

Дополнительная профессиональная
программа
(повышение квалификации)

по курсу
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. ГИМНАСТИКА»
1-4 классы
под редакцией И.А.Винер

МОСКВА – 2012 г.

Дополнительная профессиональная программа (повышение квалификации) по курсу «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы» предназначена для педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта.

Состав авторов: И.А. Винер-Усманова, Н.М. Горбулина, О.Д. Цыганкова.

Настоящая Программа разработана в соответствии с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам¹ и «Учебно-методическим комплексом (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов», в том числе - программой «Физическая культура. Гимнастика», рекомендованной экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных организациях Российской Федерации для использования в образовательном процессе общеобразовательных организаций Российской Федерации².

¹ Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499

² Протокол заседания экспертного совета от 2 ноября 2011 г. № 2 (п. 1.3)

№ п/п	Содержание	Стр.
1.	Введение	4
2.	Учебный план	10
3.	Учебно-тематический план	11
4.	Рабочая программа	14
5.	Организационно-педагогические условия	20
6.	Материалы для проведения аттестационных процедур	25
7.	Список литературы	29

1. Введение

Государственная политика России на современном этапе - социальная направленность развития общества. Российское Государство одинаково озабочено улучшением качества жизни всех слоев российского общества в целом и каждого российского гражданина, в отдельности.

Одними из главных составляющих комфортного проживания являются здоровье и социальная адаптация в обществе.

Создание благоприятных условий для развития личности, воспитание физической культуры через занятия гимнастикой по научно-обоснованным методикам с младшего школьного возраста позволит создать прочную основу для воспитания нравственно и физически здорового поколения.

Именно гимнастика и ее возможности позволят не только физически окрепнуть детям начальной школы, но и воспитать с раннего детства трудолюбие, упорство, веру в себя. Эти важные качества играют большую роль в социальной адаптации и нахождении своего места в жизни.

Дополнительная профессиональная программа (повышение квалификации) по курсу «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы» (далее – **Программа**) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной программой по образовательному предмету «Физическая культура» в начальной школе и «Учебно-методическим комплексом (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов» (предметная линия учебников под редакцией И.А.Винер», издательство «Просвещение»), в том числе - учебной программой «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы.

Программа содержит образовательный курс, включающий объем необходимых знаний для обучения младших школьников гимнастике по учебной программе «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А.Винер».

Цель Программы: повышение профессионального уровня педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта путём развития специальных компетенций.

Задачи Программы:

- расширение диапазона знаний в области законодательной базы, регламентирующей образовательную, физкультурно-спортивную и оздоровительную деятельность;

- формирование умений применять современные методики и технологии преподавания учебного предмета «Физическая культура», используя ресурсы гимнастики, направленные на совершенствование физических качеств обучающихся начальной школы и повышение функциональных возможностей их организма;
- овладение методиками выполнения базовых гимнастических, акробатических упражнений и танцевальных движений, проведения занятий с гимнастическими предметами;
- овладение знаниями о технике безопасности во время проведения занятий по гимнастике с обучающимися 1-4 классов общеобразовательной организации;
- овладение знаниями об интегративных формах организации занятий с обучающимися начальной школы с элементами гимнастики, хореографии, акробатики, игровых действий и вариантах их использования;
- формирование понятий о составлении учебного плана проведения занятий с обучающимися и учебно-тематическом планировании при реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А.Винер» и использовании при этом «Учебно-методического комплекса (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов»;
- формирование навыков определения перспектив собственного профессионального развития;
- расширение диапазона знаний в области социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства.

Планируемые результаты.

В целях дальнейшего качественного совершенствования собственных компетенций, приобретённых в результате освоения Программы, слушатели должны:

- **знать:**
 - приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную, физкультурно-спортивную и оздоровительную деятельность;
 - историю развития гимнастики в России и мире, историю развития олимпийского движения;
 - физические и психические особенности обучающихся с учётом сенситивных периодов их развития;
 - цели и задачи «Учебно-методического комплекса (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов»;
 - современные методики и технологии физического развития обучающихся начальной школы средствами гимнастики, направленные на совершенствование основных физических качеств, развивающихся у них в данном сенситивном периоде, а также на повышение функциональных возможностей их организма;

- основы системно–деятельностного и компетентностного подхода к обучению школьников;
 - методику выполнения гимнастических и акробатических упражнений, соответствующих возрасту обучающегося и методику проведения занятий с гимнастическими предметами;
 - основы хореографической подготовки и базовые элементы танцевальных движений;
 - различные организационные формы проведения занятий с младшими школьниками с использованием элементов гимнастики;
 - приёмы и технологии развития у обучающихся интереса к гимнастике и мотивации к занятиям физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни;
 - специфику техники безопасности при проведении занятий по гимнастике;
 - требования к структуре плана проведения занятий;
 - методы и формы мониторинга образовательной деятельности обучающихся;
 - методики и приёмы определения проблем и перспектив собственного профессионального развития;
 - приемы и формы организации социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства для развития конструктивного альянса «ребёнок-семья-школа».
- **уметь:**
 - обеспечивать безопасность на занятиях гимнастикой;
 - создавать организационно-педагогические и психологические условия при реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А.Винер» для достижения планируемых результатов с учётом использования ресурсов «Учебно-методического комплекса (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов»;
 - применять системно–деятельностный и компетентностный подход к обучению школьников по учебной программе «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А.Винер»;
 - создавать на базе ресурсов гимнастики программы соревнований и различных мероприятий (в том числе показательных выступлений) с обучающимися, их родителями, иными представителями окружающего социума;
 - осуществлять планирование процесса проведения занятий;
 - составлять траекторию (алгоритм) собственного профессионального развития;
 - выстраивать партнёрские отношения с обучающимися, их родителями и коллегами по работе.

владеть:

- основами современных методик и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» средствами гимнастики, направленными на физическое совершенствование обучающихся и повышение функциональных возможностей их организма;

- навыками использования системно–деятельностного, компетентностного подхода к обучению школьников по учебной программе «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А.Винер» с учётом использования ресурсов «Учебно-методического комплекса (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов»;

- приёмами и технологиями развития у обучающихся познавательных интересов, а также потребностей в двигательной активности через физическую культуру и спорт, ведении здорового образа жизни;

- приемами формирования у обучающихся первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры в целом и гимнастики, в частности;

- умение применять методы и формы оценки образовательных достижений обучающихся в зависимости от их возраста и индивидуальных особенностей;

- навыками определения собственных профессиональных амбиций и приоритетов в совершенствовании своего профессионализма;

- навыками выстраивания социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства.

Обучение слушателей по данной программе будет способствовать:

- совершенствованию юридической компетенции в части законодательной и нормативно-правовой базы в сфере образования и физкультурно-спортивного воспитания;

- процессу просвещения в области развития гимнастики в мире, в России и развития олимпийского движения;

- дальнейшему внедрению федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования;

- росту профессионального уровня, продуктивности и качества труда педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта;

- развитию кадрового потенциала в области физической культуры системы общего образования и притоку молодых профессиональных кадров;

- модернизации программного обеспечения и инфраструктуры общеобразовательных организаций;

- повышению активности использования в образовательном процессе современных ресурсов федераций по видам спорта;

- повышению уровня инновационной активности и творческой инициативы педагогических работников;

- широкому использованию современных образовательных методик и технологий;
- расширению диапазона и повышению доступности в школах страны качественных образовательных услуг физкультурно-спортивной направленности;
- повышению социального статуса учителя физической культуры;
- укреплению альянса «ребёнок-семья-школа».

Нормативный срок освоения программы – 72 часа: 2 недели - с отрывом от работы, или 8 недель - без отрыва от работы.

Режим занятий – 6 часов в день - с отрывом от работы, или 4 часа в день - без отрыва от работы.

Форма обучения: с отрывом от работы / без отрыва от работы.

Программа состоит из **2 разделов**, включающих **20 тематических единиц**.

Содержание учебного материала по Программе включает:

- основные положения государственной политики и нормативно-правовые предпосылки ее реализации в части физической культуры и спорта, модернизации системы образования в целом и развитии физического воспитания подрастающего поколения России в частности;
- историю гимнастики в России и мире и историю олимпийского движения;
- понятийные акценты в части конкурирующих компетенций педагогических работников в современной образовательной организации, возможностей в понимании личных профессиональных притязаний;
- требования к результатам усвоения и условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования в части учебного предмета «Физическая культура» с соответствии с ФГОС начального общего образования;
- цели и задачи с «Учебно-методического комплекса (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов», в том числе - учебной программы «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А.Винер», описание ее структуры; общую характеристику программы; её место в учебном плане и ценностные ориентиры содержания; планируемые результаты обучения; общие рекомендации по освоению и тематическое планирование;
- общие вопросы физического воспитания и развития детей, в том числе возрастные психологические особенности детей начальной школы;
- методики процесса физического развития обучающихся начальной школы средствами гимнастики, включая: методики разминки, описание упражнений для развития гибкости, координации, быстроты; укрепления опорно-двигательного

аппарата, мышц и суставов, сохранения осанки; обучения гимнастическому шагу, бегу, равновесию, прыжкам, поворотам; обучение работе с предметами, обучение основным танцевальным движениям, основам хореографии;

- описание музыкальных, спортивных, сценических игр;
- методику подготовки обучающихся к показательным выступлениям (индивидуальным и групповым);
- описание различных вариантов интегративных занятий;
- технику безопасности на занятиях гимнастикой;
- алгоритм учебного и учебно-тематического планирования;
- основные приёмы выстраивания различных форм партнёрства с обучающимися, их родителями и коллегами по работе для достижения качественных результатов в процессе занятий.

В программу входят: теоретические, методические и практические вопросы организации и проведения занятий с обучающимися по учебной программе «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А.Винер» с учётом использования ресурсов «Учебно-методического комплекса (УМК) И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов», теоретические основы предупреждения детского травматизма.

Занятия проводятся в форме лекционных, самостоятельных и практических занятий. Аттестация проводится поэтапно с общим подведением итогов и защитой курсовых проектов в конце всего курса обучения.

2. Учебный план дополнительной профессиональной программы (повышение квалификации) по курсу «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы

Цель обучения: повышение профессионального уровня педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта путём развития специальных компетенций.

Категория слушателей: педагогические работники и специалисты в области физической культуры и спорта.

Продолжительность обучения: 72 часа: 2 недели / 8 недель.

Форма обучения: с отрывом от работы / без отрыва от работы.

Режим занятий: 6 часов в день / 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов	Всего, час.	В том числе			Форма контроля
			Лек- ции	Самостоя- тельная работа слушате- лей	Практические, выездные, семинарские, лабораторные занятия, дел. игры, стажировка, и пр.	
1	Управленческие решения	18	15	2	1	тест
3	Организационно-педагогические условия реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер» с учётом ресурсов учебно-методического комплекса (УМК) Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов» (в том числе - обучение методикам гимнастики)	54	3	5	46	зачёт
Итого		72	18	7	47	
Итоговая аттестация		6				курсовой проект, общий зачёт

3. Учебно-тематический план дополнительной профессиональной программы (повышение квалификации) по курсу «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы

Цель обучения: повышение профессионального уровня педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта путём развития специальных компетенций.

Категория слушателей: педагогические работники и специалисты в области физической культуры и спорта.

Продолжительность обучения: 72 часа: 2 недели / 8 недель.

Форма обучения: с отрывом от работы / без отрыва от работы.

Режим занятий: 6 часов в день / 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего час.	В том числе			Форма контроля
			Лекции	Самостоятельная работа слушателей	Практические, выездные, семинарские, лабораторные занятия, дел. игры, стажировка и пр.	
1. Управленческие решения - 18 ч.						тест
1.1	Государственная политика в части развития физического воспитания подрастающего поколения России	2	2			
1.2	Нормативно-правовые предпосылки создания условий для детей и молодёжи вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом	2	2			
1.3	Основные направления и приоритеты модернизации системы физического воспитания в образовательных организациях.	2	1	1		
1.4	Роль и возможности спортивных федераций в продвижении идей развития физической культуры и спорта в детско-юношеской среде.	1	1			
1.5	Философия олимпизма «Гармония тела, воли и разума»	2	2			
1.6	Модель, конкурирующие умения и компетенции учителя в современной школе	2	1		1	
1.7	Гимнастика, как одно из направлений гармоничного развития ребенка, его физического, психического и духовного совершенствования.	2	2			
1.8	Возрастные психологические особенности детей начальной школы и опыт их социализации педагогическими средствами и ресурсами гимнастики	2	2			

1.9	Требования к результатам усвоения и условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования в части учебного предмета «Физическая культура» с соответствии с ФГОС начального общего образования. Роль и место раздела «Гимнастика» в данной образовательной программе	3	2	1		
2. Организационно-педагогические условия реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер» с учётом ресурсов учебно-методического комплекса (УМК) Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов» (в том числе - обучение методикам гимнастики) - 54 ч.						зачёт
2.1	Общая характеристика учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер».	2	1	1		
2.2	Общая характеристика «УМК Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов», как методического ресурса при реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер». Планируемые результаты использования УМК.	2	2			
2.3	Методики проведения разминки и выполнения упражнений разминки по видам. Влияние разминки на физическое развитие.	16			16	
2.4	Методики выполнения акробатических упражнений.	6			6	
2.5	Методики освоения «подводящих» упражнений.	4			4	
2.6	Методика освоения техники работы учащихся с предметами.	6			6	
2.7	Обеспечение безопасности на занятиях гимнастикой.	2			2	
2.8	Методика освоения хореографических упражнений	6			6	

2.9	Разработка урока по гимнастике (по выбору слушателей)	4		4		
2.10	Методика освоения музыкально-сценических подвижных игр.	4			4	
2.11	Методика подготовки учащихся к показательным выступлениям индивидуальным и групповым.	2			2	
Итого		72	18	7	47	
Итоговая аттестация		6				защита курсового проекта, общий зачёт

4. Рабочая программа.

Раздел 1. Управленческие решения.

Тема 1. Государственная политика в части развития физического воспитания подрастающего поколения России.

Роль государства в развитии человеческого потенциала России и укреплении здоровья её граждан.

Основной курс государственной политики в области совершенствования физкультурно-спортивного движения в стране, как одного из главных ресурсов в воспитании здорового, духовно богатого, физически развитого молодого поколения. Краткий анализ проблем и приоритетов процесса модернизации физического воспитания населения в соответствии со Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. № 1101-р).

Основные стратегические государственные ориентиры, способствующие реализации государственной политики в области развития физического воспитания детей и молодёжи.

Тема 2. Нормативно-правовые предпосылки создания условий для детей и молодёжи вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом.

Пакет требований к модели современного выпускника общеобразовательной организации, которые сфокусированы на развитие всех важнейших компетенций

личности, в том числе физического развития (перечисление).

Краткий анализ проблем и приоритетов процесса модернизации физического воспитания обучающихся образовательных организаций.

Главные цели и задачи Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения (далее – ФГОС).

Анализ важности задачи обеспечения преемственности целей и задач и образования физкультурно-спортивной направленности, реализуемых в рамках образовательных программ на всех ступенях образования.

ФГОС – основа в оказании помощи родителям (законным представителям) в воспитании школьников, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития.

Основные нормативные, правовые и иные документы, способствующие реализации государственной политики в области модернизации системы физического воспитания в общеобразовательных организациях.

Основные требования Федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура».

Вопросы и задания для самостоятельной работы.

- 1. Ознакомиться с содержанием «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».*
- 2. Ознакомиться с ключевыми принципами Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы (Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761).*
- 3. Ознакомиться с концептуальными основами ФГОС начального, основного и среднего общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура».*
- 4. Какие государственные документы отражают принципы, основную цель и задачи процесса развития физической культуры и спорта в нашей стране?*
- 5. Какие основные требования ФГОС начального общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура»?*
- 6. Какой основной целевой акцент «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года»?*

Тема 3. Основные направления и приоритеты модернизации системы физического воспитания в образовательных организациях.

Актуальность инновационного преобразования системы физического воспитания подрастающего поколения России.

Главные приоритеты российского образования в сфере физического воспитания обучающихся образовательных организаций:

- расширение горизонтов физкультурно-спортивных образовательных услуг с учётом индивидуальных интересов обучающихся;
- дальнейшее совершенствование содержания предметной области «Физическая культура»;
- внедрение инновационных методов и подходов к преподаванию физической культуры;
- совершенствование профессиональных компетенций учителей и тренеров;
- усиление кадрового состава спортсменами, закончившими свою профессиональную деятельность в большом спорте;
- усиление акцентов на проведение детских и молодёжных физкультурно-спортивных массовых мероприятий;
- укрепление и развитие спортивной материально-технической базы образовательных учреждений;
- развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом и ведению здорового образа жизни.

Тема 4. Роль и возможности спортивных федераций в продвижении идей развития физической культуры и спорта в детско-юношеской среде.

Вектор современных изменений, социальных запросов и требований в части физического воспитания школьников.

Актуальность расширения диапазона образовательных услуг в школах в области физического воспитания обучающихся – залог мотивации детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Соглашения о взаимодействии Минобрнауки России с рядом спортивных федераций (список федераций, разбор целей, задач, предполагаемых итогов сотрудничества).

Тема 5. Философия олимпизма «Гармония тела, воли и разума».

История возникновения Олимпийских игр, развития олимпийского движения в России и мире. Пьер де Кубертен и его вклад в мировое олимпийское движение.

Олимпийские игры современности – новое рождение древней традиции.

Что такое Олимпийская хартия. основополагающие принципы олимпизма (перечисление), символ, девиз, эмблема, флаг, гимн, огонь.

Олимпийские виды спорта (летней олимпиады и зимней олимпиады). Основные достижения российских спортсменов, в общем и в художественной и спортивной гимнастике – в частности.

Тема 6. Модель, конкурирующие умения и компетенции учителя в современной школе.

Модель, конкурирующие умения и компетенции педагогического работника в

условиях модернизации системы образования в стране.

Компетенции педагогического работника общеобразовательной организации в соответствии с главными аспектами образовательной среды для разных ступеней общего образования.

Соответствие педагогического работника квалификационным характеристикам, установленным в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования», собирательный «пакет» конкурирующих ЗУНов.

Методика выявления проблем профессионального роста и формирования личного образовательного заказа специалиста.

Вопросы и задания для самостоятельной работы.

1. Ознакомление с Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. №761н).

2. Анализ результатов индивидуального тестирования на определение собственного места в современном образовательном пространстве.

Тема 7. Гимнастика, как одно из направлений гармоничного развития ребенка, его физического, психического и духовного совершенствования.

Исторические корни гимнастики и её развитие в России и мире. Философия олимпизма «Гармония тела, воли и разума».

Статистика основных проблем в здоровьесбережении современных детей и подростков, основные причины дефицита двигательной активности подрастающего поколения.

Многогранность гимнастики в решении задач укрепления здоровья детей, физического и культурного их совершенствования, становления основных личностных качеств, развития творческого потенциала.

Тема 8. Возрастные психологические особенности детей начальной школы и опыт их социализации педагогическими средствами и ресурсами гимнастики.

Возрастные категории детей и особенности их физического и психического развития. Современные методики развития детей, учитывающие чувствительные периоды их развития. Интеллектуальное, эмоциональное и социальное развитие детей средствами гимнастики. Педагогические приемы для формирования у детей первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры в целом и гимнастики, в частности.

Базовые подвижные игры и спортивные эстафеты – ресурс для совершенствования жизненно важных и социальных навыков и умений. Широкие

интегративные возможности гимнастики.

Формы коллективного взаимодействия и сотрудничества.

Осуществление продуктивного взаимодействия с родителями с использованием информационно-просветительной, познавательной и практической деятельности, различных средств информации и коммуникации.

Тема 9. Требования к результатам усвоения и условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования в части учебного предмета «Физическая культура» с соответствию с ФГОС начального общего образования. Роль и место раздела «Гимнастика» в данной образовательной программе

ФГОС начального общего образования – учебный предмет «Физическая культура» (требования к результатам освоения).

Гимнастика – базовый вид спорта школьной программы по физической культуре (цель, задачи, базовые акценты при работе с обучающимися начальной школы).

Гимнастика, как система специальных физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, совершенствование двигательных возможностей обучающегося, залог его гармоничного развития.

Раздел 2. Организационно-педагогические условия реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер» с учётом ресурсов учебно-методического комплекса (УМК) Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов» (в том числе - обучение методикам гимнастики).

Тема 1. Общая характеристика учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер.

Цель, задачи, научная фундаментальность и уникальность учебной программы, основные концептуальные подходы (с акцентом на основные принципы: «от простого к сложному», «использование языка движения», «индивидуальный подход»), прогнозируемые результаты обучения в соответствии с сенситивными периодами развития обучающихся начальной школы.

Содержание программы и учебно-тематическое планирование.

Использование программных средств гимнастики с её широким диапазоном возможностей гармоничного развития детей через правильное выполнение базовых гимнастических упражнений, направленных на становление осанки, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие моторики, дыхание, формирующих музыкальное и эстетическое восприятие, пр.

Дифференцированный подход к работе с обучающимися начальной школы на основе применения вариантов однотипных упражнений для различных категорий

обучающихся в соответствии с их возрастными возможностями, физической подготовленностью, группой здоровья, пр.

Технологии, предполагающие последовательное обращение к образно-ассоциативному ресурсу, эмоциональной, ассоциативной и мышечной памяти обучающегося. Значимость хореографической подготовки.

Игровая деятельность, как одна из форм образования по программе для младших школьников.

Родители – партнёры в работе с детьми по программе и физическом их воспитании.

Примерные нормативы тестирования. Материально-техническое обеспечение программы.

Тема 2. Общая характеристика «УМК И.А. Винер «Гимнастика» для начальных классов», как методического ресурса при реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер». Планируемые результаты использования УМК.

Учебно-методический комплект под редакцией доктора педагогических наук, профессора кафедры методологии гимнастики Ирины Александровны Винер-Усмановой, - перечень материалов, входящих в состав комплекта и их целеполагающая характеристика.

Понятийная база и основная идея создания учебно-методического комплекса.

Диапазон использования УМК и планируемые результаты его использования.

Вопросы и задания для самостоятельной работы.

1. *Подробное ознакомление с учебной программой «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер.*

2. *Ознакомление с Учебно-методическим комплектом под редакцией доктора педагогических наук, профессора кафедры методологии гимнастики Ирины Александровны Винер-Усмановой.*

Тема 3. Методики проведения разминки и выполнения упражнений разминки по видам. Влияние разминки на физическое развитие.

1. *Общая разминка, - упражнения, направленные на подготовку мышц для выполнения гимнастических упражнений.*

2. *Партерная разминка, - элементы и комплексы гимнастических и акробатических упражнений в положении (из положения) «лёжа».*

3. *Разминка у опоры, - элементы хореографических и гимнастических упражнений и позиций в положении «стоя» у станка.*

Особое внимание педагога при работе с детьми во время выполнения ими гимнастических и акробатических упражнений – *равномерному распределению нагрузки на обе стороны тела ребёнка.*

Тема 4. Методики выполнения акробатических упражнений.

Базовая программа выполнения акробатических упражнений («Мост», - развитие гибкости позвоночника и плечевого пояса; стойка на лопатках с последующим переворотом на колени; кувырки в сторону, вперёд, назад).

Методика выполнения акробатических упражнений, основанных на базовых подготовительных элементах.

Техника безопасности выполнения акробатических упражнений.

Тема 5. Методики освоения «подводящих» упражнений.

Подводящие упражнения и упражнения на развитие координации движений, быстроты, гибкости, ловкости, прыгучести, пр. физических качеств обучающихся. Важность подводящих упражнений.

Важность упражнений с чередованием напряжения и расслабления мышц.

Последовательность разучивания нового упражнения с ребёнком. Методы обучения (словесный, наглядный, практический, идеомоторный, музыкальный, пр.).

Роль образного мышления в освоении детьми разучиваемого материала.

Тема 6. Методика освоения техники работы учащихся с предметами.

Основные гимнастические предметы и техники работы с ними (обруч, мяч, булавы, скакалка, лента).

Комбинации гимнастических упражнений с предметами.

Важность контроля за правильностью осанки ребёнка при выполнении им упражнений с гимнастическими предметами (вертикальное положение тела, развёрнутые и опущенные плечи, прямые локти и вытянутые стопы).

Тема 7. Обеспечение безопасности на занятиях гимнастикой.

Важность теоретической подготовки при освоении методик выполнения базовых элементов гимнастики (акцент на правила безопасности при их выполнении). Основные требования техники безопасности на уроках по физической культуре по гимнастике. Правила безопасности при выполнении акробатических элементов и упражнений с гимнастическими предметами.

Внимание и компетентность педагога – залог безопасности обучающегося.

Тема 8. Методика освоения хореографических упражнений.

Элементы классического экзерсиса у опоры и без неё (в соответствии с возрастными особенностями и уровнем подготовки обучающихся).

Элементы народного и жанрового танцев.

Важность ходьбы в различном темпе под музыку.

Танцевальные шаги и основные элементы танцевальных движений.

Процесс создания комбинаций из различных танцевальных элементов и шагов под музыкальное сопровождение и их импровизация.

Комбинации танцевальных упражнений с элементами гимнастики (акробатики).

Тема 9. Разработка урока по гимнастике (по выбору слушателей).

Понятие учебного и учебно-тематического планирования уроков по физической культуре.

Алгоритмы составления плана конкретного урока по физической культуре на основе гимнастики в соответствии с учебной программой «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер» (с учётом использования УМК).

Важность соблюдения временных границ и содержательного наполнения основных структурных составляющих урока, - разминки, основной части, заминки (заключительной части).

Тема 10. Методика освоения музыкально-сценических подвижных игр.

Правила игр и игр по ролям и правила безопасности при участии в них обучающихся младших классов. Подвижные и музыкально - танцевальные игры (примеры).

Общие правила проведения спортивных эстафет и безопасности участия в них детей. Правила проведения эстафет с гимнастическими предметами. Правила судейства эстафет.

Основные принципы сценической постановки. Примеры сценических постановок (перечисление).

Основные принципы выбора музыкального сопровождения.

Тема 11. Методика подготовки учащихся к показательным выступлениям (индивидуальным и групповым).

Понятие «тестирование обучающихся» (базовое и контрольное).

Методика воспитания у детей музыкальности и выразительности движений.

Принципы выбора общей темы сценической постановки показательных выступлений обучающихся.

Важность самостоятельности ребёнка при выборе музыкального сопровождения и составлении комплекса упражнений для своего показательного выступления.

Подготовка коллективного выступления обучающихся.

5. Организационно-педагогические условия реализации программы

5.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Материально-техническое обеспечение включает в себя: организацию условий для проведения лекций и практических занятий, наличие необходимого технического и спортивного оборудования, учебно-методический материал.

Наименование объектов и средств учебно-методического материально-технического обеспечения	Количество
Учебная аудитория	1
Спортивный зал	1
Учебно-методический материал	
Учебная программа «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы, под редакцией И.А. Винер»	По количеству слушателей в группе
Учебно-методический комплект (УМК) Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов»	По количеству слушателей в группе
Технические средства обучения	
Музыкальный центр	1
Компьютер,	1
Мультимедийный проектор	1
Экран	1
Фотоаппарат (кинокамера)	1
Экранно-звуковые пособия	
Аудиозаписи музыкальные	1 комплект
Электронное пособие «Программа гармоничного развития детей средствами гимнастики»	1 комплект
Учебно-практическое оборудование	
Стенка гимнастическая (станок хореографический)	1
Ковер гимнастический (общий размер 10x10 кв.м, три полотна размером 3,33x10 кв.м.)	1
Индивидуальные гимнастические коврики (как альтернатива ковро)	По количеству слушателей в группе
Зеркала (передвижные)	По возможности
Мат акробатический	1
Мяч гимнастический	По возможности
Булавы	По возможности
Скакалка для гимнастики	По возможности

Лента (длина 6 м)	По возможности
Палочка с футляром	По возможности
Обруч гимнастический	По возможности
Трость гимнастическая	По возможности

5.2. Методические рекомендации по реализации программы.

При изучении **темы 1.1** «Государственная политика в части развития физического воспитания подрастающего поколения России, **темы 2** «Нормативно-правовые предпосылки создания условий для детей и молодёжи вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом» и **темы 1.3** «Основные направления и приоритеты модернизации системы физического воспитания в образовательных организациях» (**раздел 1**) обратить внимание на важность содержания главы VII. «Модернизация системы физического воспитания различных категорий и групп населения, в том числе в дошкольных, школьных и профессиональных» Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, а также на задачи и меры, отражённые в Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы, которые направлены на обеспечение доступности и качества образования, воспитание и социализацию детей, формирование у них культуры здорового образа жизни, создание вокруг них комфортной партнёрской среды. Также рекомендуется акцентировать внимание на основных требованиях Федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура».

При изучении **темы 1.6** «Модель, конкурирующие умения и компетенции учителя в современной школе» (**раздел 1**) в процессе знакомства с Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» акцентировать внимание на квалификационных характеристиках таких должностей, как: учитель, тьютор, педагог дополнительного образования, руководитель физического воспитания, инструктор по физической культуре, тренер-преподаватель.

При изучении **темы 1.7** «Гимнастика, как одно из направлений гармоничного развития ребенка, его физического, психического и духовного совершенствования» (**раздел 1**) рекомендуется самостоятельно проанализировать причины падения общего уровня здоровья обучающихся образовательных организаций по возрастным категориям. Выводы можно использовать в практической работе с обучающимися (в различных формах общения с ними на темы, посвящённые воспитанию у них навыков самоконтроля и самосбережения собственного здоровья).

При изучении **темы 1.8** «Возрастные психологические особенности детей начальной школы и опыт их социализации педагогическими средствами и ресурсами гимнастики» (**раздел 1**) уделить особое внимание приёмам установления партнёрских

контактов с родителями, как важному ресурсу в формировании на занятиях с обучающимися общей культуры их личности, в том числе развития их физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности.

При изучении **темы 2.1** Общая характеристика учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер» и **темы 2.2** Общая характеристика «УМК Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов», как методического ресурса при реализации учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер». Планируемые результаты использования УМК» (**раздел 2**) особое внимание уделить цели, задачам и концептуальным подходам к обучению по данной программе и неразрывности её методической связи с «УМК Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов». Акцентировать внимание на логике составления учебно-тематического планирования и ожидаемым результатам обучения.

При изучении **всех тем (2.3 -2.11)** практико-ориентированного направления **раздела 2** уделять особое внимание правильности выполнения элементов хореографии, гимнастики и акробатики. Особо акцентировать внимание на технике безопасности при выполнении всех элементов и созданию условий на занятиях, предупреждающих детский травматизм.

5.3. Рекомендации по использованию образовательных технологий:

- компьютерные технологии;
- «Педагогическое целеполагание» (основана на органической взаимозависимости учебных знаний и дидактических требований к поискам инвариантных и творческих решений поставленных задач и опоре на личный опыт слушателя);
- ролевая игра;
- «Творческие мастерские» (стимулируют всплеск активности обучающихся в направлении реализации своего познавательного интереса, направлены на персонификацию и саморазвитие обучающихся).

5.4. Содержание практических занятий.

Практическое занятие №1 к теме 1.6: «Модель, конкурирующие умения и компетенции учителя в современной школе» (**раздел 1**)

Примерное содержание занятия: проведение индивидуального тестирования с выстраиванием круговой диаграммы «Конкурирующих умений специалиста». Проведение (с использованием этой диаграммы) индивидуального анализа об уровне собственных профессиональных компетенций и личного дефицита в части профессиональных качеств.

Практические занятия № 2-9 к темам 2.3 – 2.11 (Раздел 2): содержание (примерный план) отражён в Рабочей программе.

6. Материалы для проведения аттестационных процедур

6.1. Требования к проведению аттестации по Программе.

Аттестация проводится поэтапно:

- промежуточная аттестация в виде тестов, промежуточных зачетов по практическим занятиям (темы зачётов в соответствии с темами занятий);
- курсовая аттестация (по окончанию изучения программы в виде курсового проекта).

Обучающиеся, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья выполняют теоретическую работу (реферат) по темам курса, который защищается.

Допускается предоставление теоретической работы (курсовой проект, реферат) в виде видеofilmа по заданной тематике.

Обучающиеся допускаются к практическим занятиям по курсу после предоставления справки о состоянии здоровья.

6.2. Требования к выполнению курсового проекта.

Форма и тема проекта – по выбору слушателя.

Формы:

- план проведения урока, - класс, возраст обучающихся и тема урока по выбору слушателя в соответствии с учебной программой «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А. Винер»;

- план проведения мероприятия (например: показательного выступления обучающихся), - возраст обучающихся и тема мероприятия - по выбору слушателя (годовое отчётное занятие, блок показательных выступлений на школьном празднике, иная тема, предложенная слушателем, исходя из собственного опыта работы в конкретной общеобразовательной организации и утверждённая руководителем курсов).

Проект должен содержать:

- текстовую часть плана на бумагоносителе с кратким описанием действий с обучающимися на каждом этапе занятия (разминка, основная часть, заминка), или программы проведения мероприятия с основными концептуальными его моментами (тема, цель мероприятия, задачи, ожидаемые результаты, участники, пр.);

- презентационную часть (для защиты проекта) – компьютерная презентация.

6.3. Механизмы контроля.

Формы	Методы
<ul style="list-style-type: none"> - тестирование; - сдача промежуточных зачётов по практической части Программы; - самоконтроль; - контроль за балансом между теорией и практикой изучаемого материала; - защита курсового проекта. 	<ul style="list-style-type: none"> - групповая и индивидуальная работа со слушателями курсов; - привлечение к итоговой аттестации независимых специалистов (по художественной гимнастике в том числе); - корректировка ошибок и повторная сдача тестов и практических зачётов; - разработка курсового проекта.

6.4 Критерии оценивания для всех форм контроля.

№ п/п	Оцениваемые параметры итогового зачёта по теоретической части Программы (тестирование)	результат
1	<p>В ходе тестирования в полной мере представлены знания в части государственной политики и нормативно-правового регулирования процесса развития физической культуры и спорта в РФ, истории гимнастики, возрастных особенностей детей младшего школьного возраста и использовании ресурсов гимнастики в их здоровьесбережении.</p> <p>В полной мере представлены знания об обеспечении безопасности на занятиях гимнастикой с обучающимися младшего школьного возраста.</p> <p>Владение знаниями об использовании учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер» и «УМК Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов», как методического ресурса при реализации учебной программы, - в соответствии с возрастными особенностями и физическими возможностями младших школьников.</p>	Зачёт
2	<p>Не раскрыты знания о государственной политике и нормативно-правовом регулировании процесса развития физической культуры и спорта в РФ, истории гимнастики, возрастных особенностях детей младшего школьного возраста и использовании ресурсов гимнастики в их здоровьесбережении.</p> <p>Не в полной мере представлены знания об обеспечении безопасности на занятиях гимнастикой с обучающимися младшего школьного возраста.</p> <p>Нет понимания о возможностях и вариантах</p>	Не зачёт

	использования учебной программы «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А.Винер» и «УМК Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов», как методического ресурса при реализации учебной программы, - в соответствии с возрастными особенностями и физическими возможностями младших школьников.	
--	--	--

№ п/п	Оцениваемые параметры итогового зачёта по практической части Программы	результат
1	Все изучаемые в практической части программы упражнения и отдельные гимнастические элементы (в том числе хореографические, акробатические, упражнения с гимнастическими предметами) выполняются правильно и с сохранением ритма музыкального сопровождения. При выполнении элементов и упражнений в полной мере используются приобретённые знания по технике безопасности при занятиях гимнастикой.	Зачёт
2	Изучаемые элементы и упражнения выполняются неправильно, не по предложенным методикам. Не соблюдается ритм музыкального сопровождения. Элементы и упражнения выполняются без учёта правил техники безопасности.	Не зачёт

№ п/п	Оцениваемые параметры итогового курсового проекта	результат
1	В полной мере раскрыта актуальность и практическая значимость проекта. Проект отличается новизной, креативным (творческим) подходом, оригинальностью и простотой его реализации. При разработке проекта использовалась дополнительная литература (приложен её список). Общее оформление проекта соответствует предложенным требованиям.	Зачёт
2	Актуальность и практическая значимость проекта не раскрыта. Работа представляет собой набор тезисных фраз, верных по своей сути, но не связанных с темой проекта и его структурой общей логикой. Предложения по его реализации не выполнимы. Список использованной литературы отсутствует. Общее оформление проекта не соответствует требованиям.	Не зачёт

6.5 Вопросы для подготовки слушателей к тесту (зачету)

1. Общая характеристика «Учебно-методического комплекса (УМК) Винер И.А. «Гимнастика» для начальных классов».
2. Структура и содержание учебной программы «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы под редакцией И.А. Винер».
3. История олимпийских игр и история гимнастики.
4. Гимнастика, как одно из направлений гармоничного развития ребенка, его физического, психического и духовного совершенствования.
5. Методика проведения разминки и выполнения упражнений разминки по видам. Влияние разминки на физическое развитие.
6. Методика выполнения акробатических упражнений.
7. Методика освоения «подводящих» упражнений.
8. Методика освоения техники работы учащихся с предметами.
9. Методика освоения хореографических упражнений.
10. Обеспечение безопасности на занятиях гимнастикой.
11. Разработка урока по гимнастике (по выбору слушателей).
12. Общие подходы к подбору музыкального сопровождения.
13. Возрастные психологические особенности детей начальной школы и опыт их социализации педагогическими средствами и ресурсами гимнастики.
14. Роль учителя, соответствующая социально-ориентированной модели педагога в образовании.
15. Основной государственный документ, в котором обозначена основная цель и задачи процесса развития физической культуры и спорта в нашей стране.
16. Государственный нормативный документ, отражающий возможности развития спортивной инфраструктуры в школе.
17. Документ Минобрнауки России, призванный оказывать помощь руководству общеобразовательной организации в создании (реконструкции) школьной спортивной зоны.
18. Требования к результатам усвоения и условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования в части учебного предмета «Физическая культура» с соответствием с ФГОС начального общего образования.
19. Перечень основных государственных законодательных и иных документов, нормативно-правовых актов в сфере образования и физкультурно-спортивного воспитания населения страны.
20. Практика работы Международной Федерации гимнастики.

7. Рекомендованная литература.

Учебно-методический комплекс под редакцией И.А.Винер:

1. Рабочая программа «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы (Москва. Издательство «Просвещение», 2011 г.)

2. «Физическая культура. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики». Методическое пособие.1-4 классы (Москва. Издательство «Просвещение, 2012г.)

3. «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений в 2-х частях (Москва. Издательство «Просвещение», 2011 г.)

4.Рабочая программа «Гармоничное развитие детей средствами гимнастики». Программа дополнительного образования. (Москва. Издательство «Просвещение», 2011 г.)