

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт дополнительного образования

СОГЛАСОВАНО

Председатель экспертного совета
по дополнительному образованию
ГБОУ ВО МГПУ

_____/ _____ /
Протокол № _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор
ГБОУ ВО МГПУ

Е.Н. Геворкян
« _____ » _____ 2015 г.

**Дополнительная профессиональная программа
(повышения квалификации)**

«Детский фитнес»

(72 ч.)

Автор курса:

М.М. Борисова, канд. пед. наук, доцент

Москва, 2015

Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель реализации программы

Совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области организации фитнес - технологий детей дошкольного возраста в системе дополнительного образования дошкольной образовательной организации.

Совершенствуемые/новые компетенции

№	Компетенция	Направление подготовки 050100 Педагогическое образование Код компетенции		
		Бакалавриат		Магистратура
		4 года	5 лет	
1.	Готов применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса		ПК-3	
2.	Готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности		ПК-8	
3.	Способен применять современные методики и технологии организации и реализации образовательного процесса на различных образовательных ступенях в различных образовательных учреждениях			ПК -1
4.	Готов к разработке и реализации методических моделей, методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в образовательных заведениях различных типов			ПК-8

1.2. Планируемые результаты обучения

№	Знать	Направление подготовки 050100 Педагогическое образование, Код компетенции		
		Бакалавриат		Магистратура
		4 года	5 лет	
1.	Знать современные методики и фитнес-технологии для развития и оздоровления, методы диагностирования достижений обучающихся в области физической		ПК-3	

	культуры			
2.	Знать основы воспитания культуры здоровья у детей дошкольного возраста		ПК-8	
3.	Знать современные методики и технологии организации и реализации образовательного процесса в рамках фитнес- технологий для физического воспитания и развития детей на различных образовательных ступенях в различных образовательных учреждениях			ПК-1
4.	Знать методы и приемы обучения детей движениям, физическим упражнениям.			ПК-8
№	Уметь	Бакалавриат		Магистратура
		4 года	5 лет	
1.	Реализовывать современные фитнес-технологии в системе дополнительного образования в дошкольной образовательной организации		ПК-3	
2.	Планировать и организовывать работу по использованию фитнес - технологий в рамках системы дополнительного образования дошкольных образовательных организациях		ПК-3	
3.	Создавать оптимальные условия для оптимизации двигательной активности детей дошкольного возраста		ПК-3	
4.	Реализовывать процесс обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям		ПК-3	
5.	Диагностировать уровень физического развития ребенка, уровень физической подготовленности и на этой основе формулировать задачи совершенствования работы в данном направлении.		ПК-3	
6.	Реализовывать принцип оздоровительной направленности при проведении фитнес-технологий у детей дошкольного возраста		ПК-8	
7.	Обеспечивать безопасность при проведении фитнес - технологий		ПК-8	
8.	Реализовывать современные технологии культуры здоровья у детей дошкольного возраста		ПК-8	
9.	Реализовывать современные образовательные программы с использованием фитнес - технологий в системе дополнительного образования детей дошкольного возраста			ПК-1
10.	Планировать работу по развитию двигательных способностей, учитывать индивидуальные темпы развития детей			ПК-1

11.	Реализовывать разнообразные физические упражнения с целью удовлетворения и регулирования индивидуальной потребности детей в движениях, воспитания интереса к активной двигательной деятельности.			ПК-1
12.	Реализовывать индивидуально - дифференцированный подход в работе с использованием фитнес- технологий в учреждениях дошкольного образования			ПК-8
13.	Реализовывать методику проведения современных фитнес-технологий в дошкольной образовательной организации			ПК-8

Планируемые результаты обучения по дополнительной профессиональной программе соответствуют выполняемым трудовым действиям:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Код А Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного образования	Общепедагогическая функция. Обучение	А/01.6	Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования
	Воспитательная деятельность	А/02.6	Реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.)
	Развивающая деятельность	А/03.6	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни

1.3. Категория слушателей: воспитатели, педагоги дополнительного образования, учителя начального образования.

1.4. Форма обучения: очно-заочная.

1.5. Режим занятий, срок освоения программы: 6 часов в день, 1 раз в неделю.

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего, час.	Виды учебных занятий, учебных работ		Формы контроля
			Лекции	Интерактивные занятия	
	<i>Базовая часть.</i>	12	12		
1.	Модуль 1. Организация фитнес-технологий в системе дополнительного образования дошкольной образовательной организации	12	12		Входное тестирование (текущий контроль)
1.1	Нормативно–правовые документы и инструктивно– методические материалы, определяющие приоритетные направления совершенствования физического воспитания и регламентирующие предоставление дополнительных услуг в образовательных дошкольных организациях	6	6		
1.2	Безопасность и контроль за использованием спортивного инвентаря и оборудования в процессе проведения фитнес-технологий	6	6		
	<i>Профильная часть (предметно-методическая)</i>	60	22	38	
2	Модуль 2. Использование фитнес-технологий в работе с детьми дошкольного возраста	60	22	38	
2.1.	Особенности физического и психического развития детей дошкольного возраста	6	6		

2.2.	Учет физиологических особенностей дошкольников в процессе проведения фитнес -занятий	6	6		
2.3.	Исторические основы возникновения и развития фитнеса. Концептуальные основы детского фитнеса.	6	6		
2.4	Занятия с использованием детских тренажеров	6	2	4	
2.5	Фитбол-гимнастика в дошкольном учреждении	6		6	
2.6	Степ-аэробика в системе дополнительного образования детей	6		6	
2.7	Взаимодействие детей и родителей в системе дополнительного образования дошкольной образовательной организации	6	2	4	
2.8	Использование элементов хореографии как одна из форм дополнительного образования в системе физического воспитания дошкольников	6		6	
2.9	Использование элементов начальной базы ушу в работе с детьми дошкольного возраста	6		6	

3.0	Каратэ –до в работе с детьми дошкольного возраста	6		6	Выходное тестирование (текущий контроль)
	Итоговая аттестация				Зачет
	ИТОГО	72	34	38	

2.2. Рабочая программа

№ п/п	Виды учебных занятий, учебных работ	Содержание
Раздел 1. Базовая часть		
Модуль 1. Организация фитнес- технологий в системе дополнительного образования дошкольной образовательной организации		
	<i>Вид учебного занятия, учебных работ</i>	
Тема 1.1. Нормативно–правовые документы и инструктивно–методические материалы, определяющие приоритетные направления совершенствования физического воспитания и регламентирующие предоставление дополнительных услуг в образовательных дошкольных организациях	Лекция, 6 часов	Нормативно – правовые документы и инструктивно – методические материалы, определяющие приоритетные направления совершенствования физического воспитания и регламентирующие предоставление дополнительных услуг в образовательных дошкольных учреждениях. Перечень документации для оформления отчетной документации по дополнительным образовательным платным услугам; Перечень нормативных документов «Платные дополнительные образовательные услуги.
Тема 1.2. Безопасность и контроль за использованием спортивного инвентаря и оборудования в процессе проведения фитнес-технологий	Лекция, 6 часов	Обеспечение безопасности и организация контроля за техническим состоянием физкультурного инвентаря и спортивного оборудования в дошкольной образовательной организации. Нормирование физических нагрузок.
Раздел 2. Профильная часть (предметно-методическая)		
Модуль 2. Использование фитнес - технологий в работе с детьми дошкольного		

<i>возраста</i>		
	<i>Вид учебного занятия, учебных работ</i>	
<p>Тема 2.1. Особенности физического и психического развития детей дошкольного возраста</p>	Лекция, 6 часов	<p>Психологические особенности детей старшего дошкольного возраста Развитие движений ребенка старшего дошкольного возраста Закономерности формирования двигательных навыков у детей в процессе обучения Основы развития физических качеств и координационных способностей в дошкольном возрасте</p>
<p>Тема 2.2. Учет физиологических особенностей дошкольников в процессе проведения фитнес -занятий</p>	Лекция, 6 часа	<p>Закономерности роста и физического развития детей. Анатомо-физиологические особенности детей дошкольного возраста. Созревание нервной системы и возрастные особенности моторной функции. Особенности костно-мышечной системы детей в первые семь лет жизни как основа развития моторики (формирование скелета, развитие мышц сгибателей и разгибателей). Совершенствование и перестройка деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем как основа для повышения работоспособности детей при мышечной нагрузке.</p>
<p>Тема 2.3. Исторические основы возникновения и развития фитнеса. Концептуальные основы детского фитнеса.</p>	Лекция , 6 часов	<p>Научно–теоретический анализ существующих представлений о фитнесе и определение его дефиниций. Ретроспективный анализ возникновения фитнеса за рубежом. Развитие фитнеса в России: тенденции и перспективы. Характеристика и классификация направлений фитнеса. Характеристика термина «фитнес-технология». Характеристика детского фитнеса и социокультурные предпосылки его возникновения и развития в России. Понятие «Детский</p>

		<p>фитнес». Задачи, решаемые на занятиях детским фитнесом. Специфические особенности занятий детским фитнесом. Направления детского фитнеса и классификация фитнес – программ. Принципы детского фитнеса. Ознакомление и обучение технике базовых элементов фитнеса: основные базовые шаги, бег, прыжки, движения руками.</p>
<p>Тема 2.4. Занятия с использованием детских тренажеров</p>	<p>Лекция, 2 часа</p>	<p>Понятие о тренажерных устройствах и тренажерах, их краткая характеристика. Классификация тренажерных устройств. Принципиальные отличия детских тренажеров от взрослых. Виды детских тренажеров (тренажеры простейшего типа, тренажеры сложного устройства). Характеристика детских тренажеров. Требования, предъявляемые к детским тренажерам. Значение тренажеров в физическом развитии дошкольников. Методика проведения занятий на тренажерах. Этапы обучения дошкольников работе на тренажерах. Структура занятия с использованием тренажеров. Медико – педагогический контроль на занятиях по физической культуре с использованием тренажеров. Соблюдение техники безопасности при работе на тренажерах. Показания и противопоказания занятий с использованием тренажеров для детей дошкольного возраста.</p>
	<p>Практическая работа, 4 часа</p>	<p>Просмотр открытых занятий (видеоматериалов), анализ проведения занятий с применением тренажеров с детьми дошкольного возраста.</p>
<p>Тема 2.5. Фитбол-гимнастика в дошкольном</p>	<p>Практическая работа, 6 часа</p>	<p>Классификации упражнений в фитбол – гимнастике. Требования к подбору фитбол-</p>

учреждении		<p>мячей. Основные правила фитбол-гимнастики. Структура занятий с фитбол – мячами. Подбор и обучение упражнениям на фитбол-мяче. Составление комплексов фитбол - гимнастики для детей дошкольного возраста. Практическое освоение комплексов упражнений с фитбол-мячами. Подбор подвижных игр и игр-эстафет с фитбол-мячом и их практическое проведение. Просмотр видеоматериалов (открытых занятий), анализ проведения комплексов фитбол-гимнастики для детей дошкольного возраста.</p>
<p>Тема 2.6 Степ-аэробика в системе дополнительного образования детей</p>	<p>Практическая работа, 6 часов</p>	<p>Варианты использования степ-платформы в работе с детьми дошкольного возраста. Структура занятия с использованием степ – платформы. Особенности использования степ-платформы в работе с дошкольниками. Основные правила техники выполнения на занятиях степ – аэробикой. Ознакомление и обучение технике базовых элементов степ-аэробики: основные базовые шаги, движения руками. Подбор и обучение упражнениям для подготовительной, основной и заключительной частей занятия. Просмотр видеоматериалов (открытых занятий), анализ проведения комплексов упражнений на занятиях степ-аэробикой для детей дошкольного возраста.</p>
<p>Тема 2.7 Взаимодействие детей и родителей в системе дополнительного образования</p>	<p>Лекция, 2 часов</p>	<p>Понятие «Взаимодействие». Формы взаимодействия с родителями. Организация детско–родительских спортивных семейных клубов. Положение о создании</p>

дошкольной образовательной организации		семейных клубов.
	Практическая работа, 4 часа	Просмотр видеоматериалов (открытых занятий), анализ проведения занятий в детско-родительской паре
Тема 2.8 Использование элементов хореографии как одна из форм дополнительного образования в системе физического воспитания дошкольников	Практическая работа, 6 часа	Классификация средств хореографии и танца для детей 5-6 лет. Требования к организации и проведению занятий. Особенности проведения занятий с применением танцевально – хореографических упражнений. Ознакомление и обучение технике танцевально – хореографических элементов. Составление комплексов танцевально – хореографических упражнений. Просмотр видеоматериалов (открытых занятий), анализ проведения занятий с применением танцевально – хореографических упражнений с детьми дошкольного возраста.
Тема 2.9 Использование элементов начальной базы ушу в работе с детьми дошкольного возраста	Практическая работа, 6 часа	Особенности занятий с использованием начальной базы ушу с детьми дошкольного возраста. Структура занятия. Основные элементы начальной базы ушу. Ознакомление и обучение начальной базе ушу. Просмотр видеоматериалов (открытых занятий), анализ проведения занятий с использованием начальной базы ушу с детьми дошкольного возраста.
Тема 3.0 Каратэ – до в работе с детьми дошкольного возраста	Практическая работа, 6 часа	Основные элементы базовой техники каратэ-до в работе с дошкольниками. Техника безопасности на занятиях с использованием базовой техники каратэ-до. Ознакомление и обучение элементам базовой техники каратэ-до. Просмотр видеоматериалов (открытых занятий), анализ проведения занятий с использованием элементов каратэ-до с детьми дошкольного возраста.

2.3. Календарный учебный график

«Утверждаю»
Директор ИДО ГБОУ ВО МГПУ
Шалашова М.М. _____
« ____ » _____ 2015г.

Календарный учебный график
группы повышения квалификации по дополнительной профессиональной
программе

ДОУ-_____ «Детский фитнес»
72 часа
с « ____ » _____ 2015 г. по « ____ » 2015 г.

	Месяц	Число	Время проведения и форма занятий	Кол-во часов (ак.ч.)	Тема занятия	ФИО преподавателя, степень, звание
1.			15.00-16.30 лекция	2	Нормативно-правовые основы физического воспитания дошкольников в рамках системы дополнительного образования.	
			16.40-18.10 лекция	2	Перечень нормативных документов «Платные дополнительные образовательные услуги» Перечень документации для оформления отчетной документации по дополнительным образовательным платным услугам.	
			18.20-19.50 лекция	2	Алгоритм составления программы по детскому фитнесу	
2.			15.00-16.30 лекция	2	Безопасность и контроль за использованием спортивного инвентаря и оборудования в процессе проведения фитнес-технологий	
			16.40-18.10 лекция	2	Безопасность детей в образовательном процессе. Причины	

					травматизма у детей.	
			18.20-19.50 лекция	2	Воспитание безопасного поведения детей дошкольного возраста	
3.			15.00-16.30 лекция	2	Психологические особенности детей старшего дошкольного возраста	
			16.40-18.10 лекция	2	Развитие движений ребенка старшего дошкольного возраста	
			18.20-19.50 лекция	2	Закономерности формирования двигательных навыков у детей в процессе обучения Основы развития физических качеств и координационных способностей в дошкольном возрасте	
4.			15.00-16.30 лекция	2	Закономерности роста и физического развития детей. Анатомо-физиологические особенности детей дошкольного возраста	
			16.40-18.10 лекция	2	Особенности костно-мышечной системы детей в первые семь лет жизни как основа развития моторики (формирование скелета, развитие мышц сгибателей и разгибателей)	
			18.20-19.50 лекция	2	Совершенствование и перестройка деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем как основа для повышения работоспособности детей при мышечной нагрузке	
5.			15.00-16.30 лекция	2	Научно–теоретический анализ существующих представлений о фитнесе и определение его дефиниций. Ретроспективный анализ возникновения фитнеса за рубежом. Развитие фитнеса в России:	

					тенденции и перспективы	
			16.40-18.10 лекция	2	Характеристика и классификация направлений фитнеса. Характеристика термина «фитнес-технология»	
			18.20-19.50 лекция	2	Понятие «Детский фитнес». Задачи, решаемые на занятиях детским фитнесом. Специфические особенности занятий детским фитнесом. Направления детского фитнеса и классификация фитнес – программ. Принципы детского фитнеса	
6.			15.00-16.30 лекция	2	Понятие о тренажерных устройствах и тренажерах, их краткая характеристика	
			16.40-18.10 практическое занятие	2	Методика проведения занятий на тренажерах. Медико – педагогический контроль на занятиях по физической культуре с использованием тренажеров.	
			18.20-19.50 практическое занятие	2	Просмотр открытых занятий (видеоматериалов), анализ проведения занятий с применением тренажеров с детьми дошкольного возраста	
7.			15.00-16.30 практическое занятие	2	Классификации упражнений в фитбол – гимнастике. Требования к подбору фитбол-мячей. Основные правила фитбол-гимнастики. Структура занятий с фитбол – мячами.	
			16.40-18.10 практическое занятие	2	Подбор и обучение упражнениям на фитбол-мяче. Составление комплексов фитбол - гимнастики для детей дошкольного возраста.	

			18.20-19.50 практическое занятие	2	Практическое освоение комплексов упражнений с фитбол-мячами. Подбор подвижных игр и игр-эстафет с фитбол-мячом и их практическое проведение	
8.			15.00-16.30 практическое занятие	2	Варианты использования степ-платформы в работе с детьми дошкольного возраста. Структура занятия с использованием степ – платформы	
			16.40-18.10 практическое занятие	2	Особенности использования степ-платформы в работе с дошкольниками. Основные правила техники выполнения на занятиях степ – аэробикой	
			18.20-19.50 лекция	2	Ознакомление и обучение технике базовых элементов степ-аэробики: основные базовые шаги, движения руками. Подбор и обучение упражнениям для подготовительной, основной и заключительной частей занятия	
9.			15.00-16.30 лекция	2	Понятие «Взаимодействие». Формы взаимодействия с родителями	
			16.40-18.10 практическое занятие	2	Просмотр видеоматериалов (открытых занятий) с использованием фитнес-технологий	
			18.20-19.50 практическое занятие	2	Анализ проведения занятий с использованием фитнес-технологий в детско-родительской паре	
10.			15.00-16.30 практическое занятие	2	Особенности проведения занятий с применением танцевально – хореографических упражнений	

			16.40-18.10 практическое занятие	2	Ознакомление и обучение технике танцевально – хореографических элементов	
			18.20-19.50 практическое занятие	2	Составление комплексов танцевально – хореографических упражнений	
11.			15.00-16.30 практическое занятие	2	Особенности занятий с использованием начальной базы ушу с детьми дошкольного возраста. Структура занятия	
			16.40-18.10 практическое занятие	2	Основные элементы начальной базы ушу	
			18.20-19.50 практическое занятие	2	Ознакомление и обучение начальной базе ушу	
12.			15.00-16.30 практическое занятие	2	Основные элементы базовой техники каратэ- до в работе с дошкольниками	
			16.40-18.10 практическое занятие	2	Техника безопасности на занятиях с использованием базовой техники каратэ-до	
			18.20-19.50 практическое занятие	2	Ознакомление и обучение элементам базовой техники каратэ-до	
			15.00		Зачет	

Руководитель программы _____ / М.М. Борисова /

Заместитель директора института дополнительного образования _____ / _____ /

Раздел 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Вид аттестации	Форма контроля	Характеристика оценочных материалов
Текущая	Входное тестирование	Тест из 11 заданий в электронной форме (Приложение 1). Тест считается выполненным, если слушатели выполнили 5 из предложенных 11 заданий.
	Выходное тестирование	Тест из 11 заданий в электронной форме (Приложение 2). Тест считается выполненным, если слушатели выполнили 5 из предложенных 11 заданий.
Итоговая аттестация	Зачет (проект)	<p>Требования к проекту и процедуре его защиты:</p> <p><i>А) Требования к структуре и содержанию проектной работы:</i></p> <p>Работа выполняется в форме видеоролика, снятого (созданного) любыми доступными средствами, соответствующие тематике проектной работы.</p> <p>Требования к видеоролику:</p> <p>Формат -произвольный;</p> <p>Видеоролик должен быть представлен в формате *.avi;</p> <p>Видеоролик должен быть записан на флеш – карту, CD или DVD диске.</p> <p>Максимальная продолжительность -не более 3 минут;</p> <p>Снятые видеоролики по возможности должны быть четкими, неразмытыми;</p> <p>Участие в видеоролике непосредственно участника -на усмотрение участника;</p> <p>Содержание видеоролика не должно противоречить законодательству РФ;</p> <p>Видеоролик не должен носить рекламный характер;</p> <p>Использование при монтаже и съемке видеоролика специальных программ инструментов –на усмотрение участника;</p> <p>Количество видеороликов неограниченно;</p> <p>В ролике могут использоваться фотографии.</p> <p>В видеоролике представляется обобщение опыта собственной педагогической деятельности автора в рамках заявленной темы.</p> <p>К видеороликам может быть прикреплена краткая аннотация, которая содержит в себе сведения об авторе и краткое описание ролика.</p> <p><i>Б) Критерии оценки итоговой работы и процедура ее защиты</i></p> <p>Защита итоговой работы проводится по следующим позициям (критериям):</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Соответствие видеоролика тематике заявленной участником • Представленность в работе опыта собственной педагогической деятельности в русле заявленной темы (при возможности - собственных педагогических новаций), • Творческая новизна, • Оригинальность, • Наличие звукового сопровождения, видеоэффекты, • Общее эмоциональное восприятие, • Эстетичность работы; • Качество видеосъемки.
--	--	--

3.2. Контрольно-измерительные материалы

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Комплект оценочных средств	Вид аттестации
1	<p>ПК-3</p> <p>Готов применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесс</p>	<p>Тестовый контроль</p> <p>(входное и выходное тестирование)</p>	Выполняется индивидуально	<p>Правильное и последовательное выполнение заданий</p> <p>Выдержан регламент выполнения теста 30 мин</p>	<p>Тест считается выполненным, если слушатели выполнили 5 из предложенных 11 заданий.</p> <p>Тестовые оценки соотносятся с общепринятой пятибалльной системой:</p> <p>Оценка «5» (отлично) выставляется слушателям за верные ответы, которые составляют 91% и более от общего количества вопросов;</p> <p>Оценка «4» (хорошо) соответствует результатам тестирования, которые содержат от 71 % до 90% правильных ответов;</p> <p>Оценка «3» (удовлетворительн</p>	Тест из 11 заданий в электронной форме (Приложение 1, 2).	Текущая

					<p>о) соответствует результатам тестирования, которые содержат от 60% до 70% правильных ответов;</p> <p>Оценка «2» (неудовлетворительно) соответствует результатам тестирования, содержащие менее 60% правильных ответов</p>		
		Разработка и защита проекта	<p>Проект выполняется индивидуально</p> <p>Требования приведены выше.</p>	Демонстрация компетентности и по оцениваемым компетенциям	<p>Соответствие видеоролика тематике заявленной участником</p> <p>Представленность в работе опыта собственной педагогической деятельности в русле заявленной темы (при возможности - собственных педагогических новаций), Творческая новизна, Оригинальность, Наличие звукового сопровождения, видеоэффекты, Общее эмоциональное восприятие, Эстетичность работы; Качество видеосъемки.</p>	Тематика проектов, (приложение 3) требования к проектам, критерии оценки проекта	Итоговая
2	<p>ПК-8</p> <p>Готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности</p>	<p>Тестовый контроль</p> <p>(входное и выходное тестирование)</p>	Выполняется индивидуально	<p>Правильное и последовательное выполнение заданий</p> <p>Выдержан регламент выполнения теста 30 мин</p>	<p>Тест считается выполненным, если слушатели выполнили 5 из предложенных 11 заданий.</p> <p>Тестовые оценки соотносятся с общепринятой пятибалльной системой:</p> <p>Оценка «5»</p>	Тест из 11 заданий в электронной форме (Приложение 1, 2).	Текущая

					<p>(отлично) выставляется слушателям за верные ответы, которые составляют 91% и более от общего количества вопросов;</p> <p>Оценка «4» (хорошо) соответствует результатам тестирования, которые содержат от 71 % до 90% правильных ответов;</p> <p>Оценка «3» (удовлетворительно) соответствует результатам тестирования, которые содержат от 60% до 70% правильных ответов;</p> <p>Оценка «2» (неудовлетворительно) соответствует результатам тестирования, содержащие менее 60% правильных ответов</p>		
		Разработка и защита проекта	<p>Проект выполняется индивидуально</p> <p>Требования приведены выше.</p>	Демонстрация компетентности и по оцениваемым компетенциям	<p>Соответствие видеоролика тематике заявленной участником</p> <p>Представленность в работе опыта собственной педагогической деятельности в русле заявленной темы (при возможности - собственных педагогических новаций),</p> <p>Творческая новизна,</p> <p>Оригинальность,</p> <p>Наличие звукового сопровождения,</p>	Тематика проектов, требования к проектам, критерии оценки проекта	Итоговая

					<p>видеоэффекты, Общее эмоциональное восприятие, Эстетичность работы; Качество видеосъемки.</p>		
3	<p>ПК- 1</p> <p>Способен применять современные методики и технологии организации и реализации образовательного процесса на различных образовательных ступенях в различных образовательных учреждениях</p>	<p>Тестовый контроль (входное и выходное тестирование)</p>	<p>Выполняется индивидуально</p>	<p>Правильное и последовательное выполнение заданий</p> <p>Выдержан регламент выполнения теста 30 мин</p>	<p>Тест считается выполненным, если слушатели выполнили 5 из предложенных 11 заданий.</p> <p>Тестовые оценки соотносятся с общепринятой пятибалльной системой:</p> <p>Оценка «5» (отлично) выставляется слушателям за верные ответы, которые составляют 91% и более от общего количества вопросов;</p> <p>Оценка «4» (хорошо) соответствует результатам тестирования, которые содержат от 71 % до 90% правильных ответов;</p> <p>Оценка «3» (удовлетворительно) соответствует результатам тестирования, которые содержат от 60% до 70% правильных ответов;</p> <p>Оценка «2» (неудовлетворительно) соответствует результатам тестирования, содержащие менее 60% правильных</p>	<p>Тест из 11 заданий в электронной форме (Приложение 1, 2).</p>	<p>Текущая</p>

		Разработка и защита проекта	Проект выполняется индивидуально Требования приведены выше.	Демонстрация компетентности и по оцениваемым компетенциям	ответов Соответствие видеоролика тематике заявленной участником Представленность в работе опыта собственной педагогической деятельности в русле заявленной темы (при возможности - собственных педагогических новаций), Творческая новизна, Оригинальность, Наличие звукового сопровождения, видеоэффекты, Общее эмоциональное восприятие, Эстетичность работы; Качество видеосъемки.	Тематика проектов, требования к проектам, критерии оценки проекта	Итоговая
4	ПК-8 Готов к разработке и реализации методических моделей, методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в образовательных заведениях различных типов	Тестовый контроль (входное и выходное тестирование)	Выполняется индивидуально	Правильное и последовательное выполнение заданий Выдержан регламент выполнения теста 30 мин	Тест считается выполненным, если слушатели выполнили 5 из предложенных 11 заданий. Тестовые оценки соотносятся с общепринятой пятибалльной системой: Оценка «5» (отлично) выставляется слушателям за верные ответы, которые составляют 91% и более от общего количества вопросов; Оценка «4» (хорошо) соответствует результатам тестирования, которые содержат	Тест из 11 заданий в электронной форме (Приложение 1, 2).	Текущая

					<p>от 71 % до 90% правильных ответов;</p> <p>Оценка “3” (удовлетворительно) соответствует результатам тестирования, которые содержат от 60% до 70% правильных ответов;</p> <p>Оценка “2” (неудовлетворительно) соответствует результатам тестирования, содержащие менее 60% правильных ответов</p>		
		Разработка и защита проекта	<p>Проект выполняется индивидуально</p> <p>Требования приведены выше.</p>	Демонстрация компетентности и по оцениваемым компетенциям	<p>Соответствие видеоролика тематике заявленной участником</p> <p>Представленность в работе опыта собственной педагогической деятельности в русле заявленной темы (при возможности - собственных педагогических новаций),</p> <p>Творческая новизна,</p> <p>Оригинальность,</p> <p>Наличие звукового сопровождения, видеоэффекты,</p> <p>Общее эмоциональное восприятие,</p> <p>Эстетичность работы;</p> <p>Качество видеосъемки.</p>	Тематика проектов, требования к проектам, критерии оценки проекта	Итоговая

Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы (литература)

Основная:

- Борисова, М.М. «Степ-аэробика в работе с дошкольниками» // Детский сад от А до Я.-№ 6 (60).-2012.-С.94-99.
- Борисова, М.М. Фитнес для детей дошкольного возраста// Детский сад от А до Я.-№ 5.-2012. – С.4-11.
- Борисова, М.М., Ашхотов, А.В. Основные элементы спочана (безопасное фехтование) в системе дополнительного образования детей дошкольного возраста //Современное дошкольное образование. Теория и практика. – 2013. №3 (35). – С.58–61.
- Борисова, М.М., Губжоков, З.Б. «Использование основных элементов базовой техники каратэ-до в работе с детьми дошкольного возраста» // Детский сад от А до Я.-№ 1.-2013.-С.71-76.
- Власенко, Н.Э. Фитнес для дошкольников. - Мозырь: Содействие, 2008.-120 с.
- Голощاپов, Б.Р. История физической культуры и спорта. – М.: Издательский центр «Академия», 2011.-320с.
- Ковшура, Е.О. Оздоровительная классическая аэробика.- Ростов н/Д.:Феникс, 2013.-167с.
- Овчинникова, Т.С., Черная, О.В., Баряева, Л. Б. Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. Обучение, коррекция, профилактика./Под ред. Т.С. Овчинниковой. – СПб.:КАРО, 2010.- 248с.
- Прищепа, С.С. Организация физкультурных занятий родителей с детьми в детском саду. – М.: АРКТИ, 2011. -65с.
- Развитие основных физических качеств и координационных способностей детей/Сост. Н.А. Кирченко.- Мозырь: Белый Ветер, 2011.-150с.
- Сайкина, Е.Г. Фитнес в физкультурном образовании детей дошкольного и школьного возраста в современных социокультурных условиях: Монография.- СПб.:РГПУ, 2008.-64с.
- Сайкина, Е.Г., Кузьмина, С.В. Фитбол-аэробика для детей «ТАНЦЫ НА МЯЧАХ» .-СПб.: Издательство РГПУ им . А . И . Герцена, 2008.- 24с.
- Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 368с.
- Сулим, Е.В. Занятия по физической культуре в детском саду: Игровой стретчинг. - М.:ТЦ Сфера, 2010.-112с.
- Физическое воспитание и развитие дошкольников./Под ред. С.О. Филипповой. – М.: Издательский центр «Академия», 2010.-224с.

Дополнительная литература

- Горянова, Е.В. Уроки ушу для дошколят. – М.: «АКАпринт», 2007. – 104 с.
- Железняк, Н.С. Занятия на тренажерах в детском саду. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 120 с.
- Кузьменко, М.В. Образно – игровая ритмическая гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: ЗАО «Книга и Бизнес», 2007.-116с.
- Майсейсик, А.Н. Черлидинг. – Минск: Нац.ин-т образования, 2011. – 135с.
- Машукова, Ю.М. Степ-гимнастика в детском саду// Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения. -№ 4.-2009.-С. 98-100.
- Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ./Под ред. Н.В. Микляевой. – М.:АРКТИ, 2011.-104с.
- Рыбкина, О.Н., Морозова, Л.Д. Фитнес в детском саду: Программа и конспекты занятий с детьми 5-7 лет./Под ред. Н.В. Микляевой. – М.:АРКТИ, 2012. – 104 с.
- Фирилева Ж.Е., Е.Г. Сайкина Лечебно – профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС».-СПб.:ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.-384с.
- Фомина, Н.А. Сюжетно – ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников. – М.: Баласс, 2008.-144с.

Электронные ресурсы:

1. Детский сад. ру. <http://www.detskiysad.ru/fizvos.html>
2. Информационно-просветительский портал. Физическое воспитание. <http://www.eduhmao.ru/info/1/3814/>, <http://www.eduhmao.ru/>
3. Лучшая учебная литература. <http://st-books.ru/item/11440>
4. Теория и методика физического воспитания. http://www.twirpx.com/files/physical_training/training/, <http://www.twirpx.com/file/14469/>
5. Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>
6. Физическая культура. Научно-методический журнал. <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/>
7. Физкультура и спорт. <http://fkis.ru/?id=341>
8. Электронная библиотека. <http://www.lib.ua-ru.net/disser/ru/code-13.00.04.html>
9. ГНПБ им. К.Д. Ушинского. - <http://www.gnpbu.ru/>
10. РГБ www.rsl.ru
11. РИНЦ <http://elibrary.ru/>

Нормативные документы:

- 1.Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»- М.:Прспект, 2013.-160 с.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.-М.: Центр педагогического образования, 2014. - 32с.

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Для реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- оборудованные аудитории для проведения аудиторных занятий;
- мультимедийное оборудование (компьютер, интерактивная доска, мультимедиапроектор и пр.);
- технические средства обучения (телевизор, DVD проигрыватель, музыкальный центр);
- компьютерные презентации, учебно-методические и оценочные материалы;
- приборы для проведения медико – педагогического контроля и диагностики физического развития (шагомеры, секундомеры, кардиометры, ручные динамометры);
- физкультурно – спортивное оборудование;
- иллюстрированный наглядный материал;
- видеофильмы и аудиозаписи.

4.3. Образовательные технологии, используемые в процессе реализации программы

Для каждой темы разработаны учебно-методические и оценочные материалы, размещенные в системе дистанционного обучения МГПУ, которые позволяют слушателям самостоятельно осваивать содержание программы. Соотношение аудиторной и самостоятельной работы определяется перед реализацией программы для каждой группы слушателей отдельно.

В процессе реализации программы используются лекции с элементами обсуждения проблем, дискуссии, практические занятия (практикумы), открытые просмотры занятий с обсуждением и системным анализом, мастер – классы, технологии проблемно-ориентированного и проектно-ориентированного обучения.

Приложение 1
ФОРМА ВХОДНОГО ТЕСТА
по программе

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

1.Общедоступная,высокоэффективная, эмоциональная система целенаправленных оздоровительных занятий разной направленности с целью повышения физических кондиций, профилактики заболеваний и укрепления состояния здоровья, физического развития детей и подростков на добровольной основе, исходя из интересов занимающихся , называется

(правильный ответ: детский фитнес)

Инструкция: выберите из предложенных правильный ответ

2.Игровое направление фитнес программ включает

а)программы лечебно-профилактического танца, танцевальную терапию, релаксационную гимнастику

б)все направления танцевальной аэробики, а также танцевальные программы на степеках и фитболах

в)программы, основанные на подвижных, музыкальных , развивающих играх, играх-эстафетах и элементах спортивных игр

(правильный ответ: в)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

3.Уровень развития физических качеств (сила, скоростно–силовые качества, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, удержание равновесия, координационные способности) и степень сформированности двигательных навыков называется ...

(правильный ответ: физическая подготовленность)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

4.Целенаправленный процесс воспитания и обучения посредством реализации дополнительных образовательных программ, оказания дополнительных образовательных услуг и осуществления образовательно-информационной деятельности за пределами основных образовательных программ, называется ...

(правильный ответ: дополнительное образование)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

5.Сложный комплекс морфофункциональных биологических и психологических свойств организма, которые определяют силовые, скоростно-силовые и временные характеристики движения ребенка называется ...

(правильный ответ: физические качества)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

6.Гимнастика на большом цветном мяче – это ...

(правильный ответ: фитбол-гимнастика)

Инструкция: выберите из предложенных правильный ответ:

7.При правильном подборе мяча, сколько градусов должен составлять угол между туловищем и бедром, бедром и голенью, голенью и стопой при посадке на мяче

а)45°

б)60°

в)90°

(правильный ответ: в)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

8.Комплекс поз, способствующих повышению эластичности различных мышечных групп, называется

(правильный ответ: стретчинг)

Инструкция: выберите из предложенных правильный ответ

9.Методика проведения занятий игровым стретчингом разработана

а)Т.И. Осокиной

б)А.В. Кенеман

в)Е.В.Сулим

г)М.А. Руновой

(правильный ответ: в)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

10.Разновидность оздоровительной аэробики, где упражнения выполняются на специальность платформе с регулируемой высотой подъема называется

(правильный ответ: степ-аэробика)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

11.Учебно – тренировочные устройства или приспособления, специально предназначенные для развития определенных физических качеств, называются ...

(правильный ответ: тренажеры)

Приложение 2

ФОРМА ВЫХОДНОГО ТЕСТА

по программе

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

1.Общедоступная,высокоэффективная, эмоциональная система целенаправленных оздоровительных занятий разной направленности с целью повышения физических кондиций, профилактики заболеваний и укрепления состояния здоровья, физического развития детей и подростков на добровольной основе, исходя из интересов занимающихся , называется

(правильный ответ: детский фитнес)

Инструкция: выберите из предложенных правильный ответ

2.Игровое направление фитнес программ включает

а)программы лечебно-профилактического танца, танцевальную терапию, релаксационную гимнастику

б)все направления танцевальной аэробики, а также танцевальные программы на степах и фитболах

в)программы, основанные на подвижных, музыкальных , развивающих играх, играх-эстафетах и элементах спортивных игр

(правильный ответ: в)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

3.Уровень развития физических качеств (сила, скоростно–силовые качества, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, удержание равновесия, координационные способности) и степень сформированности двигательных навыков называется ...

(правильный ответ: физическая подготовленность)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

4.Целенаправленный процесс воспитания и обучения посредством реализации дополнительных образовательных программ, оказания дополнительных образовательных услуг и осуществления образовательно-информационной деятельности за пределами основных образовательных программ, называется ...

(правильный ответ: дополнительное образование)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

5.Сложный комплекс морфофункциональных биологических и психологических свойств организма, которые определяют силовые, скоростно-силовые и временные характеристики движения ребенка называется ...

(правильный ответ: физические качества)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

6.Гимнастика на большом цветном мяче – это ...

(правильный ответ: фитбол-гимнастика)

Инструкция: выберите из предложенных правильный ответ:

7.При правильном подборе мяча, сколько градусов должен составлять угол между туловищем и бедром, бедром и голенью, голенью и стопой при посадке на мяче

а)45°

б)60°

в)90°

(правильный ответ: в)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

8.Комплекс поз, способствующих повышению эластичности различных мышечных групп, называется

(правильный ответ: стретчинг)

Инструкция: выберите из предложенных правильный ответ

9.Методика проведения занятий игровым стретчингом разработана

а)Т.И. Осокиной

б)А.В. Кенеман

в)Е.В.Сулим

г)М.А. Руновой

(правильный ответ: в)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

10.Разновидность оздоровительной аэробики, где упражнения выполняются на специальной платформе с регулируемой высотой подъема называется

(правильный ответ: степ-аэробика)

Инструкция: закончите утверждающее высказывание

11. Учебно – тренировочные устройства или приспособления, специально предназначенные для развития определенных физических качеств, называются

...

(правильный ответ: тренажеры)

Приложение 3

Тематика проектов

Использование в секционной работе со старшими дошкольниками элементов гимнастики ушу как средство развития гибкости

Использование тренажерных устройств в работе с детьми на занятиях и вне занятий

Методика использования простейших тренажеров в дошкольной образовательной организации

Оздоровительный эффект занятий на фитболах

Особенности использования ритмической гимнастики в дошкольной образовательной организации

Педагогические условия развития координации движений у старших дошкольников в процессе проведения фитбол - гимнастики

Ритмика в работе по физическому воспитанию в ДОО

Ритмическая гимнастика – одно из средств здорового образа жизни

Ритмическая гимнастика как средство развития координации движений у старших дошкольников

Семейно – спортивные клубы как одна из форм взаимодействия родителей с детьми в дошкольной образовательной организации

Современные технологии физкультурно - оздоровительной работы с детьми (по выбору слушателя)

Фитбол - гимнастика как средство развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста

Аквааэробика в дошкольной образовательной организации

Йога для детей

Основные элементы каратэ-до в работе с дошкольниками

Утверждено на заседании кафедры дошкольного образования

Протокол № ___ от «__» _____ 2015 г.

Зав. кафедрой _____ /Сухова Е.И./

