

4. Фетисов В.А. Массовое физическое воспитание и детско-юношеский спорт: проблемы модернизации //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. – № 1. – С. 2-4.

## **ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ НА ОСНОВЕ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

*Завьялова Татьяна Павловна*

*кандидат педагогических наук, профессор*

*Тюменский государственный университет,*

*Институт физической культуры*

*г. Тюмень.*

*Маркова Ирина Александровна*

*Соискатель*

*МДОУ № 5, «Буровичок», г. Нягань ХМАО*

*Аннотация.* Статья содержит материалы по проблеме внедрения современных информационных технологий в различные направления работы по физическому воспитанию в детском саду. Авторы выделили шесть направлений внедрения информационных технологий и дают краткое содержание каждого из направлений.

*Ключевые слова:* информационные технологии, компьютер, дошкольники, физическая культура

*Abstract.* The article contains material on the issue of the introduction of modern information technologies in various areas of physical education in kindergarten. The authors identified six areas of information technology and provide a summary of each of the directions.

*Index terms:* information technologies, computer, preschool children, physical culture.

В последнее время в России происходит бурное развитие современных информационных технологий (СИТ) и внедрение их в образовательный процесс, что накладывает определенный отпечаток на развитие личности современного ребенка и предъявляет дополнительные требования к личности педагога. Информационные технологии все глубже проникают во все сферы жизни человека, в том числе и дошкольное образование. Процесс физического воспитания не стал исключением [1, 2].

Исследованиями установлено, что дошкольный возраст является одним из наиболее ответственных периодов в жизни человека, в котором закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

Тем не менее, анализ многочисленных литературных источников свидетельствует о недостаточной эффективности процесса физического воспитания в дошкольных учреждениях [2]. В связи с этим продолжают оставаться актуальными вопросы совершенствования старых и поиск новых эффективных форм и методов работы физического воспитания, позволяющих сохранить и укрепить здоровье детей дошкольного возраста.

На наш взгляд, большие возможности в организации физкультурно-оздоровительной работы даёт использование современных информационных технологий в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ). Однако, изучение вопросов, касающихся применения СИТ, показывает, что несмотря на их значительные потенциальные возможности в системе дошкольного образования, в частности, в области физической культуры, они еще не нашли должного применения. К причинам такого положения можно отнести ресурсный, методический, организационный и другие факторы.

Но требование времени продолжает диктовать необходимость изменений в организации и содержания обучения дошкольников основам физического воспитания. В рамках публикуемой статьи мы обозначим некоторые направления работы в образовательной области «Физическая культура», по которым, на наш взгляд, можно судить о повышении качества физического воспитания в ДОУ «Буровичок» города Нягани ХМАО на основе использования СИТ.

В процессе физкультурно-оздоровительной работы нами выделены следующие направления применения СИТ:

1. Мониторинг состояния физического здоровья дошкольников.
2. Процесс обучения двигательным действиям.
3. Создание копилки занятий-презентаций по физическому воспитанию.
4. Участие детей в проектной деятельности.
5. Работа с педагогами
6. Работа с родителями

Раскроем краткое содержание работы по указанным направлениям.

#### *1. Мониторинг состояния физического здоровья дошкольников*

Важнейшим направлением физического воспитания является контроль за показателями физического состояния дошкольников. Эффективность контроля зависит от качественной обработки результатов тестирования, их хранения, представления, а на этой основе управления процессом физического воспитания. Именно эти функции выполняет Автоматизированная система «Мониторинг состояния физического здоровья дошкольников», разработанная в Тюменском государственном университете. Сбор информации заносится и обрабатывается компьютерной программой по следующим показателям:

1. Соматическое здоровье детей-дошкольников (группа здоровья, хронические заболевания).

2. Физическое и функциональное развитие (антропометрические данные: рост, вес, окружность грудной клетки, показатели динамометрии – мышечная сила рук, показатели дыхательной системы - жизненная ёмкость лёгких).

3). Состояние физической подготовленности (показатели развития физических качеств по результатам контрольных испытаний).

Благодаря автоматизированной обработке такого объема информации экономится большое количество времени инструктора по физической культуре, дает ему возможность оперативно вносить изменения, дополнения в базу данных о показателях всех составляющих здоровья, облегчает хранение и доступ к данной информации, позволяет выстраивать индивидуальный путь развития каждого ребенка дошкольника. Кроме того, база данных дошкольников ДОУ «Буровичок», накопленная за несколько лет, создала условия для разработки нормативных показателей физической подготовленности детей в возрасте от четырех до семи лет, что также

не может не сказаться на повышении результативности процесса физического воспитания в детском саду.

### *2. Процесс обучения движениям.*

Учитывая возрастные особенности психики дошкольника, а именно: непроизвольное внимание, которое хорошо концентрируется на интересных фактах, а также преобладание зрительного восприятия над слуховым, требует от преподнесения изучаемого материала хорошей наглядности, яркости, четкости, быстроты восприятия. Именно СИТ позволяют решать эти задачи в процессе обучения движениям и развития физических качеств дошкольников. К преимуществам СИТ в процессе физического воспитания следует отнести следующие положительные стороны:

- информация на экране компьютера в игровой форме вызывает у детей огромный интерес;
- несет в себе образный тип информации, понятный дошкольникам;
- движения, звук, мультипликация надолго привлекает внимание ребенка;
- позволяет моделировать такие жизненные ситуации, которые нельзя увидеть в повседневной жизни (полет ракеты, неожиданные и необычные эффекты);
- создаёт благоприятные условия для лучшего взаимопонимания инструктора по физической культуре детей на занятиях.

Таким образом, СИТ, обладающие мультимедийностью, позволяют сделать физкультурное занятие более интересным и динамичным, помогают «погрузить» ребенка в предмет изучения, создать на занятии иллюзию соприсутствия, сопереживания с изучаемым объектом, содействовать становлению объемных и ярких представлений.

Слайды, выведенные на большой экран – прекрасный наглядный материал, который не только оживляет занятие, но и формирует вкус, развивает творческие и интеллектуальные качества личности ребенка. Дошкольников привлекает новизна проведения мультимедийных занятий, они с желанием выполняют задания, проявляют интерес к изучаемому материалу.

С помощью мультимедийных презентаций с детьми разучиваются комплексы ОРУ и зрительных гимнастик, упражнений для снятия мышечного утомления. На экране монитора появляются картинки – символы различных упражнений. Дети любят и упражнения, и мультимедиа.

Выполняемые упражнения сопровождаются движением глаз, что также является полезной двигательной гимнастикой для профилактики нарушений зрения у дошкольников. За счёт высокой динамики эффективно проходит усвоение учебного материала, тренируется память, активно пополняется словарный запас, развивается воображение и творческие способности. Из сказанного следует очевидность высокой эффективности использования в обучении информационно-коммуникационных технологий.

Но отметим, что использование компьютерных заданий не заменяет привычных методов и технологий работы, а является дополнительным, рациональным и удобным источником информации, наглядности, который создаёт положительный эмоциональный настрой, мотивирует и ребёнка, и его наставника; тем самым ускоряет процесс достижения положительных результатов в работе.

### *3. Создание копилки занятий-презентаций по физическому воспитанию*

В процессе накопления материала, выполненного в режиме презентационной графики, появляется возможность накопления дидактического материала. При этом появляется возможность быстрого дополнения и коррекции материала. В настоя-

щее время мы располагаем такими презентациями как «Лесные приключения», «Морское путешествие», «На туристской тропе».

#### *4. Участие детей в проектной деятельности.*

В настоящее время в ДОУ внедрена и активно используется новая форма работы - проектная деятельность. Технология проектирования делает дошкольников активными участниками учебного и воспитательного процессов, становится инструментом саморазвития дошкольников.

Огромную помощь в создании проектов оказывают СИТ. Дошкольники детского сада приняли участие в таких интересных проектах, как «Каждой скакалке своя игра», «Как выбирают настоящих лыжников?». В рамках создаваемого проекта дети использовали интернет-ресурсы, просматривали слайдовые программы: «История возникновения лыж», «Виды лыжного спорта», «Известные лыжники России, ХМАО – Югры, города Нягани».

Таким образом, участвуя в проектах, ребенок привыкает находить выход из трудной ситуации, опыт самостоятельной деятельности, полученный ребенком в дошкольном возрасте, развивает в нем уверенность в своих силах, расширяет объем знаний в области физической культуры и спорта.

#### *5. Работа с педагогами*

Это направление работы, связано с желанием инструктора физической культуры помочь своим коллегам сохранить здоровье, высокий уровень физической и психической трудоспособности в течение дня. С этой целью использовался метод количественной оценки здоровья по методике профессора Ю.Н. Вавилова с соавторами «Проверь себя». Обработка, хранение и динамика показателей физических кондиций педагогов осуществлялись с помощью компьютерной программы.

В рамках данного направления применялись тренинги «Движение ради здоровья», разрабатывались буклеты, памятки с разнообразными рекомендациями по теме «Как я забочусь о своём здоровье».

#### *6. Работа с родителями.*

Важнейшим направлением работы в ДОУ является взаимодействие с родителями. Современные информационные технологии в работе с родителями создают огромный образовательный и воспитательный ресурс. К таким компьютерным разработкам относим:

-создание тематических презентаций для родительских собраний;

-разработка информационных буклетов, памяток - «Как заинтересовать ребёнка занятиями физической культурой?», «Физические упражнения для укрепления осанки», «Одежда для лыжных прогулок».

-разработка тренингов «Берегите свои глаза», «Здоровые спинки».

Отметим, что наличие у детского сада собственного сайта предоставляет родителям возможность оперативного получения информации по всем интересующим их вопросам, а именно, о содержании физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Бесспорно, что в современном образовании компьютер не решает всех проблем, он остается всего лишь многофункциональным техническим средством обучения. Не менее важны и современные педагогические технологии и инновации в процессе обучения, которые позволяют не просто «вложить» в каждого обучаемого некий запас знаний, но, в первую очередь, создать условия для проявления познавательной активности учащихся.

Информационные технологии, в совокупности с правильно подобранными (или спроектированными) технологиями обучения, создают необходимый уровень качества, вариативности, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания.

Таким образом, на основании изложенного можно заключить, что СИТ помогают инструктору по физической культуре повысить мотивацию обучения детей и приводит к целому ряду положительных следствий, а именно:

-обогащает воспитанников знаниями в их образно-понятийной целостности и эмоциональной окрашенности;

-психологически облегчает процесс усвоения материала детьми;

-вызывает живой интерес к занятиям физической культурой;

-расширяет общий кругозор детей;

-помогает повысить уровень использования наглядности на занятии по физической культуре;

-повышает производительность педагогического труда инструктора по физической культуре и детей на занятии.

Из сказанного можно сделать вывод, что СИТ действительно являются средством повышения эффективности физического воспитания в ДОУ, стимулируют и развивают творческие способности детей, обогащают интеллектуальную сферу, способствуют укреплению здоровья детей, что доказано рядом нормативных и ненормативных показателей их здоровья.

### **Литература**

1. Гурьев С.В. Возможности использования компьютера в процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста / С.В.Гурьев // Образование и наука. 2012. №10. С. 112-125.

2. Завьялова Т.П. Информатизация физкультурного образования дошкольников: от проблем к поиску решений / Т.П.Завьялова // Начальная школа плюс до и после.2012. № 10. С. 63-69.

### **УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ**

*Якимова Людмила Александровна, кандидат педагогических наук,*

*Олина Ольга Андреевна, студентка*

*Гуманитарный колледж Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма*

*г.Краснодар*

*Аннотация.* Статья содержит теоретические сведения о правильном питании студенческой молодежи и практические рекомендации по составлению рациона питания в местах общественного питания студентов с учетом их специальности.

*Ключевые слова:* питание, питание студенческой молодежи, места общественного питания.

*Abstract.* This article contains theoretical information about eutrophy of students and practical advice on working out diet at public catering of students according to their specialty.

*Key words:* nutrition, nutrition of students, public catering.