвітлюються такі питання моделювання освітньо-інформаційного середовища дошкільного закладу (З. Дорошенко, О. Червинська, О. Гавриленко, М. Степанова). Т. Науменко, З. Дорошенко, Г. Лаврентьєва займалися основними аспектами та рекомендації щодо впровадження та використання електронних засобів у роботі з дітьми. Правила організації робочого місця дитини під час роботи з комп'ютером вивчали І. Терещенко, О. Гавриленко.

І. Стеценко, Т. Науменко, І. Терещенко вивчали проблеми впровадження нових інформаційних технологій в освітній простір дошкільного закладу. Розвідки щодо методичного аспекту впровадження інноваційної діяльності педагогів робили К. Крутій, Н. Маковецька, а - організацію і проведення занять з використанням нових інформаційних технологій вивчали О. Гавриленко, М. Степанова

Одним з напрямків було вивчення гігієнічних вимог до комп'ютерних занять для дошкільників (М. Степанова, І. Терещенко) та критеріїв оцінювання діяльності дітей з електронними засобами (І.Терещенко).

Вимоги до оволодіння педагогом технічними програмними засобами вивчались З. Дорошенко, І. Терещенко, основні принципи використання комп'ютерних програм О. Червинською та іншими.

Однак застосування НІТ в процесі фізичного виховання як засобу формування здорового способу життя у старших дошкільників не були предметом спеціального дослідження. Ми вважаємо, що використання НІТ у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку володіє високим педагогічним потенціалом. Необхідність формування здорового способу життя у старших дошкільників підтверджується вивченням практики роботи закладів дошкільної освіти, оскільки, як показали дослідження, реальний рівень сформованості здорового способу життя у старших дошкільників не відповідають програмним вимогам. Причиною цього ми вважаємо відсутність цілеспрямованого підходу до організації керівництва процесом формування здорового способу життя у старших дошкільників, в тому числі і з використанням НІТ. Ефективність використання НІТ в закладах дошкільної освіти знижується через недостатній рівень теоретичної та практичної підготовки вихователів і слабку організацію предметно-розвивального середовища.

Таким чином, виникають суперечності між:

- соціальною значущістю формування здорового способу життя і недостатньою сформованістю цієї галузі фізичного виховання у більшості старших дошкільників;
- об'єктивною можливістю використання НІТ в дошкільному освітньому процесі і недостатньою розробленістю методики їх використання в процесі фізичного виховання старших дошкільників;
- потребою закладів дошкільної освіти у використанні комп'ютерних програм з формування здорового способу життя у старших дошкільників та недостатньою розробленістю методичного забезпечення цього процесу.

З вищевикладених протиріч виникає проблема дослідження, яка полягає у вивченні умов використання НІТ в процесі фізичного виховання дошкільників.

Проблема визначила вибір теми дослідження кваліфікаційної роботи: **«Впровадження ІТ в процесі фізичного виховання дошкільників»**.

Мета дослідження – вивчити та експериментально обґрунтувати умови використання НІТ як засобу формування здорового способу життя у старших дошкільників.

Об'єкт дослідження – процес фізичного виховання в закладі дошкільної освіти.

Предмет дослідження – умови застосування НІТ як засобу формування здорового способу життя у старших дошкільників.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що формування здорового способу життя у старших дошкільників буде успішно, якщо:

- визначити роль і місце використання НІТ у фізичному вихованні старших дошкільників;
- визначена методика використання НІТ з формування здорового способу життя у старших дошкільників;
- буде впроваджено автоматизований навчальний курс (АНК) з формування здорового способу життя у старших дошкільників.

Відповідно до мети й гіпотези були намічені наступні завдання дослідження:

1. Виявити методологічну та теоретичну основу використання НІТ у фізичному вихованні старших дошкільників.
2. Обґрунтувати концепцію АНК з формування здорового способу життя у старших дошкільників в процесі фізичного виховання.
3. У ході педагогічного експерименту перевірити ефективність використання НІТ в процесі фізичного виховання старших дошкільників.

Методологічну основу нашого дослідження складають ідеї про унікальності самоцінності дошкільного віку (П.Я.Гальперін, О.В.Запорожець, Д.Б.Ельконін), теорія поетапного формування розумових дій (П.Я. Гальперін, Н.Ф. Тализіна), теоретичні положення про фізичне виховання дошкільників як про цілісний, багатокomпонентний процес управління розвитком дитини (Є.А. Аркін, І.А. Аршавський, В.В. Гориневський, Т.І. Осокіна), теорія впровадження НІТ в сферу освіти (Б.С. Гершунський, Є.І. Машбиц, В.Ф. Шолохович).

Для перевірки гіпотези та вирішення поставлених завдань було використано комплекс методів дослідження: теоретичний аналіз філософської та психолого-педагогічної літератури, діагностичні методи: анкетування, тестування, інтерв'ювання; експериментальні: констатувальний, формувальний, контрольний експерименти; аналіз результатів діяльності вивчення і узагальнення роботи педагогів; медико-біологічні методи: пульсометрія, вимірювання життєвої об'єм легень (ЖОЛ) і дихальної аритмії серця (ДАС); статистична обробка отриманих результатів.

Етапи дослідження. Педагогічне дослідження проводилося з 1999 по 2003 роки і представляло собою поетапний процес.

Перший етап дослідження (вересень-грудень 2019р.) вивчалися різні аспекти здорового способу життя та використання НІТ, включав обґрунтування теми дослідження, основних цілей і конкретних завдань досліджень роботи кваліфікаційної роботи; теоретичний аналіз філософської, психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження з метою визначення методологічної та теоретичної бази дослідження; розробку стратегічного плану дослідження. Крім того, визначені діагностичні показники для виявлення стартового рівня сформованості здорового способу життя у старших дошкільників і на їх основі створені

комп'ютерні тестові завдання; проведено констатувальний експеримент, проаналізовані його результати.

Другий етап дослідження (січень-травень 2020р.) присвячений впровадження НІТ з формування здорового способу життя у старших дошкільників.

Третій етап дослідження (червень-грудень 2020р.), полягав у проведенні контрольного педагогічного експерименту, аналізу отриманих результатів, що включає оцінку результативності використання НІТ в процесі фізичного виховання старших дошкільників, оформленні кваліфікаційної роботи.

Організаційною базою дослідження служили ЗДО №108 м. Маріуполя.

В експерименті брали участь 50 дітей старшого дошкільного віку, 20 батьків та 5 педагогів ЗДО.

Теоретична значимість дослідження полягає у визначенні теоретичних основ використання НІТ в процесі фізичного виховання старших дошкільників. Сформульовано теоретичні положення, які складають основу проектування процесу формування здорового способу життя у старших дошкільників з використанням НІТ.

Практична значимість дослідження полягає у впровадженні НІТ в процес формування здорового способу життя у старших дошкільників. Виявлено можливості індивідуально-діференційованого підходу до реалізації освітньої програми з фізичного виховання і методика збереження і зміцнення здоров'я дітей.

Структура кваліфікаційної роботи складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВПРОВАДЖЕННЯ НОВИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1.1. Огляд наукових досліджень і розробок використання нових інформаційних технологій в освіті

Слово «інформація» увійшло в постійне вживання не так давно, в середині двадцятого століття. Сьогодні наповнення цього терміну отримало набагато глибший сенс оскільки виявилася необхідність усвідомленої організації процесів руху і обробки того, що має загальну назву «Інформація». Тим часом саме поняття «Інформації» багато в чому залишається інтуїтивним і отримує різні смислові наповнення в різних галузях людської діяльності.

Оскільки через багатозначності поняття «інформація», дуже важко дати йому чітке визначення, розглядають, зазвичай, чотири різних підходи до даного поняття. У першому «повсякденному» підході, слово інформація застосовується як синонім інтуїтивно зрозумілих слів: зведення, значення, повідомлення, інформування. У другому «кібернетичному» підході поняття інформація широко використовується в системі керуючого сигналу, що передається по лініях зв'язку. У «філософському» понятті інформація тісно пов'язана з такими поняттями як взаємодія, відображення. У «ймовірному» підході під інформацією розуміють не будь-яке повідомлення, а лише те, яке зменшує невизначеність знань про будь-яку подію в отримувача інформації [38].

В історії розвитку цивілізації відбулося кілька інформаційних революцій – перетворень суспільних відносин через кардинальні зміни у сфері обробки, зберігання та передачі інформації. Наслідком подібних перетворень було придбання людським суспільством нової якості.

Перша революція пов'язана з винаходом писемності, що привело до гігантського якісного і кількісного стрибка. З'явилася можливість передачі знань від покоління до поколінь.

Друга (середина XV ст.) викликана винаходом друкарства, яке радикально змінило індустріальне суспільство, культуру, організацію діяльності.

Третя (кінець XIX ст.) зумовлена впровадженням електрики, завдяки якому з'явилися телеграф, телефон, радіо, що дозволяють оперативно передавати інформацію в будь-якому обсязі.

Четверта (70-і рр. XX ст.) пов'язана з винаходом мікропроцесорної технології і появою персонального комп'ютера. На мікропроцесорах і інтегральних схемах створюються комп'ютери, комп'ютерні мережі, системи передачі даних (інформаційні комунікації). Цей період характеризують три фундаментальні інновації:

- 1) перехід від механічних та електричних засобів перетворення інформації до електронних;
- 2) мініатюризація всіх вузлів, пристроїв, приладів, машин;
- 3) створення програмно-керованих пристроїв і процесів.

Для створення більш цілісного уявлення про цей період доцільно познайомитися з наведеною нижче довідкою про зміну поколінь електронно-обчислювальних машин (ЕОМ) і зіставити ці відомості з етапами в області обробки і передачі інформації:

1-е покоління (початок 50-х рр. XX ст.). Елементна база - електронні лампи. ЕОМ відрізнялися великими габаритами, великим споживанням енергії, малою швидкістю, низькою надійністю, програмуванням в кодах.

2-ге покоління (з кінця 50-х рр. XX ст.). Елементна база - напівпровідникові елементи. Покращилися в порівнянні з ЕОМ попереднього покоління всі технічні характеристики. Для програмування використовуються алгоритмічні мови.

3-є покоління (початок 60-х рр. ХХ ст.). Елементна база - інтегральні схеми, багатошаровий друкований монтаж. Різке зниження габаритів ЕОМ, підвищення їх надійності, збільшення продуктивності. Доступ з віддалених терміналів.

4-є покоління (з середини 70-х рр. ХХ ст.). Елементна база - мікропроцесори, великі інтегральні схеми. Покращилися технічні характеристики. Масовий випуск персональних комп'ютерів. Напрямки розвитку: потужні багатопроцесорні обчислювальні системи з високою продуктивністю, створення дешевих мікроЕОМ.

5-є покоління (з середини 80-х рр. ХХ ст.). Почалася розробка інтелектуальних комп'ютерів. Впровадження в усі сфери комп'ютерних мереж і їх об'єднання, використання обробки даних, повсюдне застосування комп'ютерних інформаційних технологій.

З 80-х років минулого століття в зв'язку з появою відносно недорогих персональних комп'ютерів (ПК) і розвиненого програмного забезпечення почався процес впровадження ПК в сферу освіти, причому спочатку комп'ютери з'явилися у закладах вищої освіти, а в 1980-1985 потім діяла програма «Діти і масова культура». В результаті анкетування, проведеного в її рамках, показано, що в отриманні знань визначальне значення мають ігри, в тому числі й комп'ютерні.

Через відсутність в США єдиної державної програми комп'ютеризації освіти існує цілий ряд моделей навчання дітей вдома і в школі, в тому числі в молодших класах і дитячих садах, орієнтованих на застосування комп'ютерів.

Широко використовуються персональний комп'ютер в початковій освіті країн Південно-східної Азії (Японія, Південна Корея, Сінгапур і ін.). У країнах цього регіону використовуються в основному ІВМ - сумісні комп'ютери, причому в Кореї і Японії з'явилися дитячі комп'ютери в

спеціально спроектованому для малюків корпусі круглої форми з нестандартною клавіатурою.

Великого поширення ПК отримують і у вітчизняній освіті. Однак еволюція використання НІТ в освітній діяльності тільки починається.

Нагадаємо стадії, пройдені нашою освітою: підготовка вчителів і введення загальноосвітньої інформатики в усі середні заклади освіти; вихід періодичного методичного журналу «Інформатика та освіта»; масовий випуск вітчизняних ПК «Електроніка»: «ДВК», «БК», «УКНЦ», а також «АГАТ», «Корвет» та ін.; проведення конкурсу підручників з комп'ютерною підтримкою інструментальних інформаційних технологій (текстовий і графічний редактори, електронні таблиці і системи управління базами даних (СКБД)), а також навчальних і тестувальних програм; створюється перша Рада із захисту кандидатських дисертацій з теорії та методики викладання інформатики тощо.

Під новими інформаційними технологіями розуміються методи підготовки, передачі і зберігання інформації, засобом здійснення яких є комп'ютер. В даний час можна виділити кілька основних напрямків застосування нових інформаційних технологій в навчанні і управлінні освітою:

- використання апаратних і програмних засобів інформаційних технологій як дидактичний засіб навчання для підвищення наочності, при викладі навчального матеріалу, моделювання різних об'єктів і процесів, систематизації і логічного упорядкування навчального матеріалу, тренажера, контролю засвоєння знань;

- реалізація різних форм навчання: індивідуальної, колективної, самостійної і дистанційного навчання;

- автоматизація навчання із застосуванням сучасних автоматизованих навчальних систем (АОС);

- розробка комп'ютерних навчальних курсів і програмно-методичних комплексів (ПМК) з різних предметів;
- застосування засобів інформаційних технологій в психолого-педагогічних дослідженнях.

Проведений нами аналіз публікацій в навчальній та методичній літературі, дозволяє систематизувати використання інформаційних технологій в освітній галузі «Фізична культура і спорт». Цими напрямками є: навчальний процес, спортивне тренування, оздоровча і адаптивна фізична культура та ін.

Розглянемо два цікавих для нас напрямки – освітній процес і оздоровчу фізичну культуру. Коротко охарактеризуємо розробки кожного з цих напрямків.

Освітній процес. В даний час в практиці фізичного виховання широке застосування знаходить впровадження комп'ютерних технологій, спрямованих на організацію, як навчального процесу, так і самостійних занять. Метою цих технологій є: підвищення ефективності навчальних занять, оптимізація навчального процесу, індивідуалізація фізичних навантажень.

Інтегральна педагогічна оцінка дозволяє здійснити диференціацію навчального потоку на рухливі (функціональні) групи. Сформовані групи орієнтуються на адекватну програму занять. Крім того, на основі тестування формується банк інформації за результатами оперативного педагогічного контролю.

Оволодіння методикою самостійного виконання тестування дозволить прищепити навички самоконтролю і підвищить у них інтерес до ходу і результатів процесу фізичного виховання.

Прикладом оптимізації навчального процесу з фізичного виховання здійснюваними за допомогою НІТ, можуть служити програми, що дозволяють навчати предмету «фізичне виховання», планувати і

контролювати фізичну підготовленість, загальну рухову активність, а також психофізичний стан тих, хто займається. Одна з публікацій цього напрямку висвітлює питання методології формування інформаційного простору в процесі фізичного виховання.

Широке поширення комп'ютерної техніки в останні роки сприяє впровадження навчальних систем з використанням віртуальних реальностей, що дозволяє створювати ефективні технології тренування спортсменів в різних видах спорту.

При цьому з'ясування (сприйняття, осмислення, фіксація) артикульованих частини ЗУН, представленої у вигляді інформації, здійснюється за допомогою автоматизованих дидактичних засобів декларативного типу, що реалізують переважно репродуктивні методи навчання. Оволодіння не артикульованою частиною ЗУН (формування і розвиток різних форм особистісного досвіду) відбувається за підтримки комп'ютерних систем процедурного типу, що використовують математичні моделі досліджуваних об'єктів або процесів і реалізують продуктивно-пошукові методи пізнавальної діяльності, засновані на вирішенні поставлених завдань.

До складу типового комплексу методичних і програмно-інформаційних засобів системи КАДІС з навчальної дисципліни можуть входити: навчальні посібники (в друкованому або комп'ютерному вигляді), диски для першого знайомства з навчальним матеріалом; електронні мультимедійні підручники для осмислення, закріплення та контролю знань; тренажери і автоматизовані лабораторні практикуми для розвитку практичних умінь; пакети прикладних програм для діагностики, навчальних і наукових досліджень об'єктів або процесів.

Інформаційні технології навчання часто мають більш високу дидактичну ефективність в порівнянні з традиційними методами та засобами підтримки навчання. При цьому високий рівень інтересу учнів

обумовлений спочатку технологічною стороною використовуваних електронних засобів, сприяє в подальшому зростанню інтересу до змісту теоретичних і методичних аспектів фізичної культури [21].

Для підвищення ефективності сприйняття навчального матеріалу, пов'язаного з руховою діяльністю, виключно важливі в електронних засобах підтримки навчання мультимедійні форми подання інформації, що поєднують навчальні тексти з графічними, анімаційними, відео-, аудіо ілюстраціями.

Оздоровча фізична культура. Одними з перших систематизацію комп'ютерних програм (КП) з фізичної культури, спрямованих на оздоровлення, провели В.В. Зайцева і В.Д. Сонькін. Ними розроблена структура тренувальної комп'ютерної програми і як приклад представлена КП «персональний тренер», одна з найважливіших завдань якої - оцінка адаптаційного потенціалу серцево-судинної системи з наданням паспорта здоров'я.

Програми цього напрямку можна розділити на діагностичні, діагностично-рекомендаційні та керуючі. У першому випадку програма дозволяє фахівцеві швидше поставити діагноз, у другому - поряд з діагнозом користувачеві пропонується певний набір рекомендацій, що відповідають виявленому рівню здоров'я і рухової активності. У третьому випадку комп'ютер здійснює взаємодію з користувачем за принципом зворотного зв'язку: видає завдання, контролює їх виконання, а за результатами нових тестів виробляє відповідні рекомендації. За останнім мова йде про створення системи «Персональний тренер».

Цікавий напрямок з'явився на стику фізіології і психології. Це роботи по так званому біологічно зворотному зв'язку.

Ще в кінці 60-х років минулого століття було встановлено, що лабораторних щурів можна навчити змінювати власну частоту серцевих

скорочень в потрібну експериментатору сторону, якщо винагороджувати тварин тоді, коли у них відбудеться відповідна зміна.

Надалі іншим вченим вдалося подібним чином навчити тварин управляти кров'яним тиском, потовиділенням, шлункової секрецією, моторикою шлунка. Ці експерименти наочно доводять, що функції, які раніше вважалися неконтрольованими довільно, можуть контролюватися свідомо.

Метод навчання тварин таким чином «регулювати» функції свого організму отримав назву «зовнішній зворотній зв'язок» або «біологічний зворотний зв'язок», оскільки піддослідні отримували сигнал, в даному випадку у вигляді позитивного підкріплення умовного рефлексу.

Ця методика майже відразу ж була випробувана на людині і принесла подібні з вищезгаданими результати; тільки для позитивної підтримки використовувалася не їжа (як в дослідах з тваринами), а перетворення одержуваного від досліджуваної функції сигналу в простій для сприйняття людиною вигляд (колір або світло, звук з різними характеристиками) і мотиваційна зацікавленість самого випробуваного.

Таким чином, керуючись видом перетвореного сигналу, випробуваний міг міняти якусь певну функцію свого організму або органу, отримуючи дані про її зміні не від свого тіла, а від приладу.

Останнім часом, з розвитком НІТ, методика застосування БОС отримала новий розвиток: дані про кров'яний тиск, частоту серцевих скорочень перетворюються за допомогою ПК в звуковий або зоровий образ, що і дозволяє людині контролювати свій стан.

З точки зору класичної фізіології - це передача інформації внутрішніх органів нашим традиційним органам почуттів: зору, слуху. При цьому трансляція йде як би за трьома ступенями: один раз - коли нервова енергія внутрішнього процесу перетворюється датчиком в

електричний струм; другий раз - коли струм стає зображенням на екрані дисплея; втретє - коли світло видозмінюється в імпульси зорового нерва.

Технологія БОС дозволяє ефективно проводити оздоровчі заняття для профілактики і лікування багатьох патологічних явищ, використовуючи для цього портативні і стаціонарні прилади різних напрямків і функціональних можливостей.

Прилади БОС можна використовувати для: лікування опорно-рухового апарату (плоскостопість, порушення постави); оволодіння навичками нервово-м'язового розслаблення і прийомами аутогенним тренування; вироблення стійкого навичку діафрагмального типу дихання, оптимізації роботи дихальної та серцево-судинної систем; коригування гостроти зору.

Одним з основних переваг методу БОС є відсутність абсолютних протипоказань. Апаратура БОС реєструє сигнали організму (частоту дихальних циклів, пульсу, ритми головного мозку, біоелектричні сигнали, що виходять від м'язів), не надаючи на людину негативного впливу. У фізичному вихованні метод БОС найбільш успішно зарекомендував себе в процесі навчання рухам, що відбувається успішніше, якщо людина бачить результати скоєних ним дій, якщо до нього надходить інформація про параметрах рухів. Найбільший внесок в теорію управління рухам в спорті зробили В.С. Фарфель та його школа.

Досить ефективно методика БОС використовується для підвищення точності самооцінки рівня і динаміки фізіологічних зрушень в медичній практиці при навчанні прийомам психорегулюючого тренування, релаксації і реабілітації після травм.

За даними дослідження С.Н. Кучкіна, програма позитивних змін на основі використання БОС - методу дозволяє:

- швидко і ефективно оволодіти навичками саморегуляції, успішно застосовувати їх в критичних ситуаціях;

- поліпшити сон, підвищити робочий потенціал, поліпшити концентрацію уваги і пам'ять;
- позбутися від хронічних головних болів і мігрени, інших больових синдромів;
- підвищити результативність інтелектуальної і фізичної діяльності;
- підвищити здатність до навчання, підсилити творчі здібності;
- успішно контролювати коливання настрою і емоційні зриви (депресії, тривогу, страх);
- знизити дози або повністю скасувати ліки при ряді хвороб (гіпертонічна хвороба, бронхіальна астма, головні болі напруги та ін.), що різко підвищує якість життя і знижує ймовірність повторних рецидивів хвороби;
- без ліків успішно лікувати синдром порушення уваги і гіперактивність у дітей і підлітків.

Таким чином, можна констатувати, що в даний час робота по створенню освітніх і здоров'язберігаючих технологій на базі використання комп'ютера ведеться досить успішно. Але ці розробки в основному для системи вищої і середньої освіти, і поки вкрай рідко призначені і доходять до фахівців фізичного виховання, які працюють в закладах дошкільної освіти

1.2. Використання нових інформаційних технологій в дошкільній освіті

Історично педагогіка завжди використовувала в своїй діяльності інформаційні засоби (засоби зберігання, обробки і передачі інформації), та їх вдосконалення підвищувало ефективність навчання. Тому використання комп'ютера як найдосконалішого інформаційного засобу поряд з використанням книги, авторучки, телевізора, калькулятора тощо. Еволюція комп'ютерів і програмного забезпечення призвела до достатньої

простоти їх освоєння для самих непідготовлених користувачів, в тому числі навіть дошкільників.

В умовах інформатизації дошкільної освіти відкриваються нові можливості для розвитку методів і організаційних форм навчання і виховання дітей. І першим кроком в їх реалізації є розробка методу введення НІТ в систему дидактики дитячого саду як засобу збагачення дитячої пізнавальної діяльності та самого педагогічного процесу.

Використання НІТ у дошкільній освіті почалося з середини 80-х років. Почалися перші комплексні міждисциплінарні наукові дослідження. Біля витоків цієї роботи стояли вчені і фахівці. У 90-х роках були розроблені перші комп'ютерні програми для дітей.

НІТ у дошкільній освіті в органічному поєднанні з традиційними засобами виховання входять в життя вже в дошкільному дитинстві, підвищуючи якість виховання, сприяючи розвитку дитини як творчої особистості.

На думку Ю.М. Горвіца, під «новими інформаційними технологіями» для дошкільного рівня освіти слід розуміти комплексне перетворення «середовища існування» дітей, створення нових науково обґрунтованих засобів для розвитку дитини, його активної творчої діяльності, в тому числі спеціальних комп'ютерних програм і сучасних педагогічних методів їх використання [14].

За кордоном для дітей молодшого віку, головним чином молодших школярів, розробляється чимало навчальних програм. В основному це зовні привабливі програми з навчання читання та письма, а також математики. За останні п'ять - сім років ситуація в цій галузі кардинально змінюється. Можливості комп'ютерів, що використовуються в освіті, постійно збільшуються, ціни істотно знижуються. Кількість і якість програм для дітей неухильно зростає [54].

Мета цих розробок за кордоном - застосування НІТ для навчання і розвитку дітей, вміння користуватися інформацією, знайомство з основами програмування, а також комп'ютерна підтримка предметних уроків.

Слід зазначити розроблену канадською фірмою DPL навчальну систему для дітей від 2 до 7,5 років, а також для дітей з різним відхиленням в розвитку. Ця система являє собою методично опрацьовану і забезпечену всіма необхідними матеріалами дидактичну систему, що включає спеціалізовані програмні і апаратні засоби. До складу комп'ютерної системи крім розвинених сервісних функцій входять графічний планшетний пульт (сенсорний планшет), що дозволяє за допомогою особливих дидактичних накладок управляти зображенням на екрані комп'ютера. До складу комплексу входить також принтер. Кожній дидактичній задачі відповідає своя дидактична карта-накладка. На основному полі розташовані картинки для гри, а на полях - допоміжні програми для управління, наприклад принтером. Програмно-педагогічне забезпечення системи направлено на формування в учнів знань про предметні середовища, стратегія навчання, основних інтелектуальних понять і операцій деяких навичок соціалізації, комп'ютерної грамотності та навичок роботи з клавіатурою [25].

На думку фахівців, які вивчали цю систему (В.М. Бондаровська, І.Ю. Никонова), найбільш повно враховані недоліки і переваги взаємодії дітей молодшого віку з комп'ютером.

Останнім часом в дошкільній освіті виділяються наступні напрямки:

1. Зміцнення фізичного та психічного здоров'я підростаючого покоління.
2. Посилення гуманітарної, загальнокультурної спрямованості освіти.

3. Високий рівень забезпечення відповідності результатів навчання вимогам стандартів освіти.

4. Підвищення теоретичного рівня педагогічних кадрів; формування свідомої особистісно активної професійної позиції педагога.

Вирішенню цих завдань, на наш погляд, може сприяти впровадження в дошкільні освітні установи НІТ, в першу чергу персональних комп'ютерів (ПК).

У своїй роботі педагог повинен прагнути до максимально повного використання персонального комп'ютера та інших засобів інформаційних технологій, маючи на увазі різні аспекти їх застосування. Він може успішно використовувати ПК у викладанні свого предмета, не знаючи навіть конкретної мови програмування.

З точки зору І.В. Роберт, для навчання дітей використанню ПК при вивченні свого предмета педагог повинен мати уявлення про устрій комп'ютера (в принципі не вникаючи глибоко в фізичні основи його роботи), включати і вимикати, мати навички роботи з клавіатурою персонального комп'ютера, вибирати програму з бібліотеки програм, використовувати «меню», завантажувати програму в оперативну пам'ять і запускати її, записувати інформацію на магнітний носій, вводити і редагувати текст, будувати різні зображення за допомогою графічного редактора, вирішувати параметричні завдання по готовій програмі, взаємодіяти з комп'ютером в масштабі реального часу. Педагог повинен уміти використовувати наявне сервісне програмне забезпечення (наприклад, звертатися із запитом до бази даних), застосовувати готові пакети прикладних програм, в тому числі і інтегровані пакети програм для вирішення різних завдань [62].

Педагог повинен уміти використовувати автоматизовані навчальні системи (АНС) для проектування педагогічних програмних засобів, організувати різні режими роботи локальної мережі, глибоко розуміти

сенс ланок основного технологічного ланцюжка вирішення завдань (об'єкт - модель - алгоритм - програма - результат) та відносини між ними, використовувати інтегровані системи засобів нових інформаційних технологій для активізації пізнавальної діяльності учнів [61].

З метою поліпшення якості освіти, орієнтуючись на рішення глобальних завдань освіти, суспільство ставить перед собою концептуальну установку активного розвитку інформаційного простору і інформаційних технологій в навчанні з метою надання процесу інформатизації більш відкритого, розвиваючого, гуманітарного характеру.

На думку Ю.М. Горвіца, впровадження ПК в освітній процес закладу дошкільної освіти має певні перспективи:

1. Новий і дуже ефективний інструмент навчання, виховання, діагностики, корекції, розвитку та адаптації.
2. Великі можливості застосування, використання.
3. Новий механізм інтеграційних зв'язків.
4. Портативний і потужний засіб теле- відео- телекомунікації.
5. Можливості віртуальних навчальних систем.
6. Перспективний засіб самоосвіти.
7. Система збору, зберігання, переробки, аналізу навчальної інформації.
8. Засіб соціалізації та адаптації особистості.
9. Знаряддя виробництва і праці.

Результативність комп'ютерного навчання залежить від:

- технології розробки комп'ютерних навчальних програм;
- якості кожної комп'ютерної навчальної програми;
- оптимального поєднання НІТ з методами традиційного навчання.

Таким чином, широке впровадження НІТ в установи закладі дошкільної освіти, це об'єктивна необхідність і цього питання зараз приділяється велика увага.

Зараз, як ніколи раніше, навчання і виховання підростаючого покоління повинні бути орієнтовані на майбутнє. Звичайно, принцип наступності навчання і виховання (їх орієнтування на життя в суспільстві майбутнього) - це загальний принцип для всіх часів. Але сучасні темпи науково-технічного прогресу ні в яке порівняння не йдуть з тими, які були колись і, мабуть, будуть збільшуватися і далі.

1.3. Проблеми та перспектива використання нових інформаційних технологій у фізичному вихованні дошкільників

Слід зазначити, що існують різні точки зору на можливості використання НІТ дітьми дошкільного віку. Згадувані в зарубіжній і вітчизняній літературі негативні впливи комп'ютерів на соціальний і когнітивний розвиток дітей-дошкільників слід розглядати в двох аспектах: «психолого-педагогічному» і «фізіолого-гігієнічному».

Перший аспект відноситься скоріше до програмних засобів та педагогічним методом їх застосування в дидактиці закладу дошкільної освіти. Другий - до використання технічних засобів комп'ютера: системний блок, дисплей, клавіатура та інші пристрої.

Одна з принципових проблем, що стосуються першого аспекту, формулюється так: «чи є комп'ютери засобом, придатним для дітей дошкільного віку і робить істотний вплив (як позитивний, так і негативний) на їх розвиток».

Деякі фахівці стверджують, що використання комп'ютерів дошкільниками веде до дезорієнтації дитини в навколишньому світі, зриву процесів асиміляції в розвитку її мислення і призводить до плутанини в інтелектуальному розвитку; комп'ютер вимагає формального логічного мислення, тоді як маленькі діти покладаються на чуттєве мислення; при роботі з комп'ютером у дітей відбувається розрив між реальністю і фантазією, між бажаним і реальним; що діти за своїм розвитком не готові

до отримання користі з неопосередкованого досвіду роботи з символами і абстрактною інформацією, що передбачено використанням комп'ютера.

Комп'ютери можуть бути перешкодою для отримання необхідного досвіду оперування дітьми реальними об'єктами і подіями і, крім того, обмежують фізичну активність і фізичний розвиток дітей.

У зв'язку з комп'ютеризацією навчання виникло безліч проблем як загальних, так і специфічних, пов'язаних з особливостями взаємодії організму учня і персонального комп'ютера (ПК). Серед них провідна роль належить фізіолого-гігієнічній проблемі, пов'язаної з охороною здоров'я користувачів ПК, профілактикою зниження їх працездатності, з попередженням перевтоми. Ця проблема поступово вирішується, але до сих пір не втрачає своєї актуальності, оскільки вік користувачів ПК неухильно знижується.

Особливо гостро стоїть проблема вивчення впливу роботи за комп'ютером на організм дітей дошкільного віку, проблема дослідження їх стану здоров'я, функціонального стану фізіологічних систем, працездатності, - щоб розробити безпечні для здоров'я дитини умови спілкування з комп'ютером.

Важливість розробки зазначеної проблеми пов'язана, з одного боку, з відсутністю достатньої інформації про вплив ПК на дитячий організм, а з іншого, - з наявними даними про специфіку впливу роботи з ПК на організм дорослих користувачів ПК і школярів.

Є ряд інших негативних чинників, про вплив яких ми задумислюємося набагато рідше. І дарма. Що являє собою дитина 5-6 років?

Зокрема продовжує розвиватися кісткова система, кисть руки ще знаходиться в стадії розвитку. Інтенсивні перетворення зазнає така важлива для навчання функція - довільної уваги, формується нормальна зорова рефракція очей. Акомодаційна система очей дитини вже готова до

зорового навантаження, але різке її наростання небезпечно: перевантаження можуть призвести до «поломок». Ось чому будь-яка робота для дошкільниками, в тому числі і тривалість їхнього спілкування з комп'ютером, суворо нормується.

Ще один важливий фактор - нервово-емоційне напруження. Чи не секрет, що спілкування з комп'ютером, особливо з ігровими програмами, супроводжується сильним нервовим напруженням, оскільки вимагає швидкої реакції у відповідь. Короткочасна концентрація нервових процесів викликає у дитини явне стомлення. Працюючи за комп'ютером, вона відчуває своєрідний емоційний стрес.

Попередити перевтому можна, якщо обмежити тривалість роботи дитини за комп'ютером, проводити гімнастику для очей, правильно облаштувати робоче місце, використовувати тільки якісні програми, що відповідають віку дитини. Це дуже важливо, хоча б тому, що, як показали дослідження (Н.М. Амосов,), занепокоєння, неуважність, втома починають проявлятися вже на 14-й хвилині роботи дитини на комп'ютері, а після 20 хвилин - у 25% дітей були зафіксовані неприємні явища, як з боку центральної нервової системи, так і з боку зорового апарату.

У садку закладі дошкільної освіти можуть використовуватися тільки такі комп'ютерні програми та ігри, які відповідають психолого-педагогічним та санітарно-гігієнічним вимогам: заняття з використанням комп'ютерів для дітей 5 -6 років не повинні проводитися частіше двох разів на тиждень; тривалість безперервної роботи з комп'ютером - не більше 10 хвилин; для зниження стомлюваності під впливом комп'ютерних занять надзвичайно важлива гігієнічно раціональна організація робочого місця за комп'ютером: відповідність меблів зросту дитини, оптимальне освітлення, дотримання електромагнітної безпеки. Комп'ютерна техніка, яка використовується в закладі дошкільної освіти,

обов'язково повинна мати гігієнічний висновок (сертифікат), що підтверджує її безпечність для дітей».

Перелічимо основні гігієнічні вимоги при роботі з ПК:

- ✓ до приміщення;
- ✓ до робочих місць і робочого положення;
- ✓ до повітряного середовища комп'ютерної зали;
- ✓ до освітлення;
- ✓ до технічних параметрів ПК;
- ✓ до фізичних і хімічних факторів внутрішнього середовища приміщення, де розміщуються комп'ютери;
- ✓ до режиму розвиваючих занять з використанням ПК;
- ✓ до програмних педагогічних засобів.

Невиконання цих гігієнічних вимог, навіть одного з них, може принести шкоду здоров'ю дітей.

Концепція впровадження нових інформаційних технологій в дошкільну освіту принципово виключає навчання дітей основам інформатики, складання дітьми алгоритмів і інформаційних моделей, оволодіння складними керуючими структурами.

З точки зору Д.Б. Ельконіна, для дитини дошкільного віку гра - це провідна діяльність, у якій не тільки проявляється, але, перш за все, формується і розвивається особистість дитини. У дошкільників набуття індивідуального досвіду, освоєння знань, умінь відбувається головним чином шляхом самонавчання в процесі гри [11].

Комп'ютер привабливий для дітей, як будь-яка нова іграшка, і саме так вони в більшості випадків дивляться на нього. Тому у дитини практично немає психологічного бар'єру перед цією технікою.

Спілкування дітей дошкільного віку з комп'ютером в ЗДО може починатися з комп'ютерних ігор, ретельно підібраних з урахуванням віку і навчальної спрямованості. Всі використовувані пакети прикладних

програм повинні бути мультимедійними. Більшість ігор може коментуватись відповідними віршами. Комп'ютер повинен нести в собі подібний тип інформації, найбільш близький і зрозумілий дошкільнятам, які поки не вміють читати і писати. Рух, звук, мультиплікація надовго привертають увагу дітей. Малюки отримують емоційний і пізнавальний заряд, викликає у них бажання розглянути, діяти, грати, повернутися до цього заняття знову. Так народжується мотиваційна готовність до входження в комп'ютерний світ, яка в подальшому розвивається.

Завдяки використуванню ігровим програмами заняття повинні мати невимушений характер, викликати бажання домогтися успіху. Більшість програм повинні мати кілька рівнів складності, які можна підбирати в залежності від можливостей дитини. Жодна з програм не повинна нав'язувати дітям темп гри. Дитина сама регулює темп і кількість розв'язуваних ігрових навчальних завдань. Крім того, багато комп'ютерних ігор враховують відповіді дитини при формуванні нових завдань, тим самим, забезпечуючи індивідуальний підхід до навчання. В процесі своєї діяльності за комп'ютером дошкільник набуває впевненість в собі, в тому, що він багато чого може.

Принцип діалогового побудови програм дає можливість дитині відразу оцінити результат своєї дії по відповідній реакції комп'ютера. Комп'ютер дуже «терплячий», ніколи не сварить дитину за помилки, а чекає, поки він сам виправить їх. Це привчає дошкільника до покрокової оцінки та контролю своїх дій. Так у нього формується ділове ставлення до позитивних і негативних результатів. Він не нервує і не сердиться, помиляючись, а намагається знайти нові способи вирішення.

Помилки, як негативний, але проміжний результат, мають своє позитивний початок: вони змушують дитину задуматися, з'ясувати причину невдачі. Виявлення та усвідомлення дитиною причин успіху і

невдач відкриває шлях до вільного пошуку. Формується рефлексія - усвідомлення способів своєї діяльності, принципів дій.

Граючи в комп'ютерні ігри, дитина вчиться планувати, передбачати ланцюг елементарних подій, у нього розвивається здатність до прогнозування результату дій. Дитина починає думати перш, ніж робити. Об'єктивно все це означає початок оволодіння основами теоретичного мислення, що є важливим моментом при підготовці дітей до навчання в школі.

На нашу думку, однією з найважливіших функцій комп'ютерних ігор є навчальна. Комп'ютерні ігри складені так, що дитина може уявити собі не одиничне поняття або конкретну ситуацію, але отримати узагальнене уявлення про всі схожі предмети або ситуації. Таким чином, у неї розвиваються такі важливі операції мислення як узагальнення і класифікація. Граючи на комп'ютері, дитина рано починає розуміти, що предмети на екрані - це не реальні речі, а тільки знаки цихреальних речей. Екранні символи виводять дитину на рівень мови умовних знаків, спонукаючи його до певного узагальнення і співвіднесення знака і предмета або дії. Таким чином, у дітей починає розвиватися знакова функція свідомості, тобто розуміння того, що є кілька рівнів навколишнього нас світу - це і реальні речі, і картинки, схеми, слова або числа тощо.

Сам пристрій комп'ютера відразу ж ставить дошкільника в абсолютно нову психологічну позицію: треба спочатку вирішити, на яку клавішу натиснути, щоб вийшло те, що ти хочеш бачити на екрані комп'ютера. За комп'ютером дитина вперше потрапляє в ситуацію, коли він не може нічого пересунути або приміряти. Екран не підвладний прямого втручання його рук. Дитина, перш ніж маніпулювати образами на екрані, обов'язково проробляє необхідну операцію подумки. І діяти він може тільки опосередковано, оскільки з'єднуються не самі предмети, а їх

екранні позначки, і дитина змушена виконувати задумане безпосередньо. Так, поряд з удосконаленням наочно-дієвого мислення формується наочно-образне мислення дітей.

На думку вчених в процесі занять на комп'ютері поліпшуються пам'ять і увагу дітей. Комп'ютер передає інформацію в привабливій для дитини формі, що не тільки прискорює запам'ятовування, а й робить його осмисленим і довготривалим. Спілкування з ЕОМ викликає у дітей живий інтерес, спочатку як ігрова діяльність, а потім і як навчальна. Цей інтерес лежить в основі формування таких важливих структур, як пізнавальна мотивація, довільні пам'ять і увагу, і саме ці якості забезпечують психологічну готовність дитини до навчання в школі [16].

Ми вважаємо, що заняття дітей на комп'ютері мають велике значення не тільки для розвитку інтелекту, а й для розвитку дрібної моторики. В будь-яких іграх, від найпростіших до складних, дітям необхідно вчитися керувати комп'ютером: натискати пальцями на певні клавіші, вміти поводитися з «мишею». Це розвиває дрібну мускулатуру руки і пальців, координацію рухів і орієнтування на площині, що в подальшому полегшить засвоєння дітьми письма.

На заняттях дітей на комп'ютерах формується найтонша координація рухів очей і руки, це сприяє становленню довільної уваги.

Самі операції управління комп'ютером досить складні і для дорослого, але якщо вони вже сформувалися в дитинстві, то в подальшому можна без труднощів опанувати ще більш складними.

Комп'ютерні ігри вчать дітей долати труднощі, вимагають вміння зосередитися на навчальній задачі, запам'ятати умови, виконати їх правильно. Завдяки комп'ютеру діти вчаться долати труднощі; стає ефективним навчання цілепокладання, планування, контролю та оцінки результатів самостійної діяльності дитини через поєднання ігрових та неігрових моментів. Дитина входить в сюжет ігор, засвоює їх правила,

підпорядковувати їм свої дії, прагнути до досягнення результатів. Так розвивається довільність в поведінці дошкільників. Крім того, практично у всіх іграх є свої герої, яким потрібно допомогти виконати завдання. Таким чином, комп'ютер допомагає розвинути не тільки інтелектуальні здібності дитини, а й виховує вольові якості, такі як самостійність, зібраність, зосередженість, посидючість, цілеспрямованість, а так само долучає дитину до співпереживання, допомоги героям ігор, збагачуючи тим самим його ставлення до навколишнього світу.

Останнім часом ряд дослідників і практиків звертають увагу на підвищення творчого потенціалу тих дітей, які регулярно користуються комп'ютерами в грі і на заняттях. В ході ігрової діяльності дошкільника, збагаченої комп'ютерними засобами, виникають психічні новоутворення (теоретичне мислення, розвинена уява, здатність до прогнозування результату наслідки, проектні якості мислення), які ведуть до різкого підвищення творчих здібностей дітей [52].

Комп'ютер також є засобом для навчання важливим аспектам комунікації, необхідної для спільної діяльності.

Відомо, що однією з основних груп мотивів старших дошкільників є встановлення і підтримання позитивних відносин з дорослими і однолітками (Б.С. Гершунський).

У дітей 5-7 років спостерігається ситуативно-ділова форма спілкування з однолітками. Дошкільники спілкуються, радяться, допомагають один одному, намагаються налагодити ділове співробітництво, узгодити свої дії для досягнення мети, що і складає головний зміст потреби в спілкуванні. Спільні дії дітей сприяють розвитку спілкування між ними, збагачення мови, готують до навчання в школі.

Одночасно з тягою дошкільника до спілкування та спільної діяльності з дорослими у нього з'являється й інша група мотивів -

прагнення житини до самоствердження (Н.Н. Подд'яков). Тому роль дорослого в комп'ютерних заняттях малюків велика. Вона полягає не тільки в наданні дітям свободи, але і в допомозі по освоєнню нового, в оцінці результатів і заохочення успіхів дітей, що дуже важливо для них. Безумовно, при організації занять з дітьми слід завжди брати до уваги зону найближчого розвитку кожної дитини [53].

Відповідно до теорії пізнавального розвитку, висунутою М.М. Подд'яковим, для успішного розгортання гри дітям потрібні як ясні, так і неясні, проблематичні знання. Тільки їх взаємодія дає ґрунт для повноцінного розвитку. І близький дитині дорослий може та повинен допомогти малюку вийти на новий, більш високий рівень узагальнення, надавши дитині варіанти обігравання ситуації або поставивши перед ним несподівані питання, який змінює точку зору на те, що відбувається, в разі, якщо дитина не грає, тому що їй «все ясно» [51].

В «занадто нових» сферах діяльності діти теж як би потрапляють в глухий кут, тому що не знають, що можна з цим робити. Необхідно пам'ятати, що кожне нововведення висуває свої вимоги до дитини, активізує і розвиває ті чи інші структури його психіки. Не слід ускладнювати гру відразу в двох або більше напрямках, оскільки в цьому випадку вона може опинитися несподівано складною для дитини і розвиваючого ефекту мати не буде, тобто вийде за межі зони її найближчого розвитку.

Одне із завдань активізує спілкування дорослого з дитиною - розширити уявлення дітей, збагатити їх ігровий досвід, пробудити творчу ініціативу, при цьому, не нав'язуючи дитині свого рішення, не примушуючи її до продовження гри, не змушуючи досягати запланованого дорослим результату. Гра не може принести користі, якщо дитина відчуває емоційний дискомфорт [53].

І навпаки, дитина буде позитивно відгукуватися на нове розумове навантаження при можливості самостійного вибору. Вона проявить сміливу ініціативу, вільну уяву, буде захоплено насолоджуватися спробою своїх сил, якщо дорослий буде уважний і тактовний у спілкуванні з нею.

Таким чином, проблемні завдання, заохочення дитини при їх правильному вирішенні, як дорослим, так і самим комп'ютером, є стимулом пізнавальної активності дітей.

Комп'ютерні ігри підвищують самооцінку дошкільників. Слід зауважити, що досягнення дітей не залишаються непоміченими ними самими і оточуючими. Діти відчувають більшу впевненість в собі. Боязкі і нетовариські починають активно ділитися своїми враженнями, досягненнями в оволодінні комп'ютерним світом. Вони розповідають, обговорюють сюжети, отримані на екрані комп'ютера.

Змінюються відносини між дітьми і батьками, оскільки дитина може сама показати мамі і татові при слушній нагоді як грати за комп'ютером. Вона виступає в ролі «дорослого» і отримує від цього величезне задоволення. Комп'ютер допомагає оточуючим побачити дітей з нового боку - більш самостійнішими, впевненими в своїх силах і можливостях.

Наукові дослідження з використання розвиваючих і навчальних комп'ютерних ігор показали, що завдяки мультимедійному способу подачі інформації досягаються наступні результати:

- діти легше засвоюють поняття форми, кольору і величини;
- глибше пізнаються поняття числа і множини;
- швидше виникає вміння орієнтуватися на площині і в просторі, в статистиці і русі;
- тренується увага і пам'ять;
- діти раніше опановують читанням і письмом;
- активно поповнюється словниковий запас;

- розвивається дрібна моторика, формується найтонша координація рухів очей і руки;
- розвивається сенсомоторика дітей: зменшується час, як простої реакції, так і реакції вибору;
- виховується цілеспрямованість і зосередженість;
- розвивається уява і творчі здібності;
- розвиваються елементи наочно-образного і теоретичного мислення,
- дозволяють дітям передбачити ситуацію, планувати свої дії і не тільки «виконувати», а й «створювати» [53].

В процесі діяльності дітей за комп'ютером було виділено кілька типів мотивації: інтерес до нового, дослідний мотив (бажання знайти відповідь на незнайомі питання); мотив успішного вирішення пізнавальних завдань.

Використання комп'ютерних ігор розвиває «когнітивну гнучкість», здатність людини знаходити найбільше число принципово різних рішень задачі. Розвиваються також здатності до антиципації, стратегічного планування, наочно-дієві операції мислення (Т.В. Козак). Комп'ютерні ігри дають можливість полегшити процес переходу психічної дії із зовнішнього плану у внутрішній, так що найпростіші дії у внутрішньому плані стають доступні вже для дітей 4-5 років.

Не тільки психологи, а й батьки, і вихователі, які займаються з дітьми на комп'ютері, помітили, що в процесі цих занять покращуються пам'ять та увага дітей. І це закономірно, тому що відповідає законам психічного розвитку дітей. У дослідженнях багатьох психологів - Ж. Піаже, А. Валлон, П.П. Блонського та інших - було відкрито, що у маленьких дітей ще немає бажання запам'ятати, немає так званого довільного запам'ятовування. Дитяча пам'ять мимовільна, діти запам'ятовують тільки яскраві, емоційні для них випадки або деталі, і тут

знову незамінним помічником є комп'ютер, оскільки він робить значимим і яскравим зміст засвоюваного матеріалу, що не тільки прискорює його запам'ятовування, але і робить його більш осмисленим і довготривалим [55].

Як ми бачимо, існують різні думки про доцільність використання комп'ютера в закладах дошкільної освіти. Деякі дослідники стверджують про шкідливий вплив комп'ютера на психічне і фізичне здоров'я дітей. Зокрема говорять про негативний вплив роботи з комп'ютером на зір дітей. На це можна заперечити, що дійсно застарілі монітори, які виробляли років 10 назад, можуть завдати зору дитини великої шкоди, з ними взагалі небезпечно перебувати поруч. Зовсім інша справа, сучасні монітори, які, при розумному дотриманні режиму роботи з ними, практично нешкідливі.

Таким чином, ми вважаємо, що:

- комп'ютер в закладі дошкільної освіти є необхідним елементом розвиваючого предметного середовища;

- комп'ютер може бути використаний в роботі з дітьми старшого дошкільного віку при безумовному дотриманні фізіолого-гігієнічних, ергономічних, психолого-педагогічних обмежувальних норм й рекомендацій;

- рекомендується застосовувати комп'ютерні ігрові розвиваючі та навчальні програми, адекватні психічним і психофізіологічним можливостям дитини;

- необхідно вводити НІТ в систему дидактики ЗДО, тобто прагнути до органічного поєднання традиційних і комп'ютерних засобів розвитку особистості дитини.

Окремого напрямку дослідження має проблема та перспектива використання нових інформаційних технологій в фізичному вихованні дошкільників.

Вчені наполегливо підкреслюють думку про те, що правильна постановка проблеми – запорука успіху наукового пошуку.

На нашу думку, головною проблемою використання НІТ у фізичному вихованні дошкільників є те, що, незважаючи на очевидні перспективи, це питання недостатньо розроблене. Практично, НІТ не знайшли поки застосування в процесі фізичного виховання дошкільників.

Досвід перших досліджень і практичного впровадження НІТ в дошкільну освіту показав необхідність значного поліпшення загального стану матеріальної бази ЗДО [55].

Існують і інші проблеми впровадження НІТ в установи заклади дошкільної освіти:

- фінансово-економічні;
- відсутність розроблених методів, змісту психолого-педагогічних основ і організаційних форм комп'ютерного навчання дітей дошкільного віку;
- психологічні, на рівні вихователів, обслуговуючого персоналу;
- відсутність фахівців з підбору, налагодження, обслуговування комп'ютерної техніки та сучасного комп'ютерного забезпечення;
- відсутність програмного забезпечення, зокрема педагогічного програмного забезпечення та спеціального, адаптованого для дітей дошкільного віку;
- невідповідність дітей до роботи з комп'ютером;
- відсутність довгострокової перспективної програми впровадження НІТ в ЗДО.

В даний час в закладах дошкільної освіти комп'ютер, якщо він є, використовуються в основному в якості друкарської машинки.

Ми вважаємо, що слід звернути увагу на комп'ютерну підготовку майбутніх фахівців дошкільної освіти, починаючи зі студентства.

Великі перспективи ми бачимо у впровадженні комп'ютерних технологій в процес фізичного виховання дошкільників.

Фізичне виховання - навчання рухам і виховання фізичних якостей. Мета - зміцнення здоров'я та правильного фізичного розвитку, розвитку особистих якостей: мужності, сміливості, рішучості, ініціативності, винахідливості, сили волі, організованості, свідомої дисципліни тощо. Показниками фізичної вихованості можуть служити: розвиток рухових умінь, фізичний розвиток в цілому, систематичні заняття фізичними вправами, іграми, спортом, туризмом, дотриманням особистої гігієни, виконання моральних і медичних приписів, дотримання вимог здорового способу життя.

На сучасному етапі розвитку науки та техніки в умовах прискорення науково-технічного прогресу одним з перспективних напрямків, що підвищують ефективність навчання, може бути використання НІТ у фізичному вихованні дошкільників.

Незважаючи на певні труднощі, пов'язані з організаційними, матеріально-технічними, науково-методичними аспектами розробки і впровадження НІТ в фізичну культуру, вони викликають певний інтерес у ряду фахівців в галузі фізичного виховання, оскільки дозволяють якісно змінити зміст, методи і організаційні форми навчання [23].

Уже зараз окреслюються основні перспективні напрями використання НІТ у професійній діяльності фахівців з фізичної культури ЗДО. До них можна віднести:

- створення і використання програм контролю і самоконтролю знань

з

різних розділів фізичної культури;

- навчальні мультимедійні системи;

- створення і використання баз даних;

- автоматизовані методи психодіагностики;

- автоматизовані методи функціональної діагностики;
- автоматизовані методи корекції патологічних станів.

Як ми вже говорили вище, заняття з комп'ютером мають велике значення не тільки для розвитку інтелекту дітей, а й для розвитку їх дрібної моторики, точніше, для формування моторної координації та координації спільної діяльності зорового і моторного аналізаторів.

Характерною особливістю дітей 5-7 років є те, що у них добре розвинені великі м'язи тулуба і спини, в той час як дрібна моторика рук розвинена слабо. Хоча за даними І.А. Арямова, Г.П. Юрко, в 5-7 років прискорюється розвиток дрібних м'язів верхніх кінцівок робота дитини з клавіатурою персонального комп'ютера і «мишкою», зачіпає дрібні м'язи рук, тим самим, стимулюючи їх розвиток [35].

Відомо також, що сенсорне представництво дрібних м'язів в корі головного мозку значно більше, ніж великих м'язів (Н.А. Бернштейн), що ще раз підтверджує доцільність використання даних рухових дій в системі фізичного виховання і розвитку старших дошкільників.

Багато батьків дошкільників скаржаться на незграбність своїх дітей, на те, що вони насилу повторюють складні фізкультурні вправи. Деякі діти навіть до шести років погано сприймають такі поняття, як право і ліво. Такі недоліки не свідчать про розумову відсталість або затримку розвитку, а й сподіватися, що вони пройдуть самі собою теж не слід.

Чому ж саме комп'ютер легко і швидко може допомогти в подоланні такого складного дефекту, для якого навіть досвідченим психологам іноді потрібно кілька місяців. У будь-яких іграх, від найпростіших до складних, дітям необхідно вчитися натискати пальцями на певні клавіші, що розвиває дрібну мускулатуру руки, моторику дітей. Дії рук потрібно поєднувати з видимим дією на екрані. Так, цілком природно, без додаткових спеціальних занять, розвивається необхідна зорово-моторна координація.

Відомо, що основна умова і мета фізичного виховання - збереження і зміцнення здоров'я дітей.

Аналіз стану здоров'я дітей в закладах дошкільної освіти не дає підстав для оптимізму. Падіння рівня життя, погіршення загальнодоступної медичної допомоги, що відзначаються останнім часом, не дають підстави очікувати позитивних зрушень, якщо не будуть прийняті радикальні заходи щодо посилення охорони здоров'я та профілактики захворюваності дітей.

Треба враховувати, що дитина генетично запрограмована на турботу і догляд за нею дорослими. Власної потреби в здоровому способі життя у неї ще немає. Ця потреба повинна бути сформована в процесі активної оздоровчої діяльності дитини, і цей процес повинен створювати дитині задоволення. Слід знаходити і використовувати в практичній діяльності нові методики і технології збереження і зміцнення здоров'я дітей, оскільки застосовуючи в життєвих ситуаціях отримані знання, діти можуть уникнути причин виникнення хвороб.

Висновки до першого розділу

При оцінці сучасного етапу розвитку інформаційних технологій в галузі фізичного виховання, доводиться констатувати, що, незважаючи на велику кількість напрямів їх застосування і публікацій, ці розробки носять приватний характер і не мають широкого поширення в практиці фізичного виховання, особливо дітей дошкільного віку.

Ми вважаємо, що процес інформатизації в закладах дошкільної освіти розвивається повільно. Він гальмується недостатньо оснащеною матеріальною базою, відсутністю мультимедійних матеріалів, що відповідають державним освітнім стандартам дошкільної освіти. Крім того, потребує вдосконалення і розвитку система підготовки та перепідготовки кадрів для роботи в області інформатизації дошкільної освіти. Вітчизняний і зарубіжний досвід застосування розвиваючих і навчальних комп'ютерних програм показує, що існують підходи, які можуть бути з успіхом використані в практиці суспільної дошкільної освіти як комплексного засобу виховання і навчання.

Основна мета занять з використанням технологій НІТ – навчити зростаючу людину самостійно мислити, розвивати фантазію і практично втілювати свої творчі ідеї за допомогою комп'ютера. Дитина, працюючи з комп'ютером, стає дослідником, відкривачем. Це означає, що вона вчиться робити висновки і узагальнювати, виходячи з власного досвіду.

Одна з головних умов впровадження НІТ в освітній процес закладу дошкільної освіти - з дітьми повинен працювати фахівець, який знає технічні можливості комп'ютера, який володіє навичками управління ним, чітко виконує санітарні норми і правила користування комп'ютерів в закладах освіти, добре орієнтується в комп'ютерних програмах, розроблених спеціально для дошкільників, що знає етичні правила їх застосування і володіє методикою залучення дітей до нових технологій.

Крім того, фахівець повинен добре знати вікові анатомо-фізіологічні і психічні особливості маленьких дітей і освітньо-виховну програму в ЗДО.

При реалізації інформаційних технологій слід виключити будь-який примус і придушення бажань дитини. Використання комп'ютера в якості засобу формування здорового способу життя, має підвищити якість виховного процесу в закладах дошкільної освіти.

РОЗДІЛ II. ВПРОВАДЖЕННЯ НОВИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ

2.1. Методологія впровадження автоматизованого навчального курсу для закладу дошкільної освіти

Сьогодні ще немає певного теоретичного і методологічного підходу в області застосування НІТ для навчання та виховання дошкільників. Але зазначається, що НІТ дозволяють дошкільнику активно брати участь в освітньому процесі.

На наш погляд, доцільність комп'ютеризації закладів дошкільної освіти визначається мірою досягнення педагогічної, методичної та економічної ефективності в порівнянні з традиційними формами освітньо-виховної роботи.

Ефективність комп'ютеризації навчання в закладах дошкільної освіти залежить як від якості застосовуваних педагогічних засобів, так і від раціонального і вмілого їх використання в освітньому процесі. Цьому сприяє розвиток дружнього використання інтерфейсу ПК, розширення його мультимедійних можливостей, інтеграція з системами телекомунікацій. Якісне та кількісне розширення рядів користувачів комп'ютера в системі дошкільної освіти актуалізує питання про його роль, місце, значення в освітньому процесі, виправданості та пріоритети використання НІТ як засобу навчання.

При всьому різноманітті думок і поглядів на дану проблему, більшість з них можуть бути віднесені до однієї з двох позицій, які, тим не менш, не є протилежними, оскільки будуються на різних підставах: «абстрактної дидактичної доцільності» і «абстрактної економічної правомірності» (М.П. Кінцевий).

На думку М.П. Кінцевого, абстрактна дидактична цільовідповідність виходить із загальнозначущої дидактичної цінності НІТ та засновується на очевидних перевагах навчального комп'ютера в процесі навчання.

Усвідомлення дидактичних переваг НІТ перед традиційними засобами навчання (при відповідному організаційно-методичному забезпеченні освітнього процесу) спонукає до висновку про безумовну цінність навчального комп'ютера і формує відповідні цим поданням очікування. При цьому ігнорується цілий ряд значущих для дидактичної ефективності параметрів, таких, наприклад, як фактор новизни, який повинен буде вичерпаний в короткий час. Чи не входить в оцінку захопленість і активність викладача, який використовує НІТ і т.п. Головне в такій позиції - ігнорування реальних соціальних умов, в яких знаходиться педагогічна система, будь то система освіти країни в цілому або окремих предметних курс [55].

З точки зору М.П.Кінцевого, абстрактна економічна правомірність ґрунтується на оцінці економічної доцільності використання НІТ в нашій системі освіти. Комп'ютер має загально дидактичні переваги як засіб навчання.

З метою поліпшення якості освіти, орієнтуючись на рішення глобальних завдань освіти, суспільство ставить перед собою концептуальну установку активного розвитку інформаційного простору та інформаційних технологій в навчанні з метою надання процесу інформатизації більш відкритого, розвиваючого, гуманітарного характеру.

На нашу думку, в даний час пріоритетне значення має рішення психолого-педагогічних проблем комп'ютерного навчання, яке безпосередньо пов'язане з розробкою ефективних навчальних програм і методик. Недостатньо висока ефективність комп'ютерного навчання часто пояснюється не стільки навчанням в цілому, скільки недосконалістю використаних комп'ютерних програм і відсутністю методик

комп'ютерного навчання. Вирішувати необхідно не стільки технічні, скільки психолого-педагогічні завдання.

Використання НІТ в ЗДО передбачає перетворення предметно-розвиваючого середовища дитини, створення нових, нАНКово обґрунтованих засобів його розвитку. НІТ використовується в дошкільній освіті з метою вдосконалення методики управління дитячим садом, а також поновлення форм і методів роботи з дітьми. Встановлено, що при відповідному підході багато напрямків, завдання і зміст освітньо-виховної роботи з дітьми можуть бути забезпечені розвиваючими комп'ютерними програмами.

На думку А.О. Кривошеєва, під автоматизованим навчальним курсом розуміється програма, яка підтримує комп'ютерну технологію навчання, де основним засобом навчання є комп'ютер.

За своїми функціональними можливостями комп'ютер уже сьогодні став практично ідеальним засобом навчання, однак, виникає проблема ефективної реалізації цих можливостей в процесі набуття знань, вироблення навичок і умінь. Цією проблемою фахівці в області навчання і освіти займаються з дня появи міні-ЕОМ, а ера персональних комп'ютерів ще більш гостро виявила її актуальність. В процесі навчання важлива не інформаційна технологія сама по собі, а те, наскільки її використання реалізує досягнення поставлених освітніх цілей.

На нашу думку, реалізація комп'ютерної підтримки процесу навчання є процедурою, органічно взаємопов'язаною як з розробкою системи навчання в цілому, так і для розробки кожного навчального курсу. При цьому послідовно вирішуються наступні завдання:

- визначення необхідності застосування комп'ютера;
- визначення ступеня комп'ютеризації освітнього процесу;
- визначення переліку функцій, покладених на комп'ютер;

З точки зору М.П.Шестакова, ефективність інформатизації навчання може бути досягнута, якщо:

- самі технології навчання будуть представлені як системний метод проектування від цілей до результатів навчання;

- інформатизація навчання буде спрямована на всі його компоненти, а не тільки на впровадження;

- навчання буде орієнтоване не тільки на потреби та специфіку змісту навчального предмета, але, перш за все, на розвиток особистості учня.

На підставі принципів психолого-педагогічного проектування ми пропонуємо наступні основні вимоги до АНК для ЗДО:

1. Побудова змісту освітньо-виховної діяльності з урахуванням основних постулатів дошкільної педагогіки, психології т.д.;
2. Стимулювання постійної високої мотивації учнів, яка підкріплюється цілеспрямованістю, активними формами роботи, високою наочністю, своєчасним зворотнім зв'язком;
3. Наявність вхідного контролю: діагностика учня перед початком роботи з метою забезпечення індивідуалізації навчання, а також надання необхідної початкової допомоги
4. Забезпечення систематичного зворотного зв'язку; зворотний зв'язок повинен бути, педагогічно виправданим, він повинен не тільки повідомляти про допущені помилки, а й містити інформацію, достатню для їх усунення;
5. Наявність інтуїтивно зрозумілого дружелюбного інтерфейсу; програма повинна адекватно використовувати всі способи пред'явлення інформації у вигляді тексту, графіки, анімації, гіпертексту, мультимедіа; учень повинен мати можливість гортання інформаційного матеріалу в обох напрямках «вперед-назад»;

6. Гаявність журналу для реєстрації учня, ведення протоколу та моніторингу навчання.

АНК є носієм змісту освіти і засобом навчання і на нашу думку, весь процес створення АНК з формування здорового способу життя у старших дошкільників в ЗДО можна розбити на сім етапів:

1. Розробка основної ідеї, що спирається на основи фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку.

2. Проектування. На цьому етапі розробляється структура АНК, призначений для користувача інтерфейс і функціональні основні зв'язки між окремими блоками і екранами.

3. Дизайн. Розробка стилю оформлення. Вибір композиційного рішення і колірної схеми екранних форм і призначеного для користувача інтерфейсу АНК в цілому з урахуванням контингенту ЗДО.

4. Підготовка освітнього матеріалу до розміщення. У відповідність з розробленим художнім стилем, необхідно підготувати матеріал АНК до розміщення. Відсканувати необхідні фотоматеріали, оцифрувати звук і відео, підготувати анімаційні ролики, і привести у відповідність до розробленої структурою інформаційних блоків весь текстовий матеріал.

5. Наповнення структурних елементів програми. Розміщення підготовленого матеріалу в розроблені шаблони і екранні форми, заповнення системи посилань і організацією зворотного зв'язку з користувачем.

6. Тестування та налагодження. Перевірити вірність роботи кожного посилання, зв'язку (ій) і реакції (і) АНК на будь-які дії користувача.

7. Впровадження в освітній процес. Застосування як додаткового або основного навчально-виховного матеріалу з обов'язковим збором даних рефлексії учнів і навчальних.

Таким чином, АНК повинен:

1) відповідати освітньо-виховній програмі ЗДО та вимогам до навчально-методичного видання.

2) мати обсяг, достатній для розкриття змісту відповідного курсу (або його частини) і досягнення освітньо-виховних цілей;

3) містити ілюстративні елементи, які сприяють досягненню освітньо-виховних цілей (тобто максимально використовувати мультимедійні можливості комп'ютера);

4) бути розроблений з урахуванням специфіки сприйняття матеріалу з екрана монітора.

Вимоги до змісту автоматизованого навчального курсу

Основні вимоги до змісту АНК наведені в Табл. 1.

Таблиця 1.

	Хороший	Задовільний	Незадовільний
Використання інформаційних технологій	Використання інформаційних технологій підвищує інтерес до предмету і відповідає віковій групі, корисно для засвоєння матеріалу і сприяє розвитку творчого мислення	Використання інформаційних технологій підвищує інтерес до предмету і відповідає віковій групі, але не ясно, як поліпшується процес навчання	Використання інформаційних технологій не підвищує інтерес дітей до предмету, не відповідає їх віковій групі і не покращує процес навчання
	Навчання в АВК передбачає	Використання інформаційних	Використання інформаційних

	обов'язкове використання інформаційних технологій	технологій важливо, але не обов'язково для навчання в АНК	технологій для навчання в АНК не передбачається
	У відповідях учнів простежується чіткий зв'язок між використовуваними інформаційними технологіями та результатами навчання	У відповідях учнів простежується частковий зв'язок між інформаційними технологіями і результатами навчання	Відповіді дітей не показують ніякого зв'язку між інформаційними технологіями і процесом навчання
	Широко використовуються можливості комп'ютера для пошуку інформації та спілкування	У АНК обмежено використовуються можливості комп'ютера для пошуку інформації та спілкування	У АНК не використовуються можливості комп'ютера для пошуку інформації та спілкування
Навчання з використанням АНК	АНК допомагає дітям інтерпретувати, оцінювати і систематизувати	АНК спонукає дітей аналізувати і використовувати	АНК вимагає від дітей умінь знаходити, описувати інформацію,

	інформацію	інформацію, вирішувати проблеми	при цьому творчий підхід мінімальний
	Цілі та теми навчання ясно викладені, добре визначені і підтримані концептуальним и основами і питаннями теми навчального курсу	Намічені цілі і теми навчання викладені і підтримані концептуальни ми основами навчального курсу	Намічені цілі і теми навчання розпливчасті і погано підтримані концептуальни ми основами і питаннями навчального курсу

Прикладом такого АНК з виховання навичок здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку може служити програма «Здоровий спосіб життя» для формування здорового способу життя у старших дошкільників, комп'ютерну підготовку різних компонентів АНК (навчальних текстів, контрольних питань, графічних ілюстрацій, анімації, аудіо- та відеокліпів та інших видів освітніх матеріалів) автором було вироблено за допомогою типових програмних засобів загального призначення, що входять до складу операційної системи Windows.

Відмінними рисами цієї програми є її чітка дидактична основа, простота і доступність у використанні, можливість створювати системи підтримки навчання різного рівня – від найпростіших комп'ютерних тестів для контролю знань до багатокomпонентних мультимедійних комплексів, що забезпечують підтримку навчання від першого знайомства з освітнім матеріалом до рішення освітніх завдань винахідницького характеру.

Розроблений авторами АНК «Здоровий спосіб життя» містить систему вправ для засвоєння і закріплення теоретичного матеріалу про здоровий спосіб життя у старших дошкільників за допомогою комп'ютера. Режими роботи АНК: перегляд теорії, тренаж по теорії, контроль, робота зі словником (для вміють читати дітей).

Режим перегляду теорії полягає в «гортанні» інформаційних кадрів (текстових, графічних і відео), що містять короткий виклад теоретичного матеріалу по темі здорового способу життя.

В ході тренаж по теорії діти виконують вправи, призначені для осмислення і запам'ятовування теоретичного матеріалу з основ фізичного виховання і здоровий спосіб життя. Це основний режим роботи з АНК. Після виконання кожної вправи дитина отримує повідомлення про якість його виконання, і йому надається можливість подивитися правильну відповідь і теоретичний матеріал з даного питання. Можливі два види тренаж: повний, коли дитина виконує всі вправи АНК, і вибірковий, коли дитина виконує заданий їм самим кількість вправ, які вибираються з бази даних АНК випадковим чином.

Режим контролю призначений для поточного або підсумкового контролю рівня засвоєння теоретичного матеріалу по темі. Можливі два види контролю: з питань, коли дитина відповідає на задане педагогом кількість питань, які вибираються випадковим чином з бази даних АНК, і за квитками, питання в яких попередньо компонується викладачем з якихось ознаками з бази даних АНК.

Словник термінів і понять дозволяє проводити вибірково перегляд теорії, тренаж і (або) контроль (для вміють читати дітей). Інформація про результати тренажу і контролю автоматично записуються в журнальний файл, що дозволяє проводити моніторинг навчання кожної дитини. Програми управління журналом дозволяють здійснювати сортування інформації за різними ознаками, проводити статистичний аналіз для

виявлення «важкого» і «легкого» освітнього матеріалу. Це дозволяє проводити діагностику і моніторинг знань у старших дошкільників за допомогою комп'ютера.

Робота на комп'ютері з АНК не вимагає спеціальних комп'ютерних знань. Досить лише володіти клавіатурою та «мишкою».

Даний курс призначений для комп'ютерної підтримки процесу освоєння теоретичного розділу навчальної програми з фізичного виховання в закладах дошкільної освіти.

Ми вважаємо, що весь представлений теоретичний матеріал АНК повинен мати практичне спрямування.

Для закріплення теоретичних знань та набуття необхідних практичних навичок і умінь передбачається проведення практичних занять з фізичної культури з вивчених тем.

Знання, отримані на заняттях з комп'ютером, застосовуються дітьми під час занять з фізичної культури, ранкової гімнастики, при проведенні загартовуючих процедур, в самостійній руховій діяльності.

Таким чином, для формування здорового способу життя у старших дошкільників ми пропонуємо використовувати АНК.

2.2. Методика формування здорового способу життя у старших дошкільників засобами комп'ютера в поєднанні з традиційними методами фізичного виховання

Як показує практика, здоров'я дітей дошкільного віку в значній мірі залежить від методи дошкільного виховання, від здорового способу життя.

Дошкільний вік – один з найбільш відповідальних періодів в житті кожної людини. Саме в цьому віковому періоді закладаються основи здоров'я, правильного фізичного розвитку, відбувається становлення рухових здібностей, формується інтерес до фізичної культури і спорту, виховуються особистісні, морально-вольові і поведінкові якості.

Сьогодні переважно в ЗДО випадків можна спостерігати заняття з фізичної культури, домінантно пов'язані тільки з реалізацією рухової активності дітей. Однак вся система фізичного виховання повинна бути спрямована на те, щоб поряд з рішенням рухової активності дітей вирішувати і важливі завдання формування знань дошкільнят в області фізичної культури.

Фізична культура – найважливіша частина культури суспільства – вся сукупність її досягнень в створенні і раціональному використанні спеціальних засобів, методів, умов спрямованого фізичного удосконалення людини.

На нашу думку, фізичну культуру і здоровий спосіб життя слід формувати з самого раннього дитинства, оскільки саме діти в цьому віці найкраще сприймають інформацію, що надходить, глибоко засвоюють її і, таким чином, у них легко утворюються культурні звички і потреби.

Ми вважаємо, що діти старшого дошкільного віку можуть засвоїти необхідні знання про фізичну культуру, розуміти значення фізичних вправ, знати гігієнічні правила занять і вміти їх застосовувати. Засвоєння даних теоретичних відомостей допомагає свідомому ставленню дітей до фізкультурних занять і самостійного використання фізичних вправ.

Для цього треба з дошкільного дитинства цілеспрямовано давати дітям знання про дбайливе ставлення до свого організму, про те, що корисно і шкідливо для здоров'я. Навчити дітей необхідним гігієнічним навичкам, розвивати у них знання про своє тіло, вміння контролювати свій фізичний і психічний стан і вести здоровий спосіб життя.

Кожному віку притаманні свої особливості, тому недостатньо тільки конкретизувати теоретичний матеріал. Необхідно, щоб відомості відповідали рівню пізнавальних можливостей дітей. У зв'язку з цим теоретичні відомості необхідно адаптувати до сприйняття дошкільників, в

цьому може допомогти комп'ютер, який дозволяє в ігровій формі піднести матеріал дітям.

З нашої точки зору, формування здорового способу життя у старших дошкільників має вирішувати такі завдання: ознайомлення з доступними для дітей цього віку теоретичними відомостями з галузі фізичної культури; формування у дітей інтересу до занять фізичними вправами; створення передумов для правильної організації самостійної рухової діяльності дітей; збагачення словника дітей поняттями з області фізичної культури.

Формування здорового способу життя у старших дошкільників може здійснюватися через формування певних навичок, звичок, що сприяє зростанню свідомості, переконаності в необхідності дбайливого ставлення до здоров'я і раціоналізації способу життя.

Таким чином, вихідним моментом формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку може бути ситуація формування нових практичних умінь з поступовим включенням завдань на виявлення об'єктивних підстав способів дії.

Нові практичні вміння, це ті елементарні навички, якими дитина повинна мати на останніх етапах дошкільного навчання: дтримання особистої гігієни, вміння убезпечити себе на заняттях з фізичної культури, самостійно проводити ранкову гімнастику тощо. Але побудувати навчання треба таким чином, щоб з самого початку у дитини виникало завдання теоретичного аналізу, з'ясування об'єктивних підстав, які потребують включення понять. Виходячи з цього, може бути побудований або визначений алгоритм формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку.

Для формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку найважливіше значення мають гігієнічне і фізичне виховання дошкільників, щоденне загартовування, а також усунення

надмірної регламентації окремих компонентів режиму. Це відноситься, перш за все, до організації навчання.

Назріла необхідність пошуку нових форм і методів, що дозволяють підвищити мотивацію дітей до занять фізичними вправами і сформувати у них потребу до фізичного вдосконалення і здорового способу життя.

Ми вважаємо, що одним із засобів формування здорового способу життя у старших дошкільників може бути комп'ютер, який дозволяє активно залучити дітей до процесу пізнання і забезпечує реалізацію індивідуально-орієнтованого підходу до навчання.

Як вже говорилося вище, в якості активного засобу формування здорового способу життя у старших дошкільників нами пропонується комп'ютер. Але комп'ютер сам по собі, це тільки шматок металу, щоб формувати здоровий спосіб життя, необхідні відповідні комп'ютерні програми.

Ми вважаємо, що АНК для формування здорового способу життя необхідно крім освітньої (навчальної) складової передбачити і соціальні особливості дітей старшого дошкільного віку, для яких цей АНК призначається.

Тематичне планування освітнього матеріалу за АНК представлений в Таблиці 2.

Таблиця 2.

Тематичне планування освітнього матеріалу за АНК

№ теми	Найменування розділів і тем	Всього кількість годин	В тому числі практичної та творчої роботи
1.	Розділ І. Знайомство з комп'ютером: <ul style="list-style-type: none"> ✓ комп'ютер і його складові частини; ✓ інструктаж з техніки безпеки; ✓ знайомство з клавіатурою: клавіші управління; ✓ знайомство з пристроєм «миша»; ✓ знайомство з АНК «Здоровий спосіб життя». 	2	1
	Перевірка навичок роботи з комп'ютером	1	1
2.	Розділ ІІ. Анатомія людини: <ul style="list-style-type: none"> ✓ будова тіла людини; ✓ призначення органів; ✓ правильна постава; ✓ правильне положення тіла при ходьбі, бігу, під час сну. 	2	1
3.	Розділ ІІІ. Фізична культура: <ul style="list-style-type: none"> ✓ основне терміни фізичної культури; ✓ уявлення про навколишнє середовище; ✓ принципи побудови правильного режиму дня; ✓ види загартування. 	3	2

4.	Розділ ІУ. Здоровий спосіб життя: ✓ що корисно і що шкідливо для організму; ✓ догляд за своїм тілом; ✓ навички надання першої допомоги.	2	1
	Перевірка знань	1	1
	Всього годин	11	7

У своїй методиці фізичного виховання дошкільників ми робимо спробу узагальнити і розвинути передовий досвід різних авторів (Осокіна Т.І., Юрко Г.П., Леві-Горіневська Є.Г., Казанцевої Т.С., Алямовська В.Г., Змановська Ю.Ф., Аркін Е.А., Амосова М.М., Вавилової Е.Н., Аршавського І.А. та ін.).

Наша методика відрізняється від традиційної тим, що вирішує проблеми фізичного виховання, виховання потреби в здоровому способі життя у дітей дошкільного віку, використовуючи, поряд з традиційними методами фізичного виховання комп'ютер.

Головною метою нашої методики нетрадиційного підходу до фізичного виховання є:

- забезпечення диференційованого та індивідуального підходу до фізичного виховання дітей з різними проблемами стану здоров'я;
- виховання у дітей свідомого ставлення до свого здоров'я, бажання удосконалювати його і вести здоровий спосіб життя;
- максимально використовувати НІТ як засіб підвищення якості освітнього процесу.

Зміст нашої методики структуровано в 3-х розділах: педагогічний, оздоровчий, психологічний.

І розділ – педагогічний. Основною його метою є:

- введення в освітній процес ЗДО широкого набору засобів для формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку, в тому числі і за допомогою комп'ютера;
- якісне поліпшення фізичного розвитку і фізичного стану здоров'я дитини (секційна робота, широке застосування циклічних вправ на відкритому повітрі);
- розробка методик фізичного виховання з урахуванням специфіки ЗДО

Завдання педагогічного розділу:

1. Формування здорового способу життя; рухових умінь і навичок; розвиток рухових здібностей.
2. Розвиток у дітей інтересу і потреби у фізичному вдосконаленні.
3. Забезпечення засвоєння дітьми систематичних знань про свій організм.

Варіанти основних фізкультурних занять:

1. Заняття звичайного типу.
2. Ігрові заняття, побудовані на основі рухливих ігор та естафет.
3. Заняття тренування.
4. Прогулянки, походи.
5. Сюжетно-ігрові заняття.
6. Заняття з комп'ютером, які не повинні зменшити рухову активність дітей протягом дня.

II розділ – оздоровчий. Він забезпечує єдність дій на зростаючий організм медицини і педагогіки. Нетрадиційно представляє методику застосування тривалого бігу і ходьби для збереження і поліпшення здоров'я дітей, застосування нетрадиційних методів оздоровлення за допомогою комп'ютера.

III розділ – психологічний. Він вирішує завдання благополучного соціального стану дитини та її гармонійного розвитку. Зміст даного розділу забезпечує кожній дитині позитивний комфортний емоційний

стан. Це досягається організацією партнерської взаємодії дорослого з дитиною, використання різних психогігієнічних методик (музикотерапії, природотерапії), і середовища, стимулюючої активність дитини.

Принципи застосування психологічних і психопрофілактичних засобів та методів:

- виявлення факторів, що сприяють виникненню і розвитку стресових, невротичних станів у дітей;
- застосування психолого-педагогічних прийомів, спрямованих на купірування і попередження небажаних афективних проявів;
- забезпечення умов для переважання позитивних емоцій в щоденному розпорядку кожної дитини;
- створення сприятливого психологічного клімату в освітньому закладі;
- навчання дітей прийомам м'язового розслаблення – базової умови для психічного і фізичного самовдосконалення.

Всі розділи тісно пов'язані між собою і повинні сприяти головному завданню, збереженню і зміцненню здоров'я дітей в закладі дошкільної освіти.

На формувальному етапі роботи діти експериментальної групи, пройшли курс навчання за програмою, яка передбачала:

- створення у дітей уявлення про правильне дихання;
- навчання дітей методам релаксації;
- прищеплення дітям навичок здорового способу життя.

Відомо, що при освоєнні нових форм діяльності всі діти проходять певні стадії навчання: спочатку не розуміють, чого від них хочуть; потім розуміють, але не виходить; потім виходить все краще і краще.

Звідси впливають спеціальні завдання педагога при роботі за методикою БОС «Подих» з пацієнтами дошкільного віку:

- не втомлювати дитини;

- намагатися займатися в ігровій формі;
- звертати увагу дитини на те, що у нього добре виходить;
- розповідати батькам в присутності дитини про його досягнення.

Для цієї групи дітей було складено план проведення оздоровчої роботи та наведений у Таблиці 3.

Таблиця 3.

План проведення оздоровчої роботи

Етап	Завдання	Прийоми роботи	Заплановані результати
I	Заручитися підтримкою батьків. підготувати обладнання і місце занять	Консультація з лікарем, вироблення вимог до проведення сеансів. бесіда з батьками, складання розкладу	Виявити дітей, що потребують корекції тих чи інших відхилень в здоров'я і приступити до занять
II	Провести необхідну кількість оздоровчих сеансів	Заняття проводяться систематично. Кожен день або через день, всього 10-12 сеансів, 20-30 хв. кожен сеанс	Навчити дітей правильно вести себе під час сеансу
III	Визначити ефективність проведеної роботи	Обробка отриманих результатів лікувально-оздоровчого курсу	Проведений аналіз результатів лікування повинен показати

Велику увагу ми приділяли формуванню у дітей навичок ефективної соціальної адаптації (вміння спілкуватися з однолітками і старшими, вміння долати негативні емоційні стани і т.д.), вихованню у дітей

мотивації здорового способу життя, формування уявлень про власне тіло, розуміння його краси і досконалості, усвідомлення важливості дбайливого ставлення до свого організму.

На початковому етапі формування здорового способу життя, багато що залежить від знань і умінь батьків і педагогів. Дуже важливий особистий приклад педагога, адже діти дуже спостережливі і схильні до наслідування дорослим.

Процес становлення фізичної культури особистості характеризується ставленням до цього явища, тому формування знань про фізичну культуру - це, перш за все, виховання ставлення до неї. Для успіху в навчально-виховному процесі важливе те ставлення, яке ґрунтується на внутрішніх потребах - мотивах і освоєнні знань, умінь і навичок - цінностях.

Формуванню здорового способу життя можна надати активного, керованого характеру в разі, якщо: забезпечена його вихідна діагностика, створюються умови для задоволення мотивів діяльності дітей, реалізація мотивів і цінностей дітей отримує емоційне підкріплення, дитиною усвідомлюється її суб'єктивний стан в освітній діяльності.

На підготовчому етапі експериментальної роботи нами були вироблені показники

- уявлення про навколишнє середовище;
- уявлення про методи збереження і зміцнення свого здоров'я;
- знання основних термінів фізичної культури;
- знання будови свого тіла, призначення внутрішніх органів;
- знання про корисне та шкідливе для організму;
- вміння самостійно проводити ранкову гімнастику;
- вміння переносити теоретичні знання про здоровий спосіб життя в повсякденну діяльність;
- вміння дотримуватися техніки безпеки на заняттях з фізичної культури і в повсякденному житті.

Ці показники відображаються в рівнях сформованості здорового способу життя та представлені в таблиці 4.

Таблиця 4.

Визначення рівня сформованості здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку

Теоретична підготовленість дітей		
<i>Показники сформованості</i>	<i>Критерії</i>	<i>Методи</i>
<ul style="list-style-type: none"> - характер уявлень про здоровий спосіб життя; - ступінь засвоєння основних понять про здоровий спосіб життя; - обсяг і систематичність знань; - здатність до переносу знань, навичок в нові ситуації. 	<ul style="list-style-type: none"> - знання теоретичних основ про здоровий спосіб життя, передбачених програмою з фізичного виховання ЗДО 	<ul style="list-style-type: none"> - аналіз усних відповідей дітей і результати роботи з АНК; - тестування, робота з АНК; - анкети, спостереження
Практична підготовленість дітей		
<ul style="list-style-type: none"> - успішність вирішення практичних завдань; - ступінь оволодіння практичною діяльністю в збереженні і зміцненні свого здоров'я; - швидкість аналізу можливих методів вирішення проблем і вибір 	<ul style="list-style-type: none"> - вміння самостійно проводити ранкову гімнастику; - дотримання особистої гігієни; - дотримання оптимального рухового режиму на прогулянці; 	<ul style="list-style-type: none"> - аналіз застосування отриманих знань про здоровий спосіб життя на заняттях з фізичної культури і самостійної діяльності; - спостереження; - бесіди з дітьми та

оптимального з них; - здатність знаходити оригінальні методи і способи рішень	- кількість днів через хворобу протягом року	вихователями; - аналіз самостійності при роботи з АНК
--	---	--

З метою діагностики ми застосовували як традиційні методи (усні запитання, бесіди з дітьми спрямовані на визначення рівня сформованості), так і методи з використанням комп'ютера (комп'ютерні тестові завдання).

Були розроблені наступні умовні рівні сформованості здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку:

Високий рівень. Діти мають повне уявлення про навколишній світ, вміють відобразити зв'язок між його об'єктами, узагальнювати, диференціювати, порівнювати, використовують раніше отримані знання, правильно вирішують завдання. Також цей рівень характеризується наявністю досить повних, точних, узагальнених і усвідомлених знань про здоровий спосіб життя; умінням самостійно, повно аналізувати життєву ситуацію, виділяти її суттєві ознаки і висувати на цій основі адекватне завдання у своїй діяльності. Діти вміють планувати свою діяльність. Відповіді дітей на питання, пов'язані зі здоровим способом життя, чіткі, ясні, повні, аргументовані.

Середній рівень. Діти мають неповне, але достатнє уявлення про навколишній світ, вміють використовувати знання, які були отримані самостійно, допускають несуттєві помилки і неточності при виконанні завдань на порівняння, аналіз, прогнозування. Діти не можуть при самостійному вирішенні проблемних завдань і нерідко потребують допомоги вихователя, планувати порядок роботи, мотивувати свої судження і дії вони не вміють, хоча і виконують роботу в логічній послідовності, впевнено, самостійно. У ряді дій ними допускаються

неточності, але деякі з дій при цьому виконуються достатньо раціонально. Відповіді на питання, пов'язані зі здоровим способом життя, у таких дітей недостатньо розгорнуті і слабо аргументовані.

Низький рівень. Діти мають неповне уявлення про навколишній світ, не можуть використовувати знання, які були отримані самостійно, потребують постійної допомоги вихователя при вирішенні проблемних завдань, але навіть при наявності допомоги не можуть правильно вирішити їх, зробити висновки, слабо володіють інтелектуальними операціями. Не вміють диференціювати свою діяльність з урахуванням способів дії, не можуть при виборі засобів для вирішення того чи іншого завдання. Відповіді на питання, пов'язані зі здоровим способом життя, у таких дітей нерозгорнуті, слабкі, невпевнені і неаргументовані.

Дані про вихідний рівень здорового способу життя у дітей експериментальної і контрольної груп, а також про ступінь розвитку кожного з виділених критеріїв для всіх компонентів були отримані на першому - констатувальному етапі експерименту.

Таким чином, методика формування здорового способу життя розглядається нами як проекція теорії навчання на площину практичної діяльності навчає і учнів.

Цілеспрямована робота з формування у дітей здорового способу життя, безсумнівно, сприяє ефективності зміцнення і збереження їх здоров'я.

Придбання навичок і звичок здорового способу життя – запорука успішної соціалізації особистості, згладжування негативного впливу мікро- і макросередовища.

Безсумнівно, комп'ютер ніколи не замінить традиційну методику фізичного виховання дошкільників. Комп'ютер – це всього лише один з інструментів, що дозволяє підвищити якість процесу фізичного виховання.

2.3. Експериментальна перевірка ефективності застосування нових інформаційних технологій у фізичному вихованні дошкільників

Аналіз наукової та методичної літератури, вивчення існуючої системи фізичного виховання в ЗДО дозволили визначити структуру організації експериментальної роботи і підібрати найбільш результативні методи, що дозволяють в повному обсязі розкрити суть нашого дослідження. Поставлені завдання вимагали використання комплексу методів наукового пізнання як загальних, так і спеціальних.

В ході дослідження застосовувалися методи:

- емпіричного дослідження: спостереження, порівняння, експеримент;
- емпірично-теоретичного дослідження: абстрагування, аналіз, синтез, моделювання;
- теоретичного дослідження: сходження від абстрактного до конкретного.

Методи аналізу та узагальнення досвіду роботи з фізичного виховання в закладах дошкільної освіти включали в себе опитувальні методи збору інформації:

- анкетування вихователів, батьків з метою виявлення їх особистого досвіду з фізичного виховання дітей та використанню комп'ютера в виховному процесі;
- бесіди з вихователями, методистами, завідувачами дитячих садків, які відображали недоліки, переваги змісту і методів застосування в педагогічному процесі інформаційних технологій;
- тестування дітей старшого дошкільного віку сприяли виявленню інтересів, схильностей, рівню знань про фізичну культуру і здоровий спосіб життя.

Одним з основних методів збору фактичного матеріалу були педагогічні спостереження, діагностика, під час яких фіксувалися зміст,

методи і прийоми формування здорового способу життя у дошкільників за допомогою комп'ютера. Відзначався рівень сформованості здорового способу життя, оцінювався стан здоров'я дітей на різних етапах навчання. Спостереження проводилися на заняттях з фізичної культури та інших формах діяльності дітей протягом дня.

Були вивчені канали, за допомогою яких дитина може отримати інформацію, і збільшити обсяг знань з основ фізичної культури і здорового способу життя (Табл. 5).

Очевидно, що більший відсоток дітей (70%) придбали свій досвід через активні канали, а інші віддавали перевагу пасивним (30%).

Основним завданням третього - заключного етапу нашої кваліфікаційної роботи було впровадження в освітньо-виховний процес дошкільників АНК «Здоровий спосіб життя» в якості нових активних каналів формування здорового способу життя.

Таблиця 5.

Канали набуття знань про фізичну культуру і здоровий спосіб життя дітьми старшого дошкільного віку, в %

№ п/п	Виявлення каналів	% дітей
	Активні:	
1.	на заняттях з фізичної культури	35
2.	від вихователя	15
3.	від батьків	12
4.	самостійне спостереження	8
	Пасивні:	
5.	наслідування	12
6.	телебачення, радіо, соціальні мережі	18

Як вже говорилося вище, заняття дітей старшого дошкільного віку з АНК «Здоровий спосіб життя» проводилися 1-2 рази на тиждень, по 10-15 хв., з дотриманням усіх санітарно-гігієнічних вимог. Діти займалися з комп'ютером відразу ж після закінчення денної прогулянки, перед обідом.

Кожне заняття було розділене на три частини:

1. Вступна. Основним завданням цієї частини заняття було психологічна підготовка дитини до роботи з комп'ютером. Педагог домагався створення у дитини емоційної готовності, бажання думати, аналізувати, винаходити, пізнавати.

2. Основна. Основне завдання - безпосередня робота з АНК, засвоєння необхідної інформації про фізичну культуру і здоровий спосіб життя в процесі освітньої діяльності з використанням комп'ютера.

3. Заключна. Завдання – фізичне і емоційне розвантаження з використанням вправ на релаксацію і комплекси вправ для очей.

В ході педагогічного експерименту досліджувався вплив НІТ на наступні параметри з використанням відповідних методик.

Функціональні можливості

Тест: показники ЖОЛ (стан респіраторних систем).

Методика проведення: вимірювання проводилися за допомогою сухого спірометра за загальноприйнятою методикою. Виміри проводилися тричі. Спірометр утримувався в руках дослідника. Дитині пропонувалося тільки тричі видихнути повітря в прилад. Про величину ЖОЛ судили по максимальному результату однієї зі спроб досліджуваного дитини.

Тест: визначення частоти серцевих скорочень (ЧСС).

Вимірювання показників: частота пульсу (кількість ударів серця в одиницю часу).

Методика проведення: З огляду на складність знаходження пульсу у дітей на зап'ясті, вимірювання ЧСС проводилися накладенням руки дослідника на ліву сторону грудей дитину.

Тест: затримка дихання на вдиху (проба Штанге).

Вимірювання показників: час затримки дихання.

Методика проведення: після 5-7 хвилин відпочинку в положенні сидячи слід зробити повний вдих і видих, потім знову вдих (приблизно 80-90% від максимального) і затримати дихання. Тривалість затримки дихання в більшій мірі залежить від вольових зусиль людини, тому в затримці дихання розрізняють час чистої затримки і вольовий компонент. Початок останнього фіксується за першим скорочення діафрагми (коливання черевної стінки).

На етапі констатувального експерименту дослідженням було охоплено 50 дітей старшого дошкільного віку, 20 батьків та 5 педагогів ЗДО.

Перша частина експериментальної роботи – з формування єдиних установок, педагогічних позицій, вимог ЗДО і сім'ї до формування здорового способу життя з опорою на життєвий досвід дитини. Цьому сприяло проведення батьківських зборів, створення в експериментальних групах куточка для батьків. Особлива увага приділялася індивідуальній роботі з батьками.

Друга частина – була орієнтована на включення методики використання комп'ютера як активного засобу формування здорового способу життя.

Дидактичне навчання включало в себе цикл занять. Індивідуальні заняття з комп'ютером проводилися 1-2 разів на тиждень (10-15 хв). Зміст їх було спрямовано на систематичну, поглиблену роботу з формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку.

На першому етапі навчання (знайомство дітей з комп'ютером і його елементами) було встановлено, що деякі діти експериментальної групи відчують великі труднощі в управлінні цими пристроями. Для того щоб діти швидше навчилися працювати з «мишкою» і клавіатурою, на заняттях

з фізичної культури було запропоновано велику кількість вправ на тонку моторику пальців. Вихователі займалися з дітьми спеціальними вправами в групі і батьки вдома, що дозволило практично всім дітям експериментальної групи в короткий термін освоїти навички роботи з «мишкою» і клавіатурою комп'ютера.

Для розвитку дрібної моторики рук ми використовували різноманітний спортивний інвентар: скакалки, гімнастичні палиці, малі м'ячі, кільця, палички, прапорці, мішечки тощо.

Хороші результати з розвитку дрібної моторики рук показують вправи з малими м'ячами і обтяжені мішечками. Можна використовувати м'ячі, різні за розміром (діаметр 3-8 см), матеріалу (гумові, пластмасові, матерчаті), фактурі (гладкі, ворсисті), структурі (пористі і суцільні). Через м'язове почуття, зорову і тактильну чутливість в процесі дій дитина збагачує свій конкретно-чуттєвий досвід.

У процесі всієї експериментальної роботи нами було приділено велику увагу найважливіших компонентів діяльності навчання – розумовим умінням: вмінню аналізувати, порівнювати, прогнозувати і орієнтуватися.

Поряд із застосуванням НІТ, для формування здорового способу життя, нами широко застосовувалися традиційні методи і засоби фізичного виховання.

Одним із засобів позитивно впливає на динаміку всебічного розвитку дитини, є рухома гра. Гра повинна викликати не тільки позитивний заряд емоційності, розвивати фізичні якості дитини, а також, стимулювати його розумову активність. Для цього слід пропонувати ігри, що містять в собі проблему, задачу, розв'язати яку дитина повинна самостійно. Згодом ігрові завдання рекомендується ускладнювати.

Дані про вихідний рівень сформованості здорового способу життя у дітей експериментальної та контрольної груп, а також про ступінь

розвитку кожного з виділених критеріїв для всіх компонентів були отримані на першому констатувальному етапі експерименту.

Результати аналізу показали, що у більшості дітей початковий рівень сформованості здорового способу життя перебував на необхідному і недостатньому рівні (табл. 6).

Таблиця 6.

Порівняльна таблиця результатів сформованості здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку

Рівні	Кількість дітей			
	Експериментальна група		Контрольна група	
	До	Після	До	Після
Високий	20	60	20	35
Середній	60	30	55	50
Низький	20	10	25	15

Для того щоб визначити причини такого стану, нами були розроблені питання для анкетування вихователів і батьків з проблеми визначення джерел формування уявлень про фізичну культуру і здоровий спосіб життя і умов для фізичного розвитку дітей в ЗДО та домашніх умовах.

В ході нашого дослідження заповнили анкети 35% батьків і 93% вихователів і педагогів.

Головна мета анкетування полягала в тому, що нам було необхідно виявити місце фізичної культури в житті сім'ї.

У відповідності з цією метою ставилися наступні завдання:

- вивчити ставлення батьків до фізичної культури і виховання дітей;
- з'ясувати оцінку батьками здоров'я, фізичного розвитку своєї дитини;

- вивчити основні джерела інформації батьків про фізичну культуру і здоровий спосіб життя;

- визначити причини, що заважають батькам активно займатися фізичним вихованням дітей.

Близько третини батьків (30,7%) вважають стан здоров'я своїх дітей хорошим, більше половини (57,3%) - задовільним і приблизно десята частина (12%) - слабким.

Значна частина батьків визнає позитивний вплив ЗДО на здоров'я (62%) і особливо на фізичний розвиток (87%) дітей.

Відповідаючи на питання анкети, третина батьків (34,3%) повідомили, що їх діти гігієнічні процедури в домашніх умовах виконують «регулярно і охоче», більше половини (54,7%) вважають, що роблять вони це «регулярно, але неохоче (потрібно нагадування)». Десята частина опитаних (11%) визнають нерегулярний характер таких процедур.

Згідно з даними опитування батьків, роблять вдома ранкову зарядку «регулярно і охоче» тільки 9,3% дітей, виконують її «регулярно, але не охоче» - 8%, «нерегулярно» - 42,6%. Більше третини (36,0%) фіззарядкою вдома взагалі не займаються.

Аналізуючи відповіді на запитання анкет, ми провели певну роботу з коригування ситуації, що склалася.

Були проведені відкриті заняття для батьків, індивідуальні бесіди. Був розроблений і впроваджений АНК «Здоровий спосіб життя» щодо формування у дітей здорового способу життя.

Як вже говорилося вище, в своїй роботі ми поряд з традиційними методами формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку застосували в експериментальній групі дітей методику формування здорового способу життя за допомогою комп'ютера. З цією метою ми впровадили АНК «Здоровий спосіб життя».

Діти експериментальної групи займалися з АНК «Здоровий спосіб життя» за розробленою нами методикою: один раз в тиждень по 10-15 хв протягом усього навчального року. Заняття проводилися після денної прогулянки і не за рахунок зменшення рухової активності дітей. Весь курс був розрахований 11 год.

Нами пропонується наступна концепція впровадження інформаційних технологій в освітньо-виховний процес ЗДО:

- використання інформаційних технологій навчання доцільно починати з 5-6 років;

- інформаційні технології в освітньому процесі ЗДО повинні використовуватися тільки тоді, коли вони є більш ефективними, ніж традиційні технології навчання і при дотриманні всіх санітарно-гігієнічних вимог;

- заняття з використанням комп'ютера не повинні проводитися за рахунок зменшення рухової навантаження дітей.

Успішне впровадження інформаційних технологій в освітній процес неможливо без зацікавленості в цьому адміністрації ЗДО і вимагає співпраці з педагогами.

До кінця експериментальної роботи в експериментальній групі відбулися суттєві зміни в розвитку сформованості здорового способу життя. Якщо на початку експерименту відмінність рівнів сформованості здорового способу життя у дітей експериментальної та контрольної групи була мінімальною, то в кінці дослідницької роботи вона стала значущою.

Сформованість здорового способу життя у дітей експериментальної групи суттєво покращилася, тоді, як в контрольній групі цей показник збільшився не так значно. В експериментальній групі достатній рівень, необхідний і недостатній склали 60%, 30 і 10% відповідно. Тоді як у дітей контрольної групи - 35%, 50% і 15%. Для того щоб зберегти і зміцнити

здоров'я дошкільників, ми організували заняття дітей експериментальної групи з тренажером БОС «Подих».

Як свідчать дослідження творців технології БОС «Подих» (А.А. Сметанкін, 1998), для оволодіння навичкою дихання і досягнення лікувально-оздоровчого ефекту достатньо провести з тренажером БОС «Подих» 10-12 занять по 20-30 хвилин кожне. При необхідності, через 34 місяці, заняття можна повторити. В результаті дитина отримує навик правильного дихання на все життя, що, безсумнівно, позитивно впливає на його здоров'я.

Наше дослідження показало, що технологію БОС «Подих» можна застосувати для збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування здорового способу життя в дошкільних освітніх установах.

Ми розробили свою методику застосування тренажера БОС «Подих» в процесі фізичного виховання для формування здорового способу життя у старших дошкільників, яка полягає в адаптації існуючої методики до виховного процесу дошкільного навчального закладу (стор. 77-80).

Про ефективність педагогічного впливу запропонованої методики проведення занять з тренажером БОС «Подих» можна судити з порівняльного аналізу результатів в фізіологічних тестах у дітей, що займалися в контрольній та експериментальній групі, до проведення і після закінчення експерименту.

Початкові фізіологічні показники (ЧСС в спокої, ЖЕЛ, ДАС, проби Штанге і Генчі) у дітей експериментальної та контрольної групи, до початку дослідження, не мали суттєвих відмінностей.

Зниження ЧСС в спокої у дітей експериментальної групи мало стійкий і довготривалий характер. Це можна пояснити тим, що діти експериментальної групи, отримали навички правильного дихання, а оскільки функція дихання тісно пов'язана з серцево-судинною системою, сталася економізація роботи серця.

При більш рідкісному ритмі серцевих скорочень подовжуються періоди розслаблення серця, що покращує коронарний кровотік, полегшуючи живлення серцевого м'яза. Таким чином, при рідкісному ритмі серце працює більш економічно і продуктивно.

Ще більш показові зміни відбулися в первісному і остаточному рівнях значень ДАС (різниця між максимальною величиною пульсу на вдиху і мінімальної на видиху). Якщо на початку експерименту у дітей експериментальної та контрольної групи значення ДАС було приблизно однаково, то після проведення занять у дітей експериментальної групи цей показник став значно вищим.

Зростання ДАС вказує на приведення в баланс гомеостатичних процесів, відновлення і поліпшення функцій дихальної та серцево-судинної систем.

Що стосується показників ЖОЛ, то нами не було виявлено достовірних відмінностей впливу занять на збільшення або зменшення цього показника у дітей експериментальної групи в порівнянні з контрольною групою дітей. З цього можна зробити висновок, що незначне збільшення обсягу ЖОЛ в експериментальній і контрольній групі відбулося в результаті природного росту дітей і традиційних занять з фізичної культури.

Набагато більш виражений вплив надали заняття на поліпшення показників дітей в пробах Штанге (часу затримки дихання на вдиху) і Генчі (часу затримки дихання на видиху). У дітей експериментальної групи результати цих проб виявилися на більш високому рівні, ніж у дітей контрольної групи.

Це свідчить про те, що діти експериментальної групи, набули навичок правильного дихання, що в свою чергу сприяло оптимізації у них дихального процесу і здатності протистояти дискомфорту в умовах гіпоксії.

Дослідження показали, що діти експериментальної групи менше хворіли протягом всього навчального року і пропустили менше днів через хворобу в порівнянні з дітьми контрольної групи.

Після проведення експерименту, в експериментальній групі кількість пропущених днів по ГРВЗ достовірно знизилось тоді, як в контрольній групі кількість пропущених знизилася не так суттєво.

Таким чином, ми встановили, що поліпшення на достовірному рівні відбулося у дітей експериментальної групи по більшій кількості показників в пізнавальному, і в оздоровчому блоці тестів.

Наші дослідження показали, що у дітей контрольної групи результати в фізіологічних тестах також мали позитивну тенденцію до поліпшення, хоча і не таку помітну, як у дітей експериментальної групи. Це можна пояснити природним зростанням і розвитком дітей, а також проведеної нами певної роботи із збереження і розвитку здоров'я дітей, перш за все в процесі традиційного фізичного виховання.

Слід зауважити, що зниження захворюваності дітей, перш за все, сприяло активне застосування в режимі дня дитячого садка загартовуючих та загальнозміцнюючих (вітамінізація, профілактика простудних та інфекційних захворювань) процедур.

Цілий рік діти ЕГ займалися ранковою гімнастикою, оздоровчим бігом і ходьбою на відкритому повітрі. Все це сприяло збереженню і зміцненню здоров'я дітей.

В ході наших досліджень було виявлено переваги використання експериментальної методики перед традиційним підходом в лікуванні, оздоровленні та профілактиці захворювань у дітей дошкільного віку:

- швидка і надійна діагностика функціонального стану організму;
- постійний моніторинг показників пульсу, дихання під час тренінгу;

- вироблення досвіду діафрагмально-релаксаційного дихання з максимальною ДАС із зоровим, звуковим і ігровим зворотнім зв'язком, що забезпечує узгоджену діяльність дихальної і серцево-судинної систем;
- використання цікавих ігрових комп'ютерних сюжетів, що підвищують інтерес у дітей;
- м'яка корекція порушеної функції;
- індивідуальний підхід.

Висновки до другого розділу

Результати педагогічного експерименту підтвердили справедливість гіпотези дослідження і показали ефективність запропонованого методичного підходу застосування інформаційної технології навчання.

Поліпшення показників в експериментальній групі дітей, підвищення рівнів сформованості компонентів, формування усвідомлено активного ставлення до фізичної культури пов'язано з реалізацією педагогічних умов експерименту. Це дозволяє говорити про правомірність висунутої гіпотези нашого дослідження.

Використання комп'ютера і комплексу методичних прийомів на основі ігрового методу організації занять з дошкільниками створило умови для задоволення мотивів діяльності дітей, забезпечило емоційне підкріплення і підвищення рівнів розвитку компонентів мотиваційно-ціннісного ставлення, дозволило дітям усвідомити їх суб'єктивний стан в діяльності із засвоєнням цінностей фізичної культури .

Наші припущення про доцільність застосування НІТ в процесі фізичного виховання дошкільників підтвердилися. Впроваджений АНК «Здоровий спосіб життя», який формує здоровий спосіб життя у дошкільників, дозволив істотно активізувати процес навчання дітей основам фізичного виховання, підвищити якість навчання, що показали результати педагогічного експерименту.

Результати нашого дослідження підтвердили ефективність застосування експериментальної методики для оздоровлення та формування навичок здорового способу життя в закладах дошкільної освіти.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Вивчення літературних джерел та проведення педагогічного експерименту дали нам змогу, з'ясувати, що використання НІТ дошкільнятами не мета, а ефективний засіб виховання і розвитку творчих здібностей дитини, формування його особистості, збагачення інтелектуальної сфери дошкільника, збереження і зміцнення його здоров'я.

Реалізація впровадження НІТ в установи заклади дошкільної освіти потребують суттєвого коригування виховних планів. При цьому потрібно буде враховувати деякі особливості планування освітнього процесу з використанням інформаційних технологій. Пропонується в процесі планування враховувати наступні критерії: безперервність, достатність, послідовність і практичне застосування.

1. Безперервність. Навчання є безперервний процес отримання інформації з навколишнього середовища та її переробки. Порушення безперервності цього процесу веде до того, що інформація не засвоюється повністю або частково, а процес навчання стає неефективним. З огляду на вищесказане, а також необхідність отримання навичок практичної роботи на комп'ютері, вважаємо, що діти повинні займатися на ньому не рідше одного разу в тиждень.

2. Достатність. Якщо інформація надходить дуже малими дозами або інтервали між надходженнями об'єму інформації занадто великі, то, незважаючи на формальну безперервність процесу навчання, він також буде неефективним.

3. Послідовність. Робота з інформацією найбільш ефективна в тому випадку, якщо дотримуватися основного принципу - від простого до складного. Порушення цього принципу призводить до погіршення сприйняття і запам'ятовування інформації, що знижує ефективність освітнього процесу.

4. Практичне вміння. Будь-яка робота повинна приносити користь, мати реальний результат. Результатом навчання має стати застосування отриманих знань і навичок у повсякденному житті.

Успішне впровадження інформаційних технологій в освітній процес неможливо без зацікавленості в цьому адміністрації закладу дошкільної освіти і вимагає співпраці з різними фахівцями - педагогами.

Наше експериментальне дослідження по впровадженню НІТ в процес фізичного виховання закладу дошкільної освіти дозволило встановити, що використання інформаційних технологій навчання сприяє:

- формуванню інтересу до навчання та підвищенню пізнавальної активності дітей;
- цілісної сприйняттю фізичного виховання як системи здорового способу життя;
- поглибленому вивченню деяких питань загальноосвітніх і спеціальних дисциплін та їх інтеграції в фізичному вихованні;
- формуванню рухових умінь (тонка моторика руки);
- оздоровленню дітей та профілактиці різних патологічних станів.

Результати дослідження свідчать про високий виховний потенціал НІТ освітнього призначення, актуальності їх використання в процесі фізичного виховання дошкільників.

Таким чином, використання НІТ в практичній роботі з фізичного виховання, які базуються на врахуванні вікових особливостей дітей старшого дошкільного віку, дозволило підвищити якість процесу фізичного виховання і зробило позитивний вплив на стан здоров'я, а також на формування здорового способу життя, інтересу дітей до систематичних занять фізичними вправами.

Дані, отримані в результаті теоретико-експериментального дослідження проблеми використання НІТ в процесі фізичного виховання дошкільників як засіб формування здорового способу життя та

практичний досвід створення та апробації АНК підтверджують сформульовану в дослідженні гіпотезу, правильність її концептуальних постулатів.

Аналіз ступеня розробленості в педагогічній теорії і практиці проблеми використання НІТ у фізичному вихованні старших дошкільників показав, що проблема використання НІТ у фізичному вихованні дошкільників недостатньо розроблена в педагогічній та методичній літературі, що стало однією з причин відсутності методики формування здорового способу життя у дошкільників засобами комп'ютера.

Удосконалення якості фізичного виховання старших дошкільників забезпечується використанням НІТ в тому числі. Як методики використання АНК «Здоровий спосіб життя» як засобу формування здорового способу життя у старших дошкільників нами виділені: комп'ютер як активний засіб пізнання, поєднання традиційних і комп'ютерних методів навчання в галузі фізичної культури, методичне забезпечення, побудоване на принципах системності, наочності, індивідуальності і включає навчальну програму, дидактичні матеріали (тексти, контрольні питання, графічні ілюстрації, анімація, аудіо- та відеокліпи та ін.).

Педагогічна діагностика сформованості здорового способу життя у старших дошкільників передбачає оцінку за такими показниками: повнота уявлень про навколишній світ, способів збереження і зміцнення здоров'я (повнота пізнання, розуміння, гнучкість, доказовість, оперативність). Сформованість здорового способу життя, практичних умінь і знань у дітей старшого дошкільного віку оцінювалася за трьома рівнями: високий рівень, середній рівень і низький рівень.

Обробка даних і узагальнення результатів дослідно-експериментальної роботи з перевірки використання НІТ в процесі фізичного виховання дошкільників дозволили зробити висновок про те,

що впровадження АНК «Здоровий спосіб життя» сприяє більш якісному формуванню здорового способу життя і зміцненню здоров'я дошкільнят.

Експериментально доведено ефективність розробленої методики застосування комп'ютера в процесі фізичного виховання дошкільників, яка виразилася в досягненні експериментальної групою дітей більш високих результатів при здійсненні поопераційного, підсумкового контролю та придбанні більш якісного рівня сформованості здорового способу життя в порівнянні з дітьми контрольної групи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксьонова О. П. Школа розумного руху : програма фізичного виховання в системі “ДНЗ – ПОЧАТКОВА ШКОЛА” / О. П. Аксьонова. — Запоріжжя : ЗАППО, 2010. — 62 с.
2. Бабюк С. М. Науково-теоретичні основи питання фізичного розвитку та виховання дітей старшого дошкільного віку / С. М. Бабюк // Наукові праці Кам'янець-Подільського державного університету : зб. за підсум. звітної наук, конф. викладачів і аспірантів : в 3-х т. - Кам'янець-Подільський : Інформ.- видав. відділ, 2004 - Т. 3, вип. 3. - С. 228-231.
3. Бабюк С. М. Підготовка педагогічних працівників та батьків до фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у взаємодії дошкільного навчального закладу і сім'ї / С. М. Бабюк // Актуальні проблеми формування здоров'я учнівської та студентської молоді в сучасних навчальних закладах : зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф. - Черкаси : ІІІ Гордієнко Є. І., 2011 - С. 99-100.
4. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / наук. кер. : А. М. Богуш, дійсний член НАПН України, проф, д-р пед. наук; авт. кол-в : А. М. Богуш, Г. В. Беленька, О. Л. Богініч, Н. В. Гавриш, О. П. Долинна, Т. С. Ільченко, О. В. Коваленко, Г. М. Лисенко, М. А. Машовець, О. В. Низковська, Т. В. Панасюк, Т. О. Пироженко , Т. І. Поніманська, О. Д. Сидельникова, А. С. Шевчук, Л. Ю. Якименко. — К., 2012. — Спецвип. журн. “Вихователь методист дошкільного закладу”. — 30 с.
5. Белікова Н. Комп'ютерноігровий комплекс. Конспекти занять з інформатики для дітей підготовчої групи /Н.Белікова // Палітра педагога. – 2002. – № 1. – С. 19 – 22.
6. Беленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини / Ганна Володимирівна Беленька. – К. : Наукова думка, 2006. – 220 с.

7. Биков В. Ю. Теоретико-методологічні засади моделювання навчального середовища сучасних педагогічних систем // Інформаційні технології і засоби навчання: зб. наук. праць / за ред. В.Ю.Бикова, Ю.О.Жука / Інститут засобів навчання АПН України. – К., 2005. – С. 5 – 15.
8. Білецька В. В. Теоретико-методичне обґрунтування тестування фізичної підготовленості молодших школярів у процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... кандидата наук з фіз. вих. і сп. : спеціальність 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. В. Білецька. – К., 2008. – 20 с.
9. Білоброва О. Виховуємо здорову дитину / О. Білоброва // Дитячий садок. – 2012. – № 22. – С. 41.
10. Бойко Ю. В. Пластик-шоу-класик (або з чого починати засвоювати цю технологію у дошкільному навчальному закладі) : Вип. 1 / Ю. В. Бойко. — Вінниця : ТОВ “Нілан-ЛТД”, 2013. — 36 с. : іл.
11. Булгакова Н.Н. Знакомство с компьютером в детском саду // Информатика – 2001.- №18– с. 16-17.
12. Вайнер Е. Н. Валеологічні підходи критерії здоров'я і хвороби / Е. Н. Вайнер // ОБЖ. Основи безпеки життя. – 2008. – № 12. – С. 47-52
13. Васьков Ю. В. Система фізичного виховання. 1–4 класи / Васьков Ю.В. – Х. : Видво «Ранок», 2009. – 224 с. – (Бібліотека вчителя фізичної культури).
14. Вишне夫斯基 В.А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии) / Вишне夫斯基 В.А. – М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2002. – 270 с.
15. Воронова Е.А. Здоровый образ жизни в современной школе : программы, мероприятия, игры / Воронова Е. А. – Ростов н/Д. : Феникс, 2007. – 245 с. – (Сердце отдаю детям).

16. Все для здоров'я і про здоров'я : програма з валеології : конспекти занять // Палітра педагога. – 1997. – № 4. – С. 24-30.
17. Гавриленко О. Навчання дітей дошкільного віку основ комп'ютерної грамотності / О. Гавриленко // Вихователь-методист дошкільного закладу. – 2010. - №1. – С. 37-47.
18. Гавриш Н. Навчально-пізнавальна діяльність: сучасні підходи /Н.Гавриш //Дошкільне виховання. – 2010. - №11. – С. 2 – 5.
19. Гуменна О.А. Фізіологічні характеристики організму дітей молодшого шкільного віку в різних умовах навчання : автореф. дис.... кандидата біол. наук : спеціальність 03.00.13 «Фізіологія людини і тварин» / О. А. Гуменна. – К., 2006. – 20 с.
20. Гуревич Р.С., Кадемія М.Ю. Інформаційно-комунікаційні технології в навчальному процесі та наукових дослідженнях: навчальний посібник для студентів педагогічних ВНЗ і слухачів інститутів післядипломної педагогічної освіти. –Вінниця: ООО «Планер», 2005, - 366с.
21. Денисенко Н. Формування свідомого ставлення до здоров'я / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2008. – № 9. – С. 3.
22. Денисенко Н.Ф. Будьте здорові, діти : програма з валеологічного виховання / Н. Ф. Денисенко, Л. Д. Мельник // Дитячий садок. – 2001. – № 42. – 24 с.
23. Державна національна програма - «Освіта» Україна ХХІ століття. - К.: Райдуга, 1994. -11с.
24. Дитина. Програма виховання і навчання дітей дошкільного віку. – К. : Освіта, 1993. – 270 с.
25. Дичківська І. Інноваційні педагогічні технології. навчальний посібник / К. : Академвидав, 2004.- 352 с.
26. Дмитренко К. А. Працюємо з «особливою» дитиною у «звичайній» школі / К. А. Дмитренко, М. В. Коновалова, О. П. Семиволос. – Харків: видавнича група «Основа», 2018. – 120 с.

27. Дорошенко З. Складові інформаційно-освітнього середовища сучасного дитячого садка / З.Дорошенко // Дитячий садок. – 2011. – № – С. 10-12.
28. Дубогай О.Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів : навч. посібник / Дубогай О. Д. – К. : Оріяни, 2001. – 152 с.
29. Дубровинская Н.В. Психофизиология ребенка : психофизиологические основы детской валеологии : учеб. Пособие [для студ. высш. учеб.заведений] /Дубровинская Н. В., Фарбер Д. А., Безруких М. М. – М. : Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2000. –144 с.
30. Дука Т.М. Забезпечення реалізації оздоровчої функції фізичного виховання дітей дошкільного віку в умовах сучасного ДНЗ. Умань: Уманський держ. пед. ун-т ім. П.Тичини, 2015. [Електронний ресурс] URL: https://dspace.udpu.edu.ua/jspui/bitstream/6789/6149/1/ZABEZPEChENNYa_REALIZACIYi_OZDOROVChOYi_FUNKCIYi_FIZY%60ChNOGO_VY%60XOVANNYa_DITEJ_DOShKIL%60NOGO_VIKU_.pdf(дата звернення: 08.10.2018).
31. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні : теорія та практика : монографія / Мирослав Васильович Дутчак. – К. : Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
32. Єфименко М. М. Адаптивне фізичне виховання та оздоровлення дітей / М. М. Єфименко, М. Д. Мога. Програма розвитку дошкільників з порушеннями опорно-рухового апарату. — Одеса, 2013. — 42 с.
33. Єфименко М. М. Оптимальний руховий режим / М. М. Єфименко // Дошкільне виховання. — 2014. — № 7. — С. 26–30.
34. Єфименко М. М. Фізкультура в дитсадку : час змін / М. М. Єфименко // Дошкільне виховання. — 2013. — № 8. — С. 18–19.

35. Жалдак М. І. Педагогічний потенціал впровадження дистанційних форм навчання // Матеріали науково-методичного семінару «Інформаційні технології в навчальному процесі». – Одеса : Вид. ВМВ, 2009. – С. 6–8.
36. Жалдак М.І. Проблема інформатизації навчального процесу в школі і в вузі /М.І. Жалдак// Сучасна інформаційна технологія в навчальному процесі:Зб. наук. пр. – К. : КДПІ ім. М.П. Драгоманова, 1991. – С. 3–16.
37. Закон України «Про Основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007-2015 роки» // Урядовий кур'єр. -14.02.2007. - №28
38. Замашкіна О. Д. Потенційні можливості розвитку арт-терапії в Україні / О. Д. Замашкіна // Науково-методичний журнал Соціальна робота в Україні: теорія і практика. НПУ ім. М.П.Драгоманова. – № 3-4. – 2016. – С. 52-59.
39. Засоби інформаційно-комунікаційних технологій єдиного інформаційного простору системи освіти України: монографія / [В. В. Лапінський, А. Ю. Пилипчук, М. П. Шишкіна та ін.]; за наук.ред. проф. В. Ю. Бикова – К.: Педагогічна думка, 2010.– 160 с.
40. Использование информационных технологий в дошкольных образовательных учреждениях: Методическое пособие / Сост. М.Н. Солоневичева. – СПб: ГОУ ДПО ЦПКС СПб «Региональный центр оценки качества образования и информационных технологий», 2008. – 88 с.
41. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции : игры, упражнения, техники / О.Н. Истратова – 2-е изд. – Ростов н/Д. : Феникс, 2008. – 349 с. – (Психологический практикум).
42. Інтерактивний комплекс SMART Board у навчальному процесі: навчальний посібник / [Бонч-Бруєвич Г.Ф., Носенко Т.І.]. – К.: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2010. – 108 с.
43. Карташова Л.А., Підготовка вчителів до використання інформаційних технологій у професійній діяльності// Інформаційні

технології і засоби навчання. 2011. - №2 (22). Режим доступу до журналу:

<http://www.journal.iitta.gov.ua>

44. Коваленко Т.Г. Социально-биологические основы физической культуры : монография / Т.Г. Коваленко – Волгоград: Изд-во ВГУ, 2000. – 224 с.

45. Ковальчук Л.В. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання в школі : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата наук з фіз. вих. і сп. : спеціальність 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Л. В. Ковальчук. – Л., 2007. – 20 с.

46. Колесов Д.В. Основы гигиены и санитарии : учеб. пособие / Д. В. Колесов, Р. Д. Маш. – М. : Просвещение, 1989. – 192 с.

47. Колупаєва А. А. Діти з особливими освітніми потребами та організація їх навчання. Видання доповнене та перероблене: наук.-метод. посіб. / А. А. Колупаєва, Л. О. Савчук. – К.: Видавнича група «АТОПОЛ», 2011. – 274 с.

48. Кондратюк С. М. Інтегративний підхід до виховання у молодших школярів здорового способу життя : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 "Загальна педагогіка та історія педагогіки" / Кондратюк С. М. – К., 2003. – 16 с.

49. Кореганова О. І. Комп'ютер у дошкільному закладі // Комп'ютер у школі та сім'ї. – 2000. – № 3. – С. 40.

50. Коробейнікова Л.Г. Особливості фізичного розвитку та формування психофізіологічних функцій у дітей молодшого шкільного віку в умовах різних форм навчання : автореф. дис. ... на здобуття ступеня кандидата біол. наук : спец. 03.00.13 «Фізіологія людини і тварин» / Л. Г. Коробейнікова. – К., 2002. – 19 с.

51. Крамаренко Л. І. Формування інтересу до науково-педагогічних знань у майбутніх учителів початкових класів у педагогічному училищі :

автореф. дис ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Л. І. Крамаренко. – К. : Інститут проблем виховання АПН України, 2005. – 19 с.

52. Крутій К., Маковецька Н. Інноваційна діяльність у сучасному дошкільному навчальному закладі: методичний аспект / К. Крутій, Н. Маковецька // Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка № 13 (272), Ч. III, 2013 126 Дошкільне виховання. – 2005. – № 5. – С. 5 – 7.

53. Круцевич Т.Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей: учеб. пособие / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – К.: ТОВ «Полиграф-Експрес», 2005. – 195 с.

54. Кузьменко В. Виховна психологічна ситуація – засіб розвитку індивідуальності / В. Кузьменко // Дошкільне виховання. – 2007. – № 9. – С. 7–10.

55. Куц А.С. Организационно-методические основы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками, проживающими в условиях повышенной радиоактивности: автореф. дис. ... доктора пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры»/ А. С. Куц. – К. : Нац. ун-т фіз. вих. і спорту України, 1997. – 38 с.

56. Куценко Т. В. Стан властивостей психофізіологічних функцій у дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... кандидата біол. наук : спеціальність 03.00.13 «Фізіологія людини і тварин» / Т. В. Куценко. – К., 2000. – 18 с. 115 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. - Випуск 9

57. Лаврентьєва Г. Комп'ютер навчає, розвиває, розважає: Рекомендації щодо використання електронних засобів в освітньому процесі / Г. Лаврентьєва // Дошкільне виховання. – 2009. - № 10. – С.8 – 10.

58. Логвіненко В.Г. Інтернет як засіб розвитку пізнавальної самостійності студентів// Теорія та методика навчання математики, фізики, інформатики. - Вип.3.- Кривий Ріг: Видавничий відділ НМетАУ.- 2003.- С. 204-207.

59. Лохвицька Л. В. Концептуальні засади проектування розвивального предметного середовища в дошкільних навчальних закладах [Електронний ресурс] / Л. В. Лохвицька. – Режим доступу: http://www.nbuu.gov.ua/PORTAL/Soc_Gum/vkmu/2010_1/Lohvitska.pdf. – Назва з екрана.
60. Лохвицька Л. Про здоров'я треба знати, про здоров'я треба дбати. Валеологічна програма / Л. Лохвицька, Т. Андрющенко // Дошкільне виховання. – 2002. – № 12. – С. 10–12.
61. Лохвицька Л.В. Дошкільникам про основи здоров'я : навч.-метод. посіб. / Л. В. Лохвицька, Т. К. Андрющенко. – Черкаси : Відлунняплюс, 2004. – 208 с.
62. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека / Лубышева Л.И. – М. : ВНИИФК, 2007. – 120 с.
63. Медико-біологічні основи валеології : навч. посібник [для студ. вищих навч. закладів] / Під ред. П. Д. Плахтія. – Кам'янецьПодільський : КПДУ, інформаційно-видав. відділ, 2000. – 408 с.
64. Мисковець О. В. Пізнавальний інтерес як особливий вид інтересів // Наук. вісник ВДУ. Серія "Педагогічні та психологічні науки". – Луцьк : ВДУ, 1998. – № 9. – С. 93–95.
65. Морзе Н.В. Дистанційне навчання і технологія співробітництва // "Інтернет–освіта – наука – 2002", 3-я міжнар. конф. ІОН–2002. Т. 1. – Вінниця:УНІВЕРСУМ–Вінниця, 2002. – С. 138-140.
66. Москаленко Н. В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореф. дис. ... доктора наук з фіз. вих. і спорту : спеціальність 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. В. Москаленко. – К., 2009. – 42 с.
67. Науменко Т. Комп'ютер у роботі з дітьми: основні аспекти використання / Т.Науменко // Дитячий садок. – 2011. – № 3. – 22 – 23.

68. Попович Н. М. Вплив інформаційно-комунікаційних технологій на якість підготовки фахівців у ступеневій педагогічній освіті / Попович Н. М. // Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка (педагогічні науки). – 2009. – № 47. – С. 95–99.
69. Про розроблення програм для дошкільної освіти : лист МОНмолодьспорт №1/9-152 від 28.02.13 року.
70. Розвиток “рухового інтелекту” дітей на заняттях з фізичної культури / за ред. О. П. Аксьонової, Н. Ф. Денисенко, О. І. Миронюк, С. О. Циба. — Запоріжжя : 2009. — 130 с. (з ілюстр.).
71. Садова Н. Можливості Microsoft Office у роботі вихователя-методиста / Н. Садова // Вихователь-методист дошкільного закладу, 2012. - № 1 – С. 19 – 27.
72. Свириденко О. Навчання ХХІ століття: ІКТ-компетентність педагогів / О. Свириденко // Вихователь-методист дошкільного закладу, 2012. - № 1 – С. 7 – 11.
73. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учебное пособие. М.: Народное образование, 1998. -256 с.
74. Смолюк І. Конструювання нових технологій здоров'язбереження школярів / І. Смолюк, В. Смолюк // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць... №. 3 (15), 2011. – С.41-43.
75. Степанова М. Гігієнічні вимоги до комп'ютерних занять для дошкільників / М.Степанова // Вихователь-методист дошкільного закладу. – 2010. – 1. – С. 47 – 56.
76. Стеценко І. Коли потрібен комп'ютер? / І. Стеценко //Дитячий садок. – 2006. – № 41. – С. 2 – 4.
77. Теория и методика обучения информатике: учебник / [М. П. Лапчик, И. Г. Семакин, Е. К. Хеннер, М. И. Рагулина и др.] ; под ред. М. П. Лапчика. – М. : Академия, 2008. – 592 с.

78. Терещенко І. Проблеми інформатизації дошкільної освіти / І.Терещенко // Дитячий садок. – 2011. – № 3. – С. 23 – 25.
79. Тестовий контроль знань студентів у системі Moodle: навчальнометодичний посібник /Д.М. Бодненко, Л.О. Варченко, О.Б. Жильцов / За заг. ред. О.Б. Жильцова. – К.: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка. – 2012. – 112 с.
80. Указ Президента України «Про першочергові завдання щодо впровадження новітніх інформаційних технологій» від 20 жовтня 2005 року, №1497/2005.
81. Указ Президента України N 347/2002 від 17 квітня 2002 року „Про Національну доктрину розвитку освіти”
82. Червинська О. Інформаційні технології – в освітній процес / О.Червинська // Дошкільне виховання. – 2011. – №1. – С.12 – 15.
83. Шакотько В. В. Методика використання ІКТ у початковій школі: навч.- метод. посіб. / Віктор Васильович Шакотько – К. : ТОВ Редакція «Комп’ютер», 2008. – 128 с.
84. Шатунова О.В. Информационные технологии: Учебное пособие / О.В. Шатунова. – Елабуга: Изд-во ЕГПУ, 2007. – 77 с. 2. Додаткова
85. Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого // Збірник наукових праць Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка / за ред. О. В. Гаврилова, В. І. Співака. — Вип. XX у двох частинах. Ч. 2. — Кам’янецьПодільський : Медобори-2006, 2012. — 468 с. — С. 446–455. — (Серія : соціально-педагогічна).
86. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга: Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.

ДОДАТКИ

Основні показники оцінки діяльності дитини при роботі з комп'ютером

Емоційне ставлення дітей до комп'ютерних ігор (до, під час і після закінчення заняття).

Перевага дітьми комп'ютерних програм різних типів:

- навчальних (закритих);
- розвиваючих (творчих, відкритих).

Засвоєння дітьми елементарних навичок управління комп'ютером:

- усвідомленість співвідношення процесів управління зображенням на екрані;
- розуміння символу-предмета;
- розуміння абстрактних символів;
- вміння користуватися курсором, клавішами напряму та іншими клавішами;
- вміння користуватися «мишкою», іншими засобами введення інформації.

Самостійність діяльності дитини:

- грає самостійно;
- з невеликою допомогою педагога;
- тільки разом з педагогом, іншими дітьми.

Рівень творчої спрямованості діяльності дитини:

- виконує завдання за зразком (замовлення, інструкцій);
- виконує завдання за словесною інструкцією;
- варіативної виконання завдання;
- сам приймає рішення і створює нові оригінальні образи.

Усвідомлення дитиною сенсу комп'ютерної гри:

- усвідомлення ігрових цілей: розуміє, приймає, ставить сам;
- вміння зрозуміти і прийняти умови гри.

Успішність виконання, завершення комп'ютерної гри:

- хаотичні спроби і помилки;
- система пробує дій (експериментування);
- усвідомлення способів своїх дій, дій за підказкою педагога.

Ставлення дитини до своїх помилок:

- негативне;
- спокійне, ділове;
- байдуже.

Спілкування дітей (дитину з педагогом, іншими дітьми):

- ініціативне, емоційний;
- ініціативне, ділове.

Координація пальців руки.

Перенесення досвіду, отриманого в процесі комп'ютерних ігор, на інші види діяльності. Природність поведінки, пози. Рухів і мовлення дитини в процесі заняття.

Додаток Б**Вправи для очей**

Ефективна профілактична міра - зорова гімнастика. Її проводять двічі: через 7-8 хвилин від початку роботи дитини на комп'ютері і після її закінчення. Нетривала гімнастика - близько однієї хвилини, проста і доступна кожному.

Наприклад, сидячи за комп'ютером, дитина піднімає очі догори і, представивши бачить там метелика або метелика, стежить за їх польотом з одного кутка кімнати в інший, не повертаючи при цьому голови - рухатися повинні тільки очі!

Є, звичайно, і інші нехитрі правила. Навчіть їм дитини на вибір. Нехай виконує їх самостійно. Користь від цього буде не мала.

1. На рахунок 1-4 закрити очі, не напружуючи очні м'язи, на рахунок 1-6 широко розкрити очі і подивитися вдалину. Повторити 4-5 разів.
2. Подивитися на кінчик носа, на рахунок 1-4, а потім перевести погляд вдалину на рахунок 1-6. Повторити 4-5 разів.
3. Не повертаючи голови, повільно робити кругові рухи очима вгору-вправо-вниз-вліво і у зворотний бік: вгору-вліво-вниз-вправо. Потім подивитися вдалину на рахунок 1-6. Повторити 4-5 разів.
4. Тримаючи голову нерухомо, перевести погляд, зафіксувавши його, на рахунок 1-4 вгору, на рахунок 1-6 прямо; потім аналогічно вниз-прямо, вправо-прямо, вліво-прямо. Виконати рух по діагоналі в одну і іншу сторони, переводячи очі прямо на рахунок 1-6. Повторити 3-4 рази.
5. Не повертаючи голови, закритими очима «подивитися» праворуч на рахунок 1-4 і прямо на рахунок 1-6. Підняти очі вгору на рахунок 1-4, опустити вниз на рахунок 1-4 і перевести погляд прямо на рахунок 1-6. Повторити 4-5 разів.
6. Подивитися на вказівний палець, віддалений від очей на відстані 25-30

см, і на рахунок 1-4 наблизити його до кінчика носа, потім перевести погляд вдалину на рахунок 1-6. Повторити 4-5 разів.