

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Педагогічний факультет
Кафедра теорії та методик дошкільної освіти

Дипломна робота магістра

з теми: **«ТЕХНОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТАРШИХ
ДОШКІЛЬНИКІВ НА ОСНОВІ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ
ДИТЯЧОГО ФІТНЕСУ»**

Виконала: студентка 2 курсу,
групи DO1-M20z,
спеціальності 012 Дошкільна освіта
за освітньо-професійною програмою
Дошкільна освіта
(заочна форма навчання)
Хіміч Анна Анатоліївна

Керівник: **Панчук Н. П.**,
кандидат педагогічних наук,
доцент

Рецензент: **Юрчишин Ю. В.**,
кандидат наук з фізичної культури і спорту,
доцент

Кам'янець-Подільський – 2021 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ У ФІЗКУЛЬТУРНІЙ ОСВІТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	7
1.1. Фізкультурна освіта дошкільників у системі загальної фізкультурної освіти.....	7
1.2. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізкультурній освіті дошкільників.....	20
1.3. Роль сім'ї у фізкультурній освіті дітей дошкільного віку.....	30
1.4. Аналіз компонентів фізкультурної освіченості дітей старшого дошкільного віку.....	33
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ТЕХНОЛОГІЇ ОПТИМІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ НА ОСНОВІ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ДИТЯЧОГО ФІТНЕСУ.....	37
2.1. Наукове обґрунтування технології фізичного розвитку старших дошкільників на основі застосування засобів дитячого фітнесу.....	37
2.2. Технологія оптимізації фізичного розвитку старших дошкільників на основі застосування засобів дитячого фітнесу.....	40
2.3. Аналіз та узагальнення результатів дослідження.....	49
ВИСНОВКИ.....	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	65
ДОДАТКИ.....	74

ВСТУП

На сьогоднішній день в системі дошкільної освіти склалась така ситуація, при якій діти недостатньо отримують знань з фізичної культури, в результаті чого стає неможливим сформувати у них стійку потребу займатись фізичними вправами, слідкувати за своїм здоров'ям та використовувати отримані знання для власного розвитку та удосконалення.

Результати наукових досліджень (Н. Москаленко, Т. Круцевич, О. Богініч, Н. Пангелова, Н. Кулик), вказують на те, що в Україні надалі спостерігається зниження рівня здоров'я дітей, у зв'язку з чим особливою гостроти набуває необхідність оновлення сучасного змісту дошкільної освіти. Провідна роль відводиться закладам дошкільної освіти, в яких необхідно створити умови для свідомого засвоєння дітьми елементарних знань з фізичної культури і життєво важливих рухових умінь та навичок, що складають основу фізкультурної освіти.

Деякі автори (І. Моргун, О. Сайкіна, Н. Пангелова) вважають, що розв'язання проблеми вдосконалення фізкультурної освіти дітей дошкільного віку передбачає розробку інноваційних методик і технологій використання засобів, форм та методів для якісної підготовки до початкової школи, оскільки традиційна система фізичного виховання є недостатньо ефективною.

Науково-методичне обґрунтування оздоровчих технологій у дошкільній освіті широко представлено у роботах відомих науковців. Серед них слід відмітити дослідження, що присвячені застосуванню дитячої аеробіки (Т. Лисицької, С. Колесникової); рухового ігротренінгу (А. Потапчук, Т. Овчінникової); фітбол-аеробіки (О. Сайкіної, С. Кузьміної); лікувально-профілактичного танцю «Фітнес-Данс» (Ж. Фірільової, О. Сайкіної). Останніми роками у системі дошкільної фізкультурної освіти розглядаються ідеї щодо

активного застосування технологій фітнесу (О. Філімонова, Н. Пангелова, Т. Левченкова, Р. Магомедов).

Слід відзначити дослідження О. Сайкіної, яка розробила концепцію дитячого фітнесу та визначила його роль у модернізації фізичної культури. Науковець звертає особливу увагу на те, що крім загальних методичних принципів дитячого фітнесу, є також специфічні, що характерні для дітей дошкільного віку: принцип ігрової та емоційної спрямованості, принцип самореалізації через рухову діяльність, принцип ініціативності та творчості.

Огляд наукових джерел з проблеми використання засобів дитячого фітнесу з метою комплексного вирішення завдань фізкультурної освіти дітей старшого дошкільного віку вказує, що це питання ще не знайшло достатнього висвітлення в науковій літературі. Отже, виникає необхідність проведення експериментальних досліджень щодо розробки і впровадження інноваційної технології застосування дитячого фітнесу у різні форми фізичного виховання з метою оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільників, що свідчить про актуальність проблеми нашого дослідження.

Актуальність проблеми та її недостатня розробленість і зумовила вибір теми дипломного дослідження: **«Технологія фізичного розвитку старших дошкільників на основі застосування засобів дитячого фітнесу».**

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити технологію фізичного розвитку старших дошкільників на основі застосування засобів дитячого фітнесу.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасні тенденції у фізкультурній освіті дітей дошкільного віку.

2. Визначити наявність та рівень формування взаємозв'язків між життєво важливими руховими уміннями і навичками, елементарними теоретичними знаннями для визначення найбільш ефективних шляхів оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільників.

3. Розробити інноваційну технологію оптимізації фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку на основі переважного застосування засобів дитячого фітнесу.

4. Перевірити ефективність розробленої інноваційної технології у процесі фізкультурної освіти дошкільників шляхом визначення її впливу на показники їх елементарних теоретичних знань з фізичної культури та показників фізичного розвитку.

Об'єкт дослідження – процес фізичного розвитку старших дошкільників в умовах закладу дошкільної освіти.

Предмет дослідження – педагогічні умови застосування засобів дитячого фітнесу для фізичного розвитку старших дошкільників

У процесі дослідження використано такі методи: *теоретичні:* вивчення та аналіз педагогічної, історико-педагогічної, психологічної, філософської і методичної літератури з метою виявлення теоретичних засад дослідження, визначення організаційних умов фізичного розвитку дітей дошкільного віку засобами дитячого фітнесу; *емпіричні:* спостереження, бесіди, анкетування, аналіз навчально-виховних планів і чинних програм з метою вивчення стану фізичного розвитку дітей дошкільного віку в аспекті її практичної реалізації; педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний і контрольний етапи) для перевірки ефективності розробленої технології; *статистичні:* методи математичної статистики для узагальнення одержаних експериментальних даних.

Практичне значення одержаних результатів полягає у впровадженні інноваційної технології оптимізації фізичного розвитку старших дошкільників на основі переважного застосування засобів дитячого фітнесу, яка сприятиме покращенню їх елементарних знань з фізичної культури, рівня оволодіння

життєво важливих рухових умінь і навичок, зниженню рівня захворюваності та підвищенню інтересу дітей до занять.

Результати дослідження можуть бути використані вихователями закладів дошкільної освіти у роботі з дітьми дошкільного віку, викладачами закладів вищої освіти під час складання навчальних посібників, підручників для підготовки фахівців за спеціальністю 012 Дошкільна освіта, у системі підвищення кваліфікації вихователів закладів дошкільної освіти.

Базою дослідження був Хмельницький заклад дошкільної освіти № 28 "Пролісок".

Апробація результатів дослідження. Основні положення і результати дослідження обговорено на конференціях різних рівнів.

Публікації. Основні результати дослідження викладено в 2 наукових публікаціях.

Структура роботи. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (87 найменувань), додатків. Основний текст викладено на 64 сторінках. Робота містить 2 таблиці.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури виявив, що є протиріччя між високою значимістю рівня елементарних знань з фізичної культури, пов'язаних з ними життєво важливими руховими уміннями і навичками та недостатнім рівнем їх сформованості у дітей старшого дошкільного віку, що обумовлено відсутністю інноваційних методик і технологій використання засобів, форм та методів навчання, низькою мотивацією до занять фізичною культурою, недостатністю методичного забезпечення для фізкультурної освіти батьків.

У зв'язку з цим виникає необхідність пошуку інноваційних шляхів оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільників через вирішення її основних завдань: навчання життєво важливим руховим умінням і навичкам, засвоєння елементарних знань, формування усвідомлених потреб у заняттях фізичними вправами, що стає можливим за умови застосування засобів дитячого фітнесу в основних формах занять.

2. Результати констатувального експерименту свідчать про недостатній рівень фізкультурної освіченості старших дошкільників та їх батьків: високий рівень елементарних знань з фізичної культури зафіксовано тільки у 19% дітей, середній – у 46%, низький – у 35%; рівень оволодіння навичками ходьби і бігу складає лише 2 бали з трьох можливих, як у хлопчиків, так і дівчаток; рівень оволодіння навичкою метання м'яча у дітей за трибальною шкалою оцінювання становив менше двох балів; вищими за 2 бали виявилися лише результати вміння дітей до лазіння (у хлопчиків $2,28 \pm 0,04$, а дівчаток – $2,29 \pm 0,08$). Рівень фізкультурної освіченості батьків складає у середньому 2 бали з трьох можливих, що є недостатнім для формування фізичної культури особистості дошкільників.

3. Кореляційний аналіз свідчить про наявність взаємозв'язків ($p < 0,001$) між показниками елементарних знань з фізичної культури і життєво важливими руховими уміннями і навичками дітей 5-6 років: стрибка, метання, лазіння і бігу. Установлено також взаємозв'язок між рівнем фізкультурної освіченості батьків дошкільників і рівнем елементарних знань дітей. Існування взаємозв'язків між показниками фізкультурної освіченості дітей та їх батьків дозволило нам визначити зміст інноваційної технології та найбільш ефективні шляхи оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільників.

4. На основі результатів констатувального експерименту розроблена інноваційна технологія оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільників, метою якої є покращення рівня їх фізкультурної освіченості за допомогою переважного використання засобів дитячого фітнесу у різних формах занять. Передумовами для створення інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільників були: низький рівень елементарних знань з фізичної культури і рівень оволодіння життєво важливими руховими уміннями і навичками у дошкільників; недостатній рівень фізкультурної освіченості батьків; відсутність методичного забезпечення для батьків щодо фізкультурної освіти дітей даного віку; недостатнє методичне забезпечення фізкультурної освіти у дошкільних навчальних закладах (у тому числі з використанням засобів дитячого фітнесу).

5. Інноваційна технологія оптимізації фізкультурної освіти на основі застосування засобів дитячого фітнесу розроблена з урахуванням вікових особливостей дітей старшого дошкільного віку. Вона містить: мету, завдання, зміст та систему контролю. У процесі розробки інноваційної технології було виділено 4 взаємопов'язані розділи: теоретичний (засвоєння необхідних знань з фізичної культури, спорту і дитячого фітнесу); практичний (навчання життєво важливих рухових умінь і навичок засобами дитячого фітнесу); заходи з оптимізації фізкультурної освіти батьків; контрольний (контроль за рівнем захворюваності дітей, рівнем фізкультурної освіченості дошкільників та їх

батьків). Формами реалізації розробленої інноваційної технології є: фізкультурні заняття (тематичні, ігрові, сюжетно-рольові), додаткові заняття з дитячого фітнесу, фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня (ранкова гімнастика, фізкультхвилинки), активний відпочинок дітей (фізкультурні свята, «Дні здоров'я»), заняття фізичною культурою з батьками у домашніх умовах. Способами перевірки результативності реалізації інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти дошкільників було визначення: рівня елементарних знань з фізичної культури, рівня оволодіння життєво важливими руховими вміннями і навичками, рівня захворюваності, інтересу дітей до занять із переважним застосуванням засобів дитячого фітнесу.

6. Експериментальна перевірка інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти свідчить про підвищення рівня елементарних знань з фізичної культури ($p < 0,05$) в експериментальній групі, де покращення результатів склало 52%, у той час як у дітей контрольної групи цей показник склав лише 5,4% ($p > 0,05$). Застосування обраних напрямів дитячого фітнесу сприяло підвищенню рівня оволодіння дошкільниками основними життєво важливими руховими вміннями і навичками з вірогідністю ($p < 0,05$). Порівняно з вихідними даними результати ходьби в експериментальній групі покращились на 36%, бігу – на 42,4%, стрибків – на 41%, метання – на 37,3%, лазіння – 37,2%. Проведена робота з батьками з метою підвищення рівня їх фізкультурної освіченості мала позитивний ефект: на початку експерименту рівень знань батьків експериментальної групи складав $2,02 \pm 0,04$ бали, а наприкінці покращився на 38% і становив $2,79 \pm 0,03$ бали. Під впливом застосування засобів дитячого фітнесу (фітбол-гімнастики, звіроаеробіки, ігрофітнесу) у різних формах занять відзначено підвищення інтересу дошкільників до фізкультурних занять, а також вірогідне зменшення кількості пропущених днів

у зв'язку із хворобою. У кінці другого півріччя в експериментальній групі було відмічено зменшення пропусків на 74 дні у порівнянні з першим півріччям.

7. Розроблена та науково обгрунтована інноваційна технологія оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільників, в основу якої покладене переважне застосування засобів дитячого фітнесу, виявилась ефективною, що підтверджено результатами експериментальних досліджень. Це дозволяє рекомендувати вищезазначену технологію до впровадження у практику роботи закладів дошкільної освіти.

Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні впливу використання засобів дитячого фітнесу на формування мотивів та інтересів дошкільників до занять фізичною культурою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальные проблемы развития фитнеса в России: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2009. 260 с.
2. Алпацкая Е. В. Возрастное влияние координационных способностей на формирование основных двигательных умений и навыков детей 4-6 лет : дисс. канд. пед. наук. Самара, 2004. 132 с.
3. Алтер М. Дж. Наука о гибкости. Киев. : Олимпийская литература, 2001. 422с.
4. Андриющенко Т. К. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я дітей старшого дошкільного віку. Київ : Освіта, 2007. 20 с.
5. Аркадьева Н. М. Физическое воспитание детей в дошкольных образовательных учреждениях в условиях модернизации российского образования. Москва : Литресс, 2004. 154 с.
6. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» / [наук. кер. та заг. ред. О. Л. Кононко]. Київ : Світоч, 2009. 430 с.
7. Базовий компонент дошкільної освіти / Науковий керівник: А. М. Богуш, дійсний член НАПН України, проф, д-р пед. наук; Авт. кол-в: Богуш А. М., Беленька Г. В., Богініч О. Л., Гавриш Н. В., Долинна О. П., Ільченко Т. С., Коваленко О. В., Лисенко Г. М., Машовець М. А., Низковська О. В., Панасюк Т. В., Піроженко Т. О., Поніманська Т. І., Сідельнікова О. Д., Шевчук А. С., Якименко Л. Ю. Київ : Видавництво, 2012. 26 с.
8. Балацька Л. В. Організаційно-методичні основи покращення моторної функції дітей 3 - 5 років у процесі фізичного виховання. Львів. 2013. 23с.

9. Бальсевич В. К. Физическая культура: молодежь и современность / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. 1995. №4. С. 2-7.
10. Бальсевич В. К. Физическое воспитание ребенка в семье // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1997. № 1. С. 50-57.
11. Башта Л. Ю. Развитие физических способностей дошкольников в условиях детского дома. Омск, 2006. 24 с.
12. Безруких М. М. Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка): учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. Москва : Академия, 2002. 416 с.
13. Божович Л. И. Возрастные закономерности формирования личности ребенка. Москва : Педагогика, 1981. 231 с.
14. Бойко А. С., Дубинська О. Я. Оздоровчий фітнес у системі фізкультурної освіти молодших школярів // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів і студентів України: матеріали XII Всеукр. наук.-практ. конф. молодих учених з міжнар. участю. Суми, 2012. Т. 1. С. 26-30.
15. Борилкевич В. Е. Организационные и методические принципы системы «Аэрофитнес» // Теория и методика физической культуры, 1998. №3. С. 24-25.
16. Ветошкина Е. А. Повышение уровня физического состояния детей 5-7 лет в условиях дошкольного образовательного учреждения на основе преимущественного развития выносливости. Хабаровск, 2006. 25 с.
17. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф., Шевченко Ю. М. Інтеграція рухів і музики у фізичному розвитку дітей старшого дошкільного віку : навч.-метод. посібник. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 128с.
18. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років у закладах освіти. Запоріжжя : Диво, 2006. 228с.

19. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
20. Выдрин В. М. Неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование // Теория и практика физической культуры. 1995. № 5. С. 15-17.
21. Глазырина Л. Д., Овсянкин В. П. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Москва : Гуманитарный издательский центр «Владос», 1999. 176 с.
22. Глазырина Л. Д. Научно-методические основы реализации оздоровительного, воспитательного и образовательного направлений программы физического воспитания дошкольников. Минск, 1992. 42 с.
23. Горелов С. А. Проблемы и перспективы современного физкультурного образования // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 5. С. 40-44.
24. Григорян Ю. Г., Гониянц С. А. О физкультурной информированности родителей дошкольников. // Тезисы Всесоюзной научно-практической конференции «Проблемы физического воспитания детей и учащихся молодежи». Томск, 1990. С. 24.
25. Денисенко Н. Ф. Оздоровчі технології в освітньому процесі // Дошкільне виховання. 2006. №12. С. 4-6.
26. Денисенко Н. Ф. Формування свідомого ставлення до здоров'я : [в дітей дошкільного віку] // Дошкільне виховання. 2008. № 9. С. 3- 5.
27. Дубогай О. Д. Чи готова дитина до навчання? // Дошкільне виховання, 2012. №.11. С. 7- 9.
28. Иванова Л. А. Одно из направлений здоровьесберегающей, оздоровительно-развивающей работы в дошкольном образовательном учреждении // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2013. № 3. С. 72-77.
29. Казакевич Н. В., Круглолва Л. М. Использование упражнений аквагимнастики в физическом воспитании детей старшего дошкольного

- возраста // Актуальные проблемы развития фитнеса в России: сборник материалов всероссийской научно-практической конференции. СПб. : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2009. С. 133-141.
30. Казакевич Н. В., Сайкина Е. Г., Фирилева Ж. Е. Ритмическая гимнастика: метод. пособ. СПб. : Познание, 2001. 108 с.
31. Каргаполов Е. П. К разработке онтологии непрерывного физкультурного образования // Теория и практика физической культуры. 1990. С. 19-21.
32. Кашуба В. Сучасні оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку // Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпропетровск, 2010. С. 139-141.
33. Кібальник О. Я. Оздоровча аеробіка в системі фізичного виховання молодших школярів // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України: матеріали V Всеукр. наук.- практ. конф. Суми, 2005. С. 159-161.
34. Кібальник О. Я., Томенко О. Ф. Оздоровчий фітнес. Теорія та методика викладання : навч.-метод. посіб. для студентів галузі знань 0101 «Педагогічна освіта» факультетів фізичного виховання педагогічних університетів. Суми : Видавництво СМДПУ ім. А.С.Макаренка, 2010. С. 50-53.
35. Козлов И. М. Проблемы физического воспитания дошкольников // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996. № 2. С. 11-12.
36. Кононко О. Л. Я у Світі : нова світоглядна позиція // Дошкільне виховання. 2009. №1. С 5-6.
37. Конох О. Є. Комплексне використання засобів спортивних ігор у підвищенні фізичного стану дітей 5-6 років. Дніпропетровськ. 2014. 24 с.
38. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми «Здорова нація» на 2009–2013 роки // Офіційний вісник України. 2008. № 37. С. 5-6.

39. Концепція розвитку дошкільної освіти на 2010-2016 р. від 20.03.2008 р. № 244. // URL : http://werchowzewosk1.at.ua/index/doshkilna_osvita/0-114
40. Круцевич Т. Ю., Н. Э. Пангелова Перспективы оптимизации содержания и организации физического воспитания в контексте формирования целостной гармонично развитой личности дошкольника // Спортивний вісник Придніпров'я. 2012. №2. С. 4-7.
41. Кудрявцев В. Т. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст) Москва : Линка-Пресс, 2000. С. 114-115.
42. Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях: практическое пособие. Москва : АРКТИ, 2002. 64 с.
43. Левченкова Т. В. Перспективы развития детского фитнеса // Теория и методика физического воспитания и спорта. 2007. №1. С. 70-71.
44. Лернер И. Я. Дидактические основы методов обучения. Москва : Педагогика, 1981. 186 с.
45. Лиджиева Г. Н. Особенности методических подходов и организации работы по освоению дошкольниками 3-6 лет интеллектуальных ценностей физической культуры // Физ. культура, спорт – наука и практика. 2004. №1. С. 100-102.
46. Лиджиева Г. Н. Содержание и организация процесса освоения детьми 3-6 лет интеллектуальных ценностей физической. Краснодар, 2005. 177 с.
47. Лисицкая Т. С. Ритм + пластика // Спорт, духовные ценности, культура. Москва, 1997. Вып. 5. С. 85-93.
48. Лісневська Н. В. Здоров'язберігаючі технології у фізичному вихованні дітей дошкільного віку // Вісник ЛНУ ім. Тараса Шевченка. 2018. № 5. С. 149-154.
49. Лубышева Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теория и практика физической культуры. 1997. № 6. С. 10-15.

50. Магомедов Р. Р. Азбука физической культуры для детей старшего дошкольного возраста : учебно-метод. пособ. Ставрополь : Изд-во СГПИ, 2011. 90 с.
51. Макаренко В. Г. Педагогическое управление физкультурным образованием детей дошкольного возраста. Челябинск, 2012. 51 с.
52. Маковецька Н. В. Застосування фітбол-гімнастики в оздоровлювальній роботі з дошкільнятами (Пріоритетні напрями роботи дошкільної ланки освіти на 2006 – 2007 навчального року: методичний аспект). Випуск п'ятий / За наук. ред. К. Л. Крутій. Запоріжжя : ТОВ "ЛПКС" ЛТД, 2005. С. 189-201.
53. Мануйлова В. А. Альтернативные технологии физической и оздоровительной работы в современных условиях дошкольного учреждения. Барнаул, БГПУ. 2008. 108 с.
54. Матвеев А. П. Формирование подходов к системе непрерывного образования по физической культуре в ГОУ «Начальная школа – детский сад» // Теория и практика физической культуры. 2009. №6. С. 58-63.
55. Менхин Ю. В., Иенхин А. В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов-на-Дону : Феникс, 2002. 384 с.
56. Методичні рекомендації «Фізичний розвиток дітей в умовах дошкільного навчального закладу» Додаток до листа МОН України від 16.08.2010 р. № 1/9-563 // URL : www.mon.gov.ua/images/files/doshkilna-crednya/doshkilna/norm-prav/563
57. Моргун И. Н. Физкультурное образование детей 5-6 лет на основе взаимодействия семьи и педагогов дошкольных образовательных учреждений. Киев, 2001. 181 с.
58. Москаленко Н. В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів. Київ, 2009. 42 с.

59. Навички заради здоров'я. Навчання здоровому способу життя на засадах розвитку життєвих навичок // ВООЗ : Інформаційна серія «Здоров'я в школі». Київ : Кобза, 2004. 123 с.
60. Наказ МОН України №1111, 23\11 2010 Про впровадження програми розвитку дітей старшого дошкільного віку «Впевнений старт» // Палітра. 2011. №6. С. 3.
61. Нестеренко В. В. Валеологічне виховання дошкільників як педагогічна проблема та шляхи її вирішення // Наука і освіта. 2014. № 6/7. С. 186-187.
62. Овечкин Д. Г. Методика организации занятий оздоровительным плаванием с детьми дошкольного возраста. Волгоград, 2008. 25 с.
63. Оздоровительный фитнес в системе физического воспитания дошкольников и младших школьников : учеб.-методич. пособ. / В. В. Борисова, Т. А. Шестакова, Тула, 2011. 85 с.
64. Організація освітнього процесу в дошкільних закладах у 2009–2010 навчальному році. Лист МОНУ від 10.06.09 № 1/9 // Дошкільне виховання. 2009. № 7. С. 2-3.
65. Пангелова Н. Є. Залучення старших дошкільників до цінностей здорового способу життя в процесі фізичного виховання / Н. Є. Пангелова // Молода спортивна наука України. 2010. Т.2. С. 183-187.
66. Патрикеев А. Ю. Формирование основных двигательных навыков у детей 4-6 лет в условиях детского сада. Малаховка, 2003. 183 с.
67. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. Москва : Просвещение, 1988. 144 с.
68. Пивовар А. А. Поєднаний розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 і 6 років у процесі фізичного виховання. Львів. 2005. 20 с.
69. Поливанова К. Н. Такие разные шестилетки. Индивидуальная готовность к школе: диагностика и коррекция. Москва : Генезис, 2003. 271 с.

70. Потапчук А. А., Овчинникова Т. С. Двигательный игротренинг для дошкольников. СПб. : Речь, 2002. 176 с.
71. Програма розвитку дітей старшого дошкільного віку «Впевнений старт» // Палітра. 2010. №6. С. 4-25.
72. Проскура О. В., Кузьменко В. У., Кудикіна Н. В. Оновлення програми «ДИТИНА» // Дитячий садок: управління. 2010. № 3 (17). С. 14-18.
73. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкольных учреждений; преподавателей и студентов педагогических вузов и колледжей. Москва : Мозаика-Синтез, 2000. 256 с.
74. Сайкина Е. Г., Фирилева Ж. Е. «Физкульт-привет минуткам и паузам!»: учеб.-метод. пособие [для педагогов шк. и дошк. учреждений]. СПб. : Детство- пресс, 2005. 128 с.
75. Сайкина Е. Г., Кузьмина С. В. Влияние занятий фитбол-аэробикой на организм занимающихся // Современная гимнастика: проблемы, тенденции, перспективы: сб. матер. науч.-практ. конф., посвящ. 210-летию РГПУ им. А. И. Герцена и 60-летию факультета физической культуры. СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2006. С. 93-97.
76. Сайкина Е. Г. Использование средств детского фитнеса в физическом воспитании детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья // Адаптивная физическая культура. 2006. № 2 (26). С. 32-35.
77. Сайкина Е. Г. Использование фитнес-технологий в детских учреждениях различных типов // Фитнес: становление, тенденции и перспективы развития в России: сб. матер. науч.-практ. конф., посвящ. 210-летию РГПУ им. А. И. Герцена, 60-летию факультета физической культуры. СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2006. С. 89-97.
78. Сайкина Е. Г. Применение фитнес-технологий в дошкольных образовательных учреждениях // Инновационные педагогические

- технологии в системе физкультурного образования и оздоровления, 2006. С. 86-91.
79. Сайкина Е. Г. Фитнес в системе дошкольного и школьного физкультурного образования. Санкт-Петербург, 2009. 44 с.
80. Сайкина Е. Г. Укрепление здоровья и повышение уровня физического развития детей на занятиях фитбол-аэробикой // Актуальные вопросы современной гимнастики, 2006. С. 130-133.
81. Сайкина Е. Г. Фитбол-аэробика для детей «Танцы на мячах»: учеб.- метод. пособ. СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. 209 с.
82. Сайкина Е. Г. Фитбол-аэробика и классификация ее упражнений // Теория и практика физической культуры. 2004. № 7. С. 43-47.
83. Стародубцева И. В. Интеграция умственного и двигательного развития дошкольников 5-7 лет в процессе физического воспитания. Тюмень, 2004. 25 с.
84. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Танцевально-игровая гимнастика для детей : учебно-методическое пособие. СПб. : Детство-пресс, 2003. С. 6-95.
85. Чайка Д. Дитячий фітнес як інновація у сфері дошкільного виховання // Спортивний вісник Придніпров'я. 2018. №2. С. 127-130.
86. Чернышенко Ю. К. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры. 1999. № 3. С. 54-59.
87. Яхно Є. Г. Комплексне виховання особистості старшого дошкільника в процесі занять фізичними вправами // Спортивний вісник Придніпров'я. 2010. №2. С. 28 – 31.