



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ
Директор ИГО
И.И. Санникова

02.02.2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

***ФИЗКУЛЬТУРНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ В АСПЕКТЕ
НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ***

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль программы

Дошкольное образование и дополнительное образование

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения
очная

Институт	гуманитарного образования
Кафедра	Дошкольного и специального образования
Курс	5
Семестр	9


Магнитогорск
2026 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
Дошкольного и специального образования
28.01.2026, протокол № 5

Зав. кафедрой  В.А. Чернобровкин

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО
02.02.2026 г. протокол № 6

Председатель  Л.Н. Санникова

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры кафедры ДиСО, канд. пед. наук  Г.В. Ильина

Рецензент:

зав. кафедрой ПОиД, канд. пед. наук  С.С. Великанова

Лист актуализации рабочей программы

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2027 - 2028 учебном году на заседании кафедры Дошкольного и специального образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.А. Чернобровкин

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2028 - 2029 учебном году на заседании кафедры Дошкольного и специального образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.А. Чернобровкин

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2029 - 2030 учебном году на заседании кафедры Дошкольного и специального образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.А. Чернобровкин

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2030 - 2031 учебном году на заседании кафедры Дошкольного и специального образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.А. Чернобровкин

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2031 - 2032 учебном году на заседании кафедры Дошкольного и специального образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.А. Чернобровкин

1 Цели освоения дисциплины (модуля)

Формирование готовности студентов к реализации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования на основе изучения психолого-педагогических и управленческих основ реализации принципа преемственности в развитии физических качеств детей.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного образования входит в обязательную часть учебного плана образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Педагогика

Детская психология

Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста

Основные движения и подвижные игры

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Взаимодействие с семьями детей дошкольного возраста

Производственная – преддипломная практика

3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины (модуля) «Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного образования» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ОПК-6	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
ОПК-6.1	Осуществляет отбор и применение психолого-педагогических технологий для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся

4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 академических часов, в том числе:

- контактная работа – 63,5 академических часов;
- аудиторная – 60 академических часов;
- внеаудиторная – 3,5 академических часов;
- самостоятельная работа – 8,8 академических часов;
- в форме практической подготовки – 0 академических часов;
- подготовка к экзамену – 35,7 академических часов

Форма аттестации - экзамен

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в академических часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Физкультурная деятельность дошкольников в аспекте непрерывного образования								
1.1 Непрерывная физкультурная деятельность детей дошкольного и младшего школьного возраста	9	2		4				ОПК-6.1
1.2 Формы организации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования		5		4				ОПК-6.1
1.3 Подходы к определению понятия «преемственность» в развитии физических качеств детей дошкольного и младшего школьного возраста		1		4				ОПК-6.1
1.4 Психомоторное развитие детей дошкольного возраста средствами физической культуры в условиях инклюзивного образования		5		4	8,8	Перечислите нормативно-правовые документы, касающиеся охраны и укрепления физического и психического здоровья детей Составьте консультацию для педагогов и родителей по	Проверка индивидуальных заданий на образовательном портале	ОПК-6.1

						активизации двигательной деятельности тревожных или гиперопекаемых детей (на выбор)		
Итого по разделу		13		16	8,8			
2. Профессиональная компетентность будущих педагогов к реализации здоровьесберегающих технологий в непрерывной физкультурной деятельности детей								
2.1 Современные подходы к реализации здоровьесберегающих технологий с детьми дошкольного возраста	9	2		12				ОПК-6.1
2.2.2. Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательном пространстве дошкольном и дополнительном образовании		4						ОПК-6.1
2.3 Программированные упражнения на формирование готовности студентов к реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности детей		1		4				ОПК-6.1
2.4 Компоненты готовности студентов к реализации физкультурной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста		4		4				ОПК-6.1
Итого по разделу		11		20				
Итого за семестр		24		36	8,8		экзамен	
Итого по дисциплине		24		36	8,8		экзамен	

5 Образовательные технологии

В учебном плане по дисциплине «Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного образования» запланированы лекции и практические занятия в интерактивной форме. В связи с чем, планируется использование таких интерактивных форм работы, как работа в малых группах (анализ ФГОС дошкольного образования (направление «Физическое развитие»), обсуждение планирования ведущих форм физкультурной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста и др.); обсуждение дискуссионных вопросов и проблем управления физкультурной деятельностью дошкольников и младших школьников; проведение мини-конференций (например, по теме – реализация современных здоровьесберегающих технологий в непрерывной физкультурной деятельности детей).

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Представлено в приложении 1.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Представлены в приложении 2.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) Основная литература:

1. Ильина, Г. В. Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного образования : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2018. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/2339> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Ильина, Г. В. Практикум по образовательной области "Физическое развитие" : учебное пособие [для вузов] / Г. В. Ильина ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2020. - 1 CD-ROM. - ISBN 978-5-9967-1989-1. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/2869> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

3. Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

4. Ильина, Г. В. Физическое развитие дошкольников : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/330> (дата обращения: 20.01.2025). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

б) Дополнительная литература:

- 1.Ильина, Г. В. Оперативное планирование образовательной области "Физическое развитие детей 3-4 лет" : учебное пособие [для вузов] / Г. В. Ильина, Н. А. Ведешкина, Н. С. Пыталева ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2022. - 1 CD-ROM. - ISBN 978-5-9967-2398-0. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/20191> (дата обращения: 20.01.2025). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.
- 2.Ильина, Г. В. Оперативное планирование образовательной области "Физическое развитие детей 4-5 лет" : учебное пособие [для вузов] / Г. В. Ильина, Н. А. Ведешкина, И. А. Лустова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2022. - 1 CD-ROM. - ISBN 978-5-9967-2397-3. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/3264> (дата обращения: 20.01.2025). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.
- 3.Ильина, Г. В. Оперативное планирование образовательной области "Физическое развитие детей 5-6 лет" : учебное пособие [для вузов] / Г. В. Ильина, Н. А. Ведешкина, Н. Э. Воронина ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2023. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/21082> (дата обращения: 20.01.2025). - ISBN 978-5-9967-2670-7. - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.
- 4.Ильина, Г. В. Оперативное планирование образовательной области "Физическое развитие детей 6-7 лет" : учебное пособие [для вузов] / Г. В. Ильина, Н. Э. Воронина, С. Г. Гельмель ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2023. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/21083> (дата обращения: 20.01.2025). - ISBN 978-5-9967-2671-4. - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

в) Методические указания:

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся представлено в приложении 1 к рабочей программе.

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации представлены в приложении 2 к рабочей программе.

Методические рекомендации для студентов по освоению дисциплины представлены в приложении 3 к рабочей программе.

Л.Н.Санникова, Н.И.Левшина Промежуточная аттестация: система мониторинга качества образовательной деятельности обучающихся: методические рекомендации для обучающихся – Магнитогорск: Изд-во Магнитогорск. гос. техн. университета им.Г.И.Носова, 2019. -18 с. (25 шт. в библиотеке МГТУ).

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Программное обеспечение

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
7Zip	свободно распространяемое ПО	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое ПО	бессрочно
Браузер Yandex	свободно распространяемое ПО	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	https://dlib.eastview.com/
Российская Государственная библиотека. Каталоги	https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	https://host.megaprolib.net/M P0109/Web

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

- Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа - Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации.
- Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации - Доска, мультимедийный проектор, экран
- Помещения для самостоятельной работы обучающихся - Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета
- Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования - Шкафы для хранения учебно-методической документации, учебного оборудования и учебно-наглядных пособий.

Приложение 1

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Раздел/ тема дисциплины	Вид самостоятельной работы
Раздел 1. <i>Педагогический и врачебный контроль физической подготовленности и физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста</i>	
Тема 1.1. Диагностика физической подготовленности детей дошкольного, младшего школьного возраста с учетом норм ГТО. <i>Литература:</i> 1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.	
Тема 1.2. Врачебный контроль физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. Учёт пульсовых данных ребёнка, хронометраж физкультурного занятия. <i>Литература:</i> 1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. -	

<p>Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	
<p>Тема 1.3. Педагогический контроль физкультурной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста.</p> <p><i>Литература:</i></p> <p>1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана.</p> <p>- URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	
<p>Раздел 2 Реализация ОО «Физическое развитие» в блоке «Физическая культура» детей дошкольного возраста</p>	
<p>Тема 2.1. Цель, задачи, планируемые результаты ОО «Физическое развитие» детей дошкольного возраста с учетом ФГОС ДО.</p> <p><i>Литература:</i></p> <p>ФГОС ДО.</p> <p>1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана.</p> <p>- URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	
<p>Тема 2.2. Анализ, планирование и учёт работы ОО «Физическое развитие» с детьми дошкольного возраста с учетом ведущих форм физкультурной деятельности (УГГ, физкультурное занятие, бодрящая гимнастика после дневного сна, специально-организованная деятельность).</p> <p><i>Литература:</i></p> <p>1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана.</p> <p>- URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	

<p>Тема 2.3. Развитие физических качеств детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования. Реализация дополнительного образования дошкольников в ОО «Физическое развитие»</p> <p><i>Литература:</i></p> <p>1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана.</p> <p>- URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	
<p>Раздел 3 Реализация ОО «Физическое развитие» в блоке «Здоровье» с детьми дошкольного возраста</p>	
<p>Тема 3.1. Здоровьесберегающие технологии физкультурно-оздоровительной направленности в ДОУ</p> <p><i>Литература:</i></p> <p>1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана.</p> <p>- URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	<p>Рассмотреть 3-4 подхода современных исследований в реализации коррекционных здоровьесберегающих технологий в ДОУ</p>
<p>Тема 3.2. Реализация ЗСТ физкультурно-оздоровительной направленности с детьми в условиях ДОУ и семье</p> <p><i>Литература:</i></p> <p>1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана.</p> <p>- URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	<p>Разработать консультацию для педагогов и родителей по использованию 1-2 технологий сохранения и стимулирования здоровья детей с детьми в ДОУ и семье</p>
<p>Тема 3.3. Реализация здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности</p> <p><i>Литература:</i></p> <p>1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей</p>	<p>Составить анкету для родителей (законных представителей) из 10-12 вопросов на определение готовности к реализации ЗСТ</p>

<p>дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329 (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.</p>	<p>с детьми дошкольного возраста в условиях семейного воспитания</p>
--	--

Перечень тем для подготовки к практическим занятиям:

Тема 1.1. Диагностика физической подготовленности детей дошкольного, младшего школьного возраста с учетом норм ГТО.

Задание

- 1.Подготовить листы диагностики и физической подготовленности детей.
2. Представить содержание тестов определяющих уровень физической подготовленности детей 6-7 лет.
3. В таблице «Сопоставительные нормы уровня развития физических качеств дошкольников 6-8 лет» заполните содержание с учетом 1 ступени ГТО для детей 6-8 лет.

Таблица

Сопоставительные нормы уровня развития физических качеств дошкольников 6-8 лет

значок	Контрольные упражнения	Физическое качество	Показатель	
			девочки	мальчики
золото	Бег на 30 метров	быстрота		
серебро				
бронза				
золото	Прыжок в длину с места			
серебро				
бронза				
золото	Наклоны вниз из положения стоя			
серебро				
бронза				
золото	Челночный бег			
серебро				
бронза				

Литература:

- 1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения:

20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 1.2. Врачебный контроль физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. Учёт пульсовых данных ребёнка, хронометраж физкультурного занятия.

Задание

1. Подготовить листы диагностики физического развития детей.
2. Представить содержание тестов определяющих уровень физического развития детей 3-7 лет.
3. Сделать шаблон протокола хронометрирования физкультурного занятия, заполнить его, просмотрев физкультурное занятие (видео).

Протокол хронометрирования физкультурного занятия

Физкультурное занятие _____ группе детского сада _____

Дата _____ Место проведения _____

Физкультурное занятие проводил _____

Задачи физкультурного занятия _____

В группе по списку _____ Присутствовало _____ Занималось _____

Наблюдение проводилось за педагогом и занимающимся _____

Хронометрировал

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
10																																			
20																																			
30																																			
40																																			
50																																			
60																																			

Пр – простой

П - показ

Р – рассказ (объяснение)

Х – ходьба

Б – бег

ОРУ –

С – построения, перестроения

У - задания, выполняемые детьми (упражнения в беге, прыжках, лазании, ползании.)

Шаблон протокола измерения ЧСС во время физкультурного занятия.

Протокол измерения ЧСС во время физкультурного занятия

Группа: средняя группа

Детский сад № _____

Дата: _____ Место проведения _____

Ф.И.О. проводящего физкультурное занятие _____

Ф.И.О. анализирующего физкультурное занятие _____

Наблюдение проводилось за ребенком:

№ п/п	Время измерения	Пульс за 10 сек	Пульс за 1 мин.	Виды деятельности	Примечание
1.	00			до занятия	
2.	3				
3.	6				
4.	9				
5.	12				
6.	15				
7.	18				
8.	21				
9.	24				
10.	27				
11.	30				
12.	33				
13.	36				

Литература:

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 1.3. Педагогический контроль физкультурной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Задание

1. Сделать 2 педагогических анализа предложенных на видео ведущих форм организации физкультурной деятельности детей дошкольного возраста (физкультурного занятия и УГТ).
2. Обсудить данный педагогический анализ в группе.

Литература:

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 2.1. Цель, задачи, планируемые результаты ОО «Физическое развитие» детей дошкольного возраста с учетом ФГОС ДО.

Задание

1. Рассмотреть ФГОС ДО, найти ОО «Физическое развитие».
2. Обозначит цель, задачи, планируемые результаты ОО «Физическое развитие».

Литература:

ФГОС ДО.

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 2.2. Анализ, планирование и учёт работы ОО «Физическое развитие» с детьми дошкольного возраста с учетом ведущих форм организации физкультурной деятельности (УГГ, физкультурное занятие, бодрящая гимнастика после дневного сна, специально-организованная деятельность).

Задание

1.Рассмотреть формы организации физкультурной деятельности детей ДОО и начальной школы с учетом ФГОС ДО и начального общего образования.

2. Сделать сравнительную характеристику данных форм организации физкультурной деятельности детей ДОО и начальной школы.

3. Составьте карточки-задания с подвижными играми для детей 6-7 лет разной интенсивности

Название подвижной игры большой интенсивности:

Цель:

Инвентарь:

Подготовка	Ход игры	Правила

Название подвижной игры средней интенсивности:

Цель:

Инвентарь:

Подготовка	Ход игры	Правила

Литература:

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 2.3. Развитие физических качеств детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования. Реализация дополнительного образования дошкольников в ОО «Физическое развитие»

Задание

1. Представить в таблице оптимальные средства, методы, формы развития физических качеств детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Тест для самопроверки.

1. Подчеркните основные задачи физического воспитания:

А) воспитательная

Б) морально-волевая

В) эстетическая

Г) образовательная

Д) оздоровительная

1. Выделите задачи физического воспитания направленные на развитие физических и нравственно-волевых качеств дошкольников:

- А) воспитательная
- Б) морально-волевая
- В) эстетическая
- Г) образовательная
- Д) оздоровительная

2. Выберите основные средства физического воспитания дошкольников:

- А) бег
- Б) естественные силы природы
- В) физические упражнения
- Г) гигиенические факторы
- Д) закаливание

4. Как Вы считаете, физические качества – это:

- А) приобретённые особенности человека, процессе жизнедеятельности
- Б) врождённые морфофункциональные особенности организма человека
- В) качества деятельности человека, позволяющие выполнять движения
- Г) эффективно развивающиеся качества в процессе физического воспитания посредством физических упражнений

Подчеркните правильный вариант ответа

5. Методы организации физкультурной деятельности дошкольников:

- А) повторный
- Б) фронтальный
- В) круговой тренировки
- Г) посменный
- Д) переменный

6. Методы развития физических качеств дошкольников:

- А) повторный
- Б) фронтальный
- В) равномерный
- Г) посменный
- Д) интервальный

7. Физические качества развиваются в процессе:

- А) физической культуры
- Б) физической подготовки
- В) физической подготовленности
- Г) физкультурного движения

8. Подчеркните ведущие формы организации физкультурной деятельности дошкольников:

- а) физкультурная минутка
- Б) физкультурный досуг
- В) гимнастика после сна
- Г) УГГ

9. Отметьте виды планирования физкультурной деятельности дошкольников:

- А) практическое
- Б) оперативное
- В) блочное

- Г) классическое
- Д) перспективное

10. Какими документами представлено перспективное планирование физкультурной деятельности дошкольников:

- А) тема
- Б) план-конспект
- В) блок
- Г) годовой план-график

11. Физкультурное занятие включает:

- А) заключительную часть
- Б) вводную
- В) подводящую
- Г) вводно-подготовительную
- Д) основную

12. В какой части физкультурного занятия проводится комплекс ОРУ:

- А) заключительная
- Б) вводная
- В) подводящая
- Г) подготовительная
- Д) основная

13. В какой части физкультурного занятия решаются образовательные задачи:

- А) заключительная
- Б) вводная
- В) подводящая
- Г) подготовительная
- Д) основная

14. Определение данного физического качества: «Способность в процессе двигательных действий преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений»:

- А) ловкость
- Б) быстрота
- В) сила
- Г) выносливость
- Д) гибкость

15. Виды здоровьесберегающих технологий реализуются в дошкольном учреждении:

- А) эстетической направленности
- Б) коррекционные
- В) музыкальные
- Г) обучения здоровому образу жизни
- Д) сохранения и стимулирования здоровья

16. Подчеркните технологии обучения здоровому образу жизни:

- А) физкультурная минутка
- Б) физкультурный досуг
- В) сказкотерапия
- Г) УГГ
- Д) релаксация

Литература:

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 3.1. Здоровьесберегающие технологии физкультурно-оздоровительной направленности в ДОУ и семье

Задание

1. Обозначить 4 вида ЗСТ физкультурно-оздоровительной направленности.
2. Рассмотреть 1-2 ЗСТ физкультурно-оздоровительной направленности, провести с группой ряд упражнений, игр, заданий из представленных технологий.

Литература:

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 3.2. Реализация ЗСТ физкультурно-оздоровительной направленности с детьми ОВЗ в ДОУ и семье

Задание

1. Составить комплекс (7-8 упражнений, игр, заданий) из выбранной студентом ЗСТ технологии физкультурно-оздоровительной направленности.
2. Разработать консультацию для педагогов по реализации представленной технологии.

Литература:

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тема 3.3. Реализация здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности

Задание

1. Составить и провести консультацию, игротренинг, круглый стол (на выбор) для родителей (законных представителей) по реализации 1 из видов ЗСТ физкультурно-оздоровительной направленности в семье.

Литература:

1.Ильина, Г. В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/329> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Тест 1 к разделу 1

*Выполните тест, выделив правильный (е) вариант (ы) ответа (ов) шрифтом или красным цветом
Подчеркните правильный (е) вариант (ы) ответов:*

1. Методы, используемые в физическом воспитании детей дошкольного возраста:

- А) обучения
- Б) указания
- В) развития
- Г) организации

2. Методы развития физических качеств дошкольников:

- А) повторный
- Б) соревновательный
- В) круговой тренировки
- Г) игровой

3. Повторный метод развития физических качеств характеризуется:

- А) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения
- Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений
- В) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления
- Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

4. Методы организации физкультурной деятельности дошкольников:

- А) повторный
- Б) фронтальный
- В) круговой тренировки
- Г) переменный

5. Равномерный метод развития физических качеств характеризуется:

- А) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления
- Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений
- В) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения
- Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

6. Доминирующий метод развития физических качеств у детей дошкольного возраста:

- А) соревновательный
- Б) переменный
- В) игровой
- Г) повторный

7. Переменный метод развития физических качеств характеризуется:

- А) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления
- Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений
- В) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения
- Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

8. Методы обучения физическим упражнениям:

- А) расчленённый
- Б) целостный
- В) информативный
- Г) репродуктивный

9. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (бег):

- А) Бег проводится на площадке с мягким покрытием
- Б) Бег на 30 м выполняется с низкого старта
- В) Участники стартуют по 2-4 человека.
- Г) Бег на 60 и 100 м выполняется с низкого или высокого старта

10. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (при выполнении подтягиваний из виса на высокой перекладине):

- А) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- Б) подбородок поднялся выше грифа перекладины;
- В) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;
- Г) одноименное сгибание рук.

11. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине):

- А) подтягивания с рывками или с прогибанием туловища;
- Б) одноименное сгибание рук.
- В) подбородок поднялся ниже грифа перекладины;
- Г) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;

12. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (отжимания)):

- А) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- Б) прямая линия «плечи - туловище – ноги»;
- В) поочередное разгибание рук;
- Г) касание грудью пола (платформы)

13. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье):

- А) фиксация результата пальцами двумя руками;
- Б) сгибание ног в коленях;
- В) фиксация результата менее 2 секунд.
- Г) фиксация результата пальцами одной руки;

14. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (прыжок в длину с места толчком двумя ногами):

- А) отталкивание 2-мя ногами одновременно;
- Б) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- В) заступ за линию измерения или касание ее;
- Г) отталкивание ногами разновременно.

Тест 2 к разделу 2

Выполните тест, выделив правильный (е) вариант (ы) ответа (ов) шрифтом или красным цветом

1. Подчеркните виды планирования физкультурной деятельности дошкольников:

- А) блочное
- Б) оперативное
- В) классическое
- Г) перспективное

2. Какими документами представлено перспективное планирование физкультурной деятельности дошкольников:

- А) тема
- Б) план-конспект
- В) блок
- Г) годовой план-график

3. Этапы обучения технике основных движений, выделенные в блочном планировании физкультурной деятельности дошкольников:

- А) обучить
- Б) закрепить
- В) совершенствовать
- Г) разучить

4. Этапы обучения технике основных движений в планировании физкультурной деятельности дошкольников обозначены буквами:

- А) С
- Б) Р
- В) О
- Г) З

5. Этап обучения технике физического упражнения, в ходе которого у детей формируется двигательное умение:

- А) С
- Б) Р
- В) О
- Г) З

6. Ключевой вопрос при формулировании образовательной задачи физического воспитания дошкольников:

- А) что делать?

- Б) что сделать?
- В) что сделано?
- Г) что предстоит?

7. Ключевой вопрос при формулировании воспитательной задачи физического воспитания дошкольников:

- А) что сделано??
- Б) что сделать?
- В) что делать
- Г) как сделать?

8. Самая продолжительная часть физкультурного занятия

- А) ведущая
- Б) заключительная
- В) основная
- Г) вводно-подготовительная

9. Продолжительность физкультурного занятия в старшей группе

- А) 20-25 мин
- Б) 30-35 мин
- В) 25-30 мин
- Г) 15-20 мин

10. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на приведение различных систем организма ребёнка в спокойное состояние

- А) основная
- Б) заключительная
- В) заминка
- Г) вводно-подготовительная

11. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на подготовку органов и систем к предстоящим физическим нагрузкам

- А) основная
- Б) вводная
- В) разминка
- Г) вводно-подготовительная

12. Разминка, основная часть, заминка являются структурными единицами

- А) УГГ
- Б) физкультурного занятия
- В) тренировки
- Г) соревнования

13. Физкультурное занятие состоит из

- А) 2 частей
- Б) 4 частей
- В) 3 частей
- Г) 5 частей

14. Задачи УГГ

- А) формирование физической культуры детей
- Б) разучивание техники физического упражнения
- В) выравнивание эмоционального и психофизического состояния детей группы и подготовки их к предстоящей совместной деятельности
- Г) обучение основным движениям

15. Задачи физкультурного занятия

- А) образовательная

- Б) подготовительная
- В) воспитательная
- Г) оздоровительная

Тест 3 к разделу 3

Выполните тест, выделив правильный (е) вариант (ы) ответа (ов) шрифтом или красным цветом

1. Понятие «физическое развитие» с позиции реализации ОО «физическое развитие» рассматривается как:

- А) педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств и образование человека
- Б) специфическая деятельность человека, проявляющаяся в генетически обусловленной потребности человека в двигательной активности, отвечающая психофизическим особенностям человека, которая решается в процессе физического воспитания.
- В) педагогический процесс, направленный на формирование потребностно-мотивационной сферы человека с широким спектром установок на физкультурную деятельность: стремления, интересы, цели, потребности, мотивы и т.д.
- Г) процесс изменения форм и функций организма и развития физических качеств ребенка, который наиболее эффективно протекает в процессе физического воспитания, посредством физических упражнений.

2. Ведущие задачи физического воспитания, которые эффективно решаются в ОО «Физическое развитие»:

- А) обучение технике основных движений, развитие физических качеств
- Б) формирования социальных, нравственных, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка
- В) формирования предпосылок к трудовой деятельности
- Г) охрана и укрепления физического и психического здоровья детей

3. Тесты, определяющие уровень физического развития дошкольников:

- А) вес
- Б) бег на 30 метров
- В) ЖЕЛ
- Г) динамометрия

4. Типы здоровьесберегающих технологий физкультурно-оздоровительной направленности, которые реализуются в ДОУ на современном этапе:

- А) технологии обучения здоровому образу жизни
- Б) коммуникативные технологии
- В) коррекционные технологии
- Г) технологии сохранения и стимулирования здоровья

5. Здоровьесберегающие технологии реализуемые в физкультурной деятельности дошкольников

- А) гимнастика ортопедическая
- Б) бумагопластика
- В) гимнастика бодрящая
- Г) биссероплетение

6. Технологии физкультурно-оздоровительной направленности, реализуемые с детьми ежедневно в режиме дня дошкольников:

- А) гимнастика бодрящая
- Б) танцевальная гимнастика
- В) физкультурное занятие
- Г) утренняя гигиеническая гимнастика

7. Упражнения, запрещенные и ограниченные к применению в дошкольных образовательных учреждениях

- А) сидение на пятках
- Б) подлезание в туннель
- В) наклоны головы назад
- Г) прыжок в длину с места

8. Тест на гибкость по нормативам ГТО:

- А) гимнастическое упражнение «мост»
- Б) наклон туловища назад, сидя на гимнастической скамейке
- В) кувырок назад
- Г) наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке

9. Стретчинг – это упражнения:

- А) глазодвигательные
- Б) дыхательные
- В) на растягивание разных групп мышц
- Г) язычковые

10. Технологии эстетической направленности (предложенные Г.В. Ильиной) включают гимнастику:

- А) ортопедическую
- Б) нравственную
- В) волевою
- Г) глазодвигательную

11. К коррекционным технологиям в ДОУ не относятся:

- А) цветотерапия
- Б) психогимнастика
- В) тай-бо
- Г) стретчинг

12. Кинезеология- это наука изучающая:

- А) животных
- Б) мозг человека
- В) робототехнику
- Г) историю

13. Релаксация – это:

- А) способность человеческого мышления к критическому самоанализу
- Б) комплекс особых упражнений, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков, а также на борьбу с различными психологическими проблемами
- В) полное расслабление организма вследствие снижения тонуса скелетных мышц
- Г) невербальный прием коллективного взаимодействия, который подразумевает представление переживаний, психологических состояний, проблем с помощью невербальных методов общения, дает возможность детям выражать себя и поддерживать связь без помощи слов

14. Психогимнастика – это:

- А) ряд психических упражнений, используемых в составе духовно-религиозной или оздоровительной практики, или же особое психическое состояние, возникающее в результате этих упражнений
- Б) комплекс особых упражнений, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков, а также на борьбу с различными психологическими проблемами
- В) полное расслабление организма вследствие снижения тонуса скелетных мышц
- Г) невербальный прием коллективного взаимодействия, который подразумевает представление переживаний, психологических состояний, проблем с помощью невербальных методов общения, дает возможность детям выражать себя и поддерживать связь без помощи слов

15. Цветотерапия – это:

- А) невербальный прием коллективного взаимодействия, который подразумевает представление переживаний, психологических состояний, проблем с помощью невербальных методов общения, дает возможность детям выразить себя и поддерживать связь без помощи слов
- Б) полное расслабление организма вследствие снижения тонуса скелетных мышц
- В) метод нетрадиционной медицины, воздействие разнообразно окрашенным светом на человека с целью его излечения
- Г) ряд психических упражнений, используемых в составе духовно-религиозной или оздоровительной практики, или же особое психическое состояние, возникающее в результате этих упражнений

Перечень тем для подготовки к практическим занятиям:

Тема 1.1. Непрерывная физкультурная деятельность детей дошкольного и младшего школьного возраста

Задание: провести анализ и подготовиться к обсуждению подходов к основным понятиям курса (физическое воспитание, физическое развитие, физические качества, физкультурная деятельность).

Литература:

1. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для вузов - М. : Академия, 2001. - 365 с. - (Высшее образование); Академия, 2006. - 365с. - (Высшее профессиональное образование) - Рек. УМО.
2. Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для вузов / Петров П. К. - М. : Академия, 2005. - 266 с. - (Высшее профессиональное образование) - Рек. УМО.
3. Ильина Г. В. Физкультурная деятельность детей в непрерывном образовании: учеб.-метод. пособие - Магнитогорск : [Изд-во МаГУ], 2012. – 102 с.

Тема 1.2. Формы организации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования

Задание 2: провести анализ и подготовиться к обсуждению ведущих средств, методов, форм физического воспитания детей в аспекте непрерывного образования

Отметьте + в таблице 1 формы организации физкультурной деятельности детей, реализуемые на разных ступенях образования

Таблица 1 - Формы организации физкультурной деятельности детей, реализуемые на разных ступенях образования

Формы физкультурной деятельности	Дети дошкольного возраста	Младшие школьники (7-10 лет)	Дети 11-17 лет	Студенты ССУЗ -15-19 лет	Студенты ВУЗа
УГГ					
Физкультурное занятие					
Секционное занятие					
Физкультурный досуг					
Физкультурный праздник					
Физкультурная минутка, физкультурная пауза					
Специально-организованная деятельность на прогулке					
Самостоятельная двигательная деятельность детей					
Задания на дом					
Туристическая прогулка					

Литература:

1. Теория и методика физкультурной деятельности дошкольников. Краткий курс: учебн.пособие / Г.Г.Попов. - Магнитогорск: МаГУ, 2010. -116с.
2. Кожухова Н. Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях : Учеб. пособие для пед. вузов - М. : Академия, 2002. - 316 с. - (Высшее образование)
3. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для вузов - М. : Академия, 2001. - 365 с. - (Высшее образование); Академия, 2006. - 365с. - (Высшее профессиональное образование) - Рек. УМО.
4. Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для вузов / Петров П. К. - М. : Академия, 2005. - 266 с. - (Высшее профессиональное образование) - Рек. УМО

Тема 1.3. Подходы к определению понятия «преемственность» в развитии физических качеств детей дошкольного и младшего школьного возраста

Задание:

1. Сформулируйте определение понятия «преемственность».
2. Раскройте содержание культуросообразных и природосообразных компонентов преемственности в развитии физических качеств детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Литература:

1. Теория и методика физкультурной деятельности дошкольников. Краткий курс: учебн. пособие / Г.Г. Попов. - Магнитогорск: МаГУ, 2010. - 116с.
2. Ильина Г. В. Комплексно-тематический принцип планирования физкультурной деятельности дошкольников : учеб.-метод. пособие - Магнитогорск : [Изд-во МаГУ], 2013. – 96 с.

Тема 1.4. Психомоторное развитие детей дошкольного возраста средствами физической культуры в условиях инклюзивного образования

Задание: провести анализ и подготовиться к обсуждению эффективных средств, методов, форм направленных на развитие физических качеств детей дошкольного возраста.

Литература:

1. Ильина Г. В. Подготовка студентов к развитию физических качеств дошкольников и младших школьников : учеб.-метод. пособие - Магнитогорск : [Изд-во МаГУ], 2011. – 47 с.
2. Захаров Е. Энциклопедия физической подготовки: Методические основы развития физических качеств / Карасев А., Сафонов А. - М. : Лептос, 1994. - 368 с.
3. Ильина Г. В. Физкультурная деятельность детей в непрерывном образовании: учеб.-метод. пособие - Магнитогорск : [Изд-во МаГУ], 2012. – 102 с.
4. Ильина, Г. В. Современные подходы к реализации принципа преемственности в развитии физических качеств старших дошкольников и младших школьников / Г. В. Ильина // Развитие ребёнка в системе дошкольного и начального школьного образования: монография / В. Г. Яфаева, Г. В. Ильина, В. А. Грозина и др.; под общ. ред. Н. В. Лалетина; Сиб. федер. ун-т. Красноярск. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафеева и др. - Красноярск, 2013. - С. 134-159.

Тема 2.1.

Современные подходы к реализации здоровьесберегающих технологий с детьми дошкольного возраста

Задание: 1. Перечислите нормативно-правовые документы, касающиеся охраны и укрепления физического и психического здоровья детей.
2. Что включает задача охраны и укрепления физического и психического здоровья детей в рамках образовательной области физическое развитие, обозначенная в ФГОС ДО?

Литература:

5. Ильина, Г. В. Развитие физических качеств дошкольников в условиях непрерывного образования / Г. В. Ильина // Непрерывное образование в период детства: монография / Е. Н. Ращиколина, Н. А. Степанова, Е. Н. Кондрашова, Г. В. Тугулёва, Г. В. Ильина. - Магнитогорск : МаГУ, 2013. - С. 120-150.
6. Ильина, Г. В. Формирование готовности студентов к реализации непрерывной физкультурной деятельности детей: монография / Г. В. Ильина. - Магнитогорск: МаГУ, 2014. - 227 с.

7. Реализация преемственности в развитии физических качеств детей: монография / Г. В. Ильина. - М: Германия, Ламберт, 2014. - 404 с.

Тема 2.2. Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательном пространстве дошкольном и дополнительном образовании

Задание:

1. Перечислите виды здоровьесберегающих технологий, предложенные Г. В. Ильиной.
2. Раскройте структурное содержание 2-3 физкультурно-оздоровительных технологий, реализуемых с детьми дошкольного и младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования.

Литература:

1. Контроль физкультурной деятельности дошкольников : учеб. пособие для вузов / Попов Г. Г. - Магнитогорск : Изд-во МаГУ, 2006. - 94 с.
2. Теория и методика физкультурной деятельности дошкольников. Краткий курс: учебн. пособие / Г.Г.Попов. - Магнитогорск: МаГУ, 2010. -116с.
3. Ильина Г. В. Комплексно-тематический принцип планирования физкультурной деятельности дошкольников : учеб.-метод. пособие - Магнитогорск : [Изд-во МаГУ], 2013. – 96 с.

Тема 2.3. Программированные упражнения на формирование готовности студентов к реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности детей

Задание: выполните тестовые задания

Тест-задание № 1

«Определение актуального уровня профессиональной готовности студентов к реализации принципа преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников»

Тест-задание предлагается студентам пройти 2 раза, в начале и по завершению курса. При ответах на вопросы анкеты-теста студентам необходимо оценить степень выраженности соответствующих знаний, умений и личностных качеств в баллах от 1 до 4.

1 балл – низкий уровень, не проявляется.

2 балла – средний уровень, проявляется, недостаточно положительно.

3 балла – выше среднего, оцениваемое качество становится основой для творческого поиска.

4 балла – высокий уровень, оцениваемое качество становится культурой познания и самопознания.

№	Содержание вопроса	Оценка			
		1	2	3	4
1	В какой степени вы задумываетесь о первостепенности решения оздоровительной задачи, в процессе физического воспитания дошкольников и младших школьников?				
2	В какой степени Вы определяете значимость реализации преемственности в развитии физических качеств у старших дошкольников, младших школьников?				
3	Насколько чётко Вы можете сформулировать образовательные и воспитательные задачи физического воспитания дошкольников?				
4	Оцените свой уровень развития физических качеств.				
5	В какой степени Вам известны эффективные методы развития физических качеств детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста?				
6	Как Вы оцениваете свои профессиональные умения стимулировать развитие физических качеств дошкольников и младших школьников?				

7	Как высоко Вы оцениваете свои умения сочетать развитие физических и нравственно-волевых качеств у старших дошкольников младших школьников?	
8	Как высоко Вы оцениваете Ваш уровень организации диагностики физической готовности детей к школе?	
9	Как хорошо Вы владеете характеристикой физических качеств детей, с учётом средств и методов их развития?	
10	Насколько высоко Вы оцениваете использование подвижных игр, как средства развития физических качеств дошкольников, младших школьников?	
11	Как хорошо Вы владеете знаниями взаимосвязи развития психических процессов и физических качеств детей?	

Программированное упражнение № 2 «Физические качества»

Физические качества	1	2	3	4	5	6	7	8
сила								
гибкость								
быстрота								
ловкость								
выносливость								

Примечание: обозначьте * в каждой колонке физическое качество, о котором идёт речь в следующих трактовках и характеристиках:

1 – развитию данного качества способствуют упражнения повышенной координационной сложности, содержащие элемент новизны;

2 – данное качество характеризуется быстротой ответного движения на какой-либо раздражитель;

3 – определение данного качества: «Способность в процессе двигательных действий преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений»;

4 – данное качество является основой для проявления других качеств у старших дошкольников;

5 – ведущие методы развития данного качества у старших дошкольников и младших школьников: игровой, соревновательный, повторный;

6 – развитию какого качества у старших дошкольников способствуют: компьютерные игры, бег со старта из различных и.п., передвижения в разных стойках, подскоки со скакалкой;

7 – данное качество характеризуется функциональной устойчивостью нервных центров, координацией функций двигательного аппарата и внутренних органов;

8 – выбранное Вами качество, развивается в процессе подвижных и спортивных игр, с внезапно меняющимися условиями (эффективность выбранных упражнений в них до тех пор, пока они не будут выполняться автоматически).

Анкета № 1

«Определение актуального уровня готовности студентов к реализации здоровьесберегающих технологий эстетической направленности с детьми 6-8 лет»

Вопрос	Варианты ответа		
	Да	Нет	Затрудняюсь

			ответить(помню,но не могу воспроизвести)
1.Знакомы ли Вы с технологиями эстетической направленности детей дошкольного и младшего школьного возраста?			
2.Можете ли Вы назвать один из видов технологии эстетической направленности?			
3.Используете ли Вы в работе с детьми 3-10 лет технологии эстетической направленности?			
4.Хотели бы Вы узнать, какие виды технологии эстетической направленности Вы можете использовать с детьми в условиях ДОО и начальной школы?			
5.Можете привести пример упражнений для глаз?			
6.Можете привести пример упражнений дыхательной гимнастики?			
7.Можете привести пример пальчиковой гимнастики?			
8.Знаете ли вы упражнения для коррекции стопы?			
9.Можете привести пример упражнений для коррекции осанки?			
10.Кинезеологические упражнения имеют отношение к здоровьесбережению детей?			

Уровни готовности: низкий – от 1 до 3 баллов (да); средний от 4-6 баллов (да); высокий – от 7 до 10 (да).

Анкета № 2

«Определение актуального уровня готовности педагогов и родителей к реализации здоровьесберегающих технологий с детьми в ДОО и семье»

Вопросы	Да	Нет	Затрудняюсь ответить
1.Знакомы ли Вам понятия «Здоровьесберегающие» технологии?»			
2.Используете ли Вы в профессиональной деятельности какие-либо технологии обучения здоровому образу жизни детей дошкольного возраста?			
3.Можете ли Вы привести пример пальчиковой гимнастики?			
4.Можете ли Вы привести пример язычковой гимнастики?			
5.Знакома ли Вам техника выполнения дыхательных упражнений?			
6.Можете ли Вы привести пример кинезеологического упражнения с детьми дошкольного возраста?			
7.Знакомы ли Вы с упражнениями хатха-йоги?			
8.Знаете ли Вы упражнения на релаксацию для детей дошкольного возраста?			
9.Можете ли Вы привести пример упражнения на дыхание?			
10.Считаете ли Вы необходимым использовать			

коррекционные не только в детском саду, но и в семье?			
---	--	--	--

Уровни готовности: низкий – от 1 до 3 баллов (да); средний от 4-6 баллов (да); высокий – от 7 до 10 (да).

Тема 2.4. Компоненты готовности студентов к реализации физкультурной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста

Задание 4.

1. Заполните таблицу с учетом содержательной характеристики профессионально-практического компонента готовности студентов к реализации непрерывной физкультурной деятельности дошкольников на примере гностических умений.

Умения	Содержательная характеристика профессионально-практического компонента готовности	Ваш профессиональный уровень готовности к реализации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования в баллах (от 1 до 5)
гностические	умение учитывать относительно устойчивую асимметричную гармонию природосообразных и культуросообразных параметров в развитии физических качеств старших дошкольников и младших школьников. Умение анализировать результаты диагностики физической готовности детей, формулировать задачи по развитию физических качеств детей с учётом уровня их развития.	
конструктивные		
организационные		
проектировочные		
коммуникативные		

2. Оцените в баллах (от 1 до 5) Ваш профессиональный уровень готовности к реализации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования по ниже перечисленным группам умений:

- А) Низкий. Б) Средний. В) Высокий.
Г). Выше среднего.

Приложение 2

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства

ОПК-6: Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями		
О ПК-6.1:	ОПК-6.1: Осуществляет отбор и применение психолого-педагогических технологий для индивидуализации и обучения, развития и воспитания обучающихся	<p>1. В чём суть реализации преемственности в процессе развития физических качеств дошкольников и младших школьников?</p> <p>А) Непрерывная связь и согласованность различных этапов или ступеней процесса физического воспитания, влияющих на развитие физических качеств детей.</p> <p>Б) Физическое развитие детей, того, что было достигнуто на предыдущих ступенях, где новое не просто ликвидирует старое, а содержит в себе её рациональную, прогрессивную часть.</p> <p>В) Относительный повтор организации процесса физического воспитания.</p> <p>Г) Несогласованность различных этапов или ступеней процесса физического воспитания, влияющих на развитие физических качеств детей.</p> <p><i>В чём цели реализации преемственности дошкольного и начального общего образования?</i></p> <p>А) Условия постоянной социальной ситуации, готовность к пассивному взаимодействию.</p> <p>Б) Создание эффективного методического обеспечения для образования детей.</p> <p>В) Гармоничное физическое и психическое развитие ребёнка, обеспечивающее сохранение его индивидуальности, адаптации к изменяющейся социальной ситуации, готовность к активному взаимодействию.</p> <p>Г) Экономный расход времени всех участников взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и начальной школы.</p> <p><i>Определите приоритетные направления развития детей ДОУ и начальной школы, с учётом преемственности в развитии физических качеств:</i></p> <p>А) Укрепление здоровья детей в процессе развития, физическая готовность их к школьному обучению.</p> <p>Б) Достижение ребёнком половой зрелости, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы.</p> <p>В) Обучение детей технике двигательных действий.</p> <p>Г) Достижение ребёнком показателей уровня физического развития, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы, физической</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>подготовленности, позволяющей успешно адаптироваться к разнонаправленным физическим нагрузкам периода начального школьного обучения.</p> <p><i>По каким параметрам, на Ваш взгляд, необходимо реализовать преемственность в развитии физических качеств у старших дошкольников, младших школьников?</i></p> <p>А) Дополнительность и соответствие возрастных и индивидуальных особенностей развития детей, а также согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.</p> <p>Б) Согласованность содержания образовательных программ по физическому воспитанию в ДОУ и начальной школе.</p> <p>В) Согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.</p> <p>Г) Соответствие в методах, средствах, формах педагогической деятельности в развитии физических качеств детей.</p> <p><i>Что такое готовность педагога (студента) к реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников?</i></p> <p>А) Это система субъективных оценок и суждений на решение проблемы преемственности в развитии физических качеств детей.</p> <p>Б) Это эмоциональная установка студента на реализацию соответствия дошкольного и начального общего образования ребёнка.</p> <p>В) Это результат развития соответствующих знаний на основе личностного роста.</p> <p>Г) Это готовность, как результат целенаправленного развития соответствующих знаний, профессиональных умений, на основе ценностно-мотивационного отношения к деятельности.</p> <p><i>Чем определяется система ведущих мотивов и убеждений личности студента, эффективно реализующего преемственность в развитии физических качеств дошкольников, младших школьников?</i></p> <p>А) Ценностями самообразования.</p> <p>Б) Деятельным участием в реформировании современного дошкольного и начального общего образования.</p> <p>В) Необходимостью собственного профессионального роста.</p> <p>Г) Ценностями личностно-ориентированного развивающего образования и самообразования.</p> <p><i>Какие знания необходимы специалисту физической культуры для реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников?</i></p> <p>А) Система педагогических знаний о развитии физических качеств детей.</p> <p>Б) Преимущественно психологические знания о специфике возрастных и индивидуальных особенностей старших дошкольников, младших школьников.</p> <p>В) Методологические, психолого-педагогические и</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>методические знания о развитии физических качеств, с опорой на физиологические особенности развития детей.</p> <p>Г) Методические знания о развитии физических качеств с опорой на физическое развитие детей.</p> <p><i>Оцените необходимый уровень готовности к реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников:</i></p> <p>А) Низкий. Б) Средний. В) Высокий. Г) Выше среднего.</p> <p><i>9. Ваш уровень развития силы определяет:</i></p> <p>А) группа здоровья. Б) бег на 2 км В) отжимания Г) вес</p> <p><i>0. Кинезеологические упражнения имеют отношение к здоровьесбережению детей:</i></p> <p>А) Да Б) Нет В) В некоторой степени Г) Затрудняюсь ответить</p> <p><i>1. Развитию данного качества способствуют упражнения повышенной координационной сложности, содержащие элемент новизны:</i></p> <p>А) сила Б) гибкость В) ловкость Г) выносливость</p> <p><i>2. Данное качество характеризуется быстротой ответного движения на какой-либо раздражитель:</i></p> <p>А) сила Б) гибкость В) быстрота Г) ловкость</p> <p><i>3. Данное качество характеризуется функциональной устойчивостью нервных центров, координацией функций двигательного аппарата и внутренних органов:</i></p> <p>А) сила Б) гибкость В) быстрота Г) выносливость</p> <p><i>4. Определение данного качества: «Способность в процессе двигательных действий преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений»:</i></p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства								
		<p>А) гибкость Б) сила В) быстрота Г) ловкость <i>Рефлексия относится к здоровьесберегающим технологиям, реализуемым с детьми дошкольного возраста:</i> А) Да Б) Нет В) В некоторой степени Г) Затрудняюсь ответить <i>Выбранное Вами качество, развивается в процессе подвижных и спортивных игр, с внезапно меняющимися условиями (эффективность выбранных упражнений в них до тех пор, пока они не будут выполняться автоматически):</i> А) гибкость Б) выносливость В) быстрота Г) ловкость <i>Данное качество является основой для проявления других качеств у старших дошкольников;</i> А) быстрота Б) гибкость В) сила Г) ловкость</p>								
		<p>Умеет самостоятельно проводить диагностику физической подготовленности детей дошкольного возраста и анализировать показатели</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Представить тесты, определяющие уровни развития физических качеств детей ДВ. 2. Провести диагностику 1-2 физических качеств у ДДВ, определить уровень развития и дать рекомендации. 								
		<p>Выполните тест, выбрав правильный вариант(ы) ответа:</p>								
		<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="743 1525 991 1704">Показатели физической готовности детей 6-7 лет</th> <th data-bbox="991 1525 1476 1704">Тест</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="743 1704 991 1854">1. Быстрота</td> <td data-bbox="991 1704 1476 1854"> А) бег на 10 м Б) бег на 20 м В) бег на 30 м Г) бег на 60 м </td> </tr> <tr> <td data-bbox="743 1854 991 2004">2. Скоростно-силовое качество</td> <td data-bbox="991 1854 1476 2004"> А) метание мешочка вдаль Б) отжимания В) перетягивание каната Г) прыжок в длину с места </td> </tr> <tr> <td data-bbox="743 2004 991 2121">3. Выносливость</td> <td data-bbox="991 2004 1476 2121"> А) бег на 100 м Б) бег на 200 м В) бег на 300 м </td> </tr> </tbody> </table>	Показатели физической готовности детей 6-7 лет	Тест	1. Быстрота	А) бег на 10 м Б) бег на 20 м В) бег на 30 м Г) бег на 60 м	2. Скоростно-силовое качество	А) метание мешочка вдаль Б) отжимания В) перетягивание каната Г) прыжок в длину с места	3. Выносливость	А) бег на 100 м Б) бег на 200 м В) бег на 300 м
Показатели физической готовности детей 6-7 лет	Тест									
1. Быстрота	А) бег на 10 м Б) бег на 20 м В) бег на 30 м Г) бег на 60 м									
2. Скоростно-силовое качество	А) метание мешочка вдаль Б) отжимания В) перетягивание каната Г) прыжок в длину с места									
3. Выносливость	А) бег на 100 м Б) бег на 200 м В) бег на 300 м									

Тест

1 к разделу 1

1. В чём суть реализации преемственности в процессе развития физических качеств дошкольников и младших школьников?

- А) Непрерывная связь и согласованность различных этапов или ступеней процесса физического воспитания, влияющих на развитие физических качеств детей.
- Б) Физическое развитие детей, того, что было достигнуто на предыдущих ступенях, где новое не просто ликвидирует старое, а содержит в себе её рациональную, прогрессивную часть.
- В) Относительный повтор организации процесса физического воспитания.

Г) Несогласованность различных этапов или ступеней процесса физического воспитания, влияющих на развитие физических качеств детей.

2. В чём цели реализации преемственности дошкольного и начального общего образования?

А) Условия постоянной социальной ситуации, готовность к пассивному взаимодействию.

Б) Создание эффективного методического обеспечения для образования детей.

В) Гармоничное физическое и психическое развитие ребёнка, обеспечивающее сохранение его индивидуальности, адаптации к изменяющейся социальной ситуации, готовность к активному взаимодействию.

Г) Экономный расход времени всех участников взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и начальной школы.

3. Определите приоритетные направления развития детей ДОУ и начальной школы, с учётом преемственности в развитии физических качеств:

А) Укрепление здоровья детей в процессе развития, физическая готовность их к школьному обучению.

Б) Достижение ребёнком половой зрелости, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы.

В) Обучение детей технике двигательных действий.

Г) Достижение ребёнком показателей уровня физического развития, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы, физической подготовленности, позволяющей успешно адаптироваться к разнонаправленным физическим нагрузкам периода начального школьного обучения.

4. По каким параметрам, на Ваш взгляд, необходимо реализовать преемственность в развитии физических качеств у старших дошкольников, младших школьников?

А) Дополнительность и соответствие возрастных и индивидуальных особенностей развития детей, а также согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.

Б) Согласованность содержания образовательных программ по физическому воспитанию в ДОУ и начальной школе.

В) Согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.

Г) Соответствие в методах, средствах, формах педагогической деятельности в развитии физических качеств детей.

5. Данное качество характеризуется быстротой ответного движения на какой-либо раздражитель:

А) сила

Б) гибкость В)

быстрота Г) ловкость

6. Данное качество характеризуется функциональной устойчивостью нервных центров, координацией функций двигательного аппарата и внутренних органов:

А) сила

Б) гибкость В)

быстрота

Г) выносливость

7. Развитию данного качества способствуют упражнения повышенной координационной сложности, содержащие элемент новизны:

А) сила

Б) гибкость В)

ловкость

Г) выносливость

8. Выбранное Вами качество, развивается в процессе подвижных и спортивных игр, с внезапно меняющимися условиями (эффективность выбранных упражнений в них до тех пор, пока они не будут выполняться автоматически):

А) гибкость

Б) выносливость В)

быстрота

Г) ловкость

9. *Определение данного качества: «Способность в процессе двигательных действий преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений»:*

А) гибкость Б) сила

В) быстрота Г)

ловкость

10. *Данное качество является основой для проявления других качеств у старших дошкольников;*

А) быстрота Б)

гибкость В) сила

Г) ловкость

Тест 2 к разделу 2

1. *Что такое готовность педагога (студента) к реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников?*

А) Это система субъективных оценок и суждений на решение проблемы преемственности в развитии физических качеств детей.

Б) Это эмоциональная установка студента на реализацию соответствия дошкольного и начального общего образования ребёнка.

В) Это результат развития соответствующих знаний на основе личностного роста.

Г) Это готовность, как результат целенаправленного развития соответствующих знаний, профессиональных умений, на основе ценностно-мотивационного отношения к деятельности.

2. *Чем определяется система ведущих мотивов и убеждений личности студента, эффективно реализующего преемственность в развитии физических качеств дошкольников, младших школьников?*

А) Ценностями самообразования.

Б) Деятельным участием в реформировании современного дошкольного и начального общего образования.

В) Необходимостью собственного профессионального роста.

Г) Ценностями личностно-ориентированного развивающего образования и самообразования.

3. Какие знания необходимы специалисту физической культуры для реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников?

А) Система педагогических знаний о развитии физических качеств детей.

Б) Преимущественно психологические знания о специфике возрастных и индивидуальных особенностей старших дошкольников, младших школьников.

В) Методологические, психолого-педагогические и методические знания о развитии физических качеств, с опорой на физиологические особенности развития детей.

Г) Методические знания о развитии физических качеств с опорой на физическое развитие детей.

4. Оцените необходимый уровень готовности к реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников:

А) Низкий. Б)

Средний. В) Высокий.

Г) Выше среднего.

5. Ваш уровень развития силы определяет:

А) группа здоровья.

Б) бег на 2 км

В) отжимания Г) вес

6. Кинезеологические упражнения имеют отношение к здоровьесбережению детей:

А) Да

Б) Нет

В) В некоторой степени Г)

Затрудняюсь ответить Г) ловкость

7. Рефлексия относится к здоровьесберегающим технологиям, реализуемым с детьми дошкольного возраста:

- А) Да
- Б) Нет
- В) В некоторой степени Г)

Затрудняюсь ответить

8. Ваш уровень физической подготовленности определяет:

- А) группа здоровья.
- Б) физическое качество В) рост
- Г) вес

9. Ваш уровень развития выносливости определяет:

- А) группа здоровья.
- Б) бег на 2 км
- В) отжимания
- Г) прыжки на скакалке

10. Ваш уровень развития гибкости определяет:

- А) кувырок вперед
- Б) наклон вниз стоя на гимнастической скамейке В) отжимания
- Г) прыжки на скакалке

**Вопросы к экзамену
по дисциплине «Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного образования»**

1. Дайте определение понятия «физкультурная деятельность».
2. Какие составляющие определяют специфику физкультурной деятельности человека.
3. Назовите ведущие задачи физического воспитания, последовательное решение которых определяет непрерывность образовательного процесса на разных ступенях обучения.
4. Дайте определение понятия «непрерывное образование».
5. Сформулируйте своё определение понятия «физкультурная деятельность в непрерывном образовании».
6. Обоснуйте важность сохранения временного отрезка проведения физкультурного праздника в ДОУ.

7. В какой степени проведение совместных физкультурных праздников ДООУ и начальной школы влияет на успешность адаптации ребёнка к обучению в школе.
8. Сформулируйте определение понятия «преемственность».
9. Раскройте содержание культуросообразных и природосообразных компонентов преемственности в развитии физических качеств детей дошкольного и младшего школьного возраста.
10. Назовите виды деятельности, способствующие формированию структур и функций головного мозга, которые войдут в основу учебной деятельности.
11. Перечислите нормативно-правовые документы, касающиеся охраны и укрепления физического и психического здоровья детей.
12. Что включает задача охраны и укрепления физического и психического здоровья детей в рамках образовательной области физическое развитие, обозначенная в ФГОС ДО?
13. Перечислите виды здоровьесберегающих технологий, предложенные Г. В. Ильиной.
14. Раскройте структурное содержание 2-3 физкультурно-оздоровительных технологий, реализуемых с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
15. Оцените в баллах (от 1 до 5) Ваш профессиональный уровень готовности к реализации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования по нижеперчисленным группам умений:
16. гностические – _ баллов;
17. конструктивные – _баллов; организационные – _____баллов; проектировочные – _____баллов; коммуникативные –_баллов.
18. Оцените уровень собственной готовности к реализации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования.
19. А) Низкий. Б) Средний. В) Высокий.

Итоговый тест по дисциплине

Выполните тест, выделив правильный (е) вариант (ы) ответа (ов) шрифтом или красным цветом

1. Методы развития физических качеств дошкольников:

- А) повторный
- Б) соревновательный
- В) круговой тренировки
- Г) игровой

2. Повторный метод развития физических качеств характеризуется:

- А) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения
- Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений
- В) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления
- Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

3. Методы организации физкультурной деятельности дошкольников:

- А) повторный
- Б) фронтальный
- В) круговой тренировки
- Г) переменный

4. Равномерный метод развития физических качеств характеризуется:

- А) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления
- Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений
- В) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения

Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

5. Доминирующий метод развития физических качеств у детей дошкольного возраста:

- А) соревновательный
- Б) переменный
- В) игровой
- Г) повторный

6. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (бег):

- А) Бег проводится на площадке с мягким покрытием
- Б) Бег на 30 м выполняется с низкого старта
- В) Участники стартуют по 2-4 человека.
- Г) Бег на 60 и 100 м выполняется с низкого или высокого старта

7. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (при выполнении подтягиваний из виса на высокой перекладине):

- А) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- Б) подбородок поднялся выше грифа перекладины;
- В) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;
- Г) одноименное сгибание рук.

8. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине):

- А) подтягивания с рывками или с прогибанием туловища;
- Б) одноименное сгибание рук.
- В) подбородок поднялся ниже грифа перекладины;
- Г) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;

9. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (отжимания)):

- А) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- Б) прямая линия «плечи - туловище – ноги»;
- В) поочередное разгибание рук;
- Г) касание грудью пола (платформы)

10. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье):

- А) фиксация результата пальцами двумя руками;
- Б) сгибание ног в коленях;
- В) фиксация результата менее 2 секунд.
- Г) фиксация результата пальцами одной руки;

11. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 степени (прыжок в длину с места толчком двумя ногами):

- А) отталкивание 2-мя ногами одновременно;
- Б) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- В) заступ за линию измерения или касание ее;
- Г) отталкивание ногами разновременно.

12. Самая продолжительная часть физкультурного занятия

- А) ведущая
- Б) заключительная
- В) основная
- Г) вводно-подготовительная

13. Продолжительность физкультурного занятия в старшей группе

- А) 20-25 мин
- Б) 30-35 мин
- В) 25-30 мин

Г) 15-20 мин

14. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на приведение различных систем организма ребёнка в спокойное состояние

- А) основная
- Б) заключительная
- В) заминка
- Г) вводно-подготовительная

15. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на подготовку органов и систем к предстоящим физическим нагрузкам

- А) основная
- Б) вводная
- В) разминка
- Г) вводно-подготовительная

16. Разминка, основная часть, заминка являются структурными единицами

- А) УГГ
- Б) физкультурного занятия
- В) тренировки
- Г) соревнования

17. Физкультурное занятие состоит из

- А) 2 частей
- Б) 4 частей
- В) 3 частей
- Г) 5 частей

18. Задачи УГГ

- А) формирование физической культуры детей
- Б) разучивание техники физического упражнения
- В) выравнивание эмоционального и психофизического состояния детей группы и подготовки их к предстоящей совместной деятельности
- Г) обучение основным движениям

19. Задачи физкультурного занятия

- А) образовательная
- Б) подготовительная
- В) воспитательная
- Г) оздоровительная

20. Понятие «физическое развитие» с позиции реализации ОО «физическое развитие» рассматривается как:

- А) педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств и образование человека
- Б) специфическая деятельность человека, проявляющаяся в генетически обусловленной потребности человека в двигательной активности, отвечающая психофизическим особенностям человека, которая решается в процессе физического воспитания.
- В) педагогический процесс, направленный на формирование потребностно-мотивационной сферы человека с широким спектром установок на физкультурную деятельность: стремления, интересы, цели, потребности, мотивы и т.д.
- Г) процесс изменения форм и функций организма и развития физических качеств ребенка, который наиболее эффективно протекает в процессе физического воспитания, посредством физических упражнений.

21. Ведущие задачи физического воспитания, которые эффективно решаются в ОО «Физическое развитие»:

- А) обучение технике основных движений, развитие физических качеств
- Б) формирования социальных, нравственных, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка
- В) формирования предпосылок к трудовой деятельности
- Г) охрана и укрепления физического и психического здоровья детей

22. Тесты, определяющие уровень физического развития дошкольников:

- А) вес
- Б) бег на 30 метров
- В) ЖЕЛ
- Г) динамометрия

23. Типы здоровьесберегающих технологий физкультурно-оздоровительной направленности, которые реализуются в ДОУ на современном этапе:

- А) технологии обучения здоровому образу жизни
- Б) коммуникативные технологии
- В) коррекционные технологии
- Г) технологии сохранения и стимулирования здоровья

24. Здоровьесберегающие технологии реализуемые в физкультурной деятельности дошкольников

- А) гимнастика ортопедическая
- Б) бумагопластика
- В) гимнастика бодрящая
- Г) биссероплетение

25. Технологии физкультурно-оздоровительной направленности, реализуемые с детьми ежедневно в режиме дня дошкольников:

- А) гимнастика бодрящая
- Б) танцевальная гимнастика
- В) физкультурное занятие
- Г) утренняя гигиеническая гимнастика

26. Упражнения, запрещённые и ограниченные к применению в дошкольных образовательных учреждениях

- А) сидение на пятках
- Б) подлезание в туннель
- В) наклоны головы назад
- Г) прыжок в длину с места

27. Тест на гибкость по нормативам ГТО:

- А) гимнастическое упражнение «мост»
- Б) наклон туловища назад, сидя на гимнастической скамейке
- В) кувырок назад
- Г) наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке

28. Стретчинг – это упражнения:

- А) глазодвигательные
- Б) дыхательные
- В) на растягивание разных групп мышц
- Г) язычковые

29. Технологии эстетической направленности (предложенные Г.В. Ильиной) включают гимнастику:

- А) ортопедическую
- Б) нравственную
- В) волевою

Г) глагодвигательную

30. К коррекционным технологиям в ДОУ не относятся:

- А) цветотерапия
- Б) психогимнастика
- В) тай-бо
- Г) стретчинг

**Вопросы для подготовки к экзамену
по дисциплине «Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного
образования»**

1. Дайте определение понятия «физкультурная деятельность».
2. Какие составляющие определяют специфику физкультурной деятельности человека.
3. Назовите ведущие задачи физического воспитания, последовательное решение которых определяет непрерывность образовательного процесса на разных ступенях обучения.
4. Дайте определение понятия «непрерывное образование».
5. Сформулируйте своё определение понятия «физкультурная деятельность в непрерывном образовании».
6. Обоснуйте важность сохранения временного отрезка проведения физкультурного праздника в ДОУ.

7. В какой степени проведение совместных физкультурных праздников ДОУ и начальной школы влияет на успешность адаптации ребёнка к обучению в школе.
8. Сформулируйте определение понятия «преемственность».
9. Раскройте содержание культуросообразных и природосообразных компонентов преемственности в развитии физических качеств детей дошкольного и младшего школьного возраста.
10. Назовите виды деятельности, способствующие формированию структур и функций головного мозга, которые войдут в основу учебной деятельности.
11. Перечислите нормативно-правовые документы, касающиеся охраны и укрепления физического и психического здоровья детей.
12. Что включает задача охраны и укрепления физического и психического здоровья детей в рамках образовательной области физическое развитие, обозначенная в ФГОС ДО?
13. Перечислите виды здоровьесберегающих технологий, предложенные Г. В. Ильиной.
14. Раскройте структурное содержание 2-3 физкультурно-оздоровительных технологий, реализуемых с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
15. . Оцените в баллах (от 1 до 5) Ваш профессиональный уровень готовности к реализации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования по нижеперчисленным группам умений:
 гностические – _____ баллов;
 конструктивные – _____ баллов; организационные – _____ баллов; проектировочные – _____ баллов; коммуникативные – _____ баллов.
16. Оцените уровень собственной готовности к реализации физкультурной деятельности детей в аспекте непрерывного образования.
 А) Низкий. Б) Средний. В) Высокий.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ ТЕСТ (вариант 1)

1. В чём суть реализации преемственности в процессе развития физических качеств дошкольников и младших школьников?

- А) Непрерывная связь и согласованность различных этапов или ступеней процесса физического воспитания, влияющих на развитие физических качеств детей.
- Б) Физическое развитие детей, того, что было достигнуто на предыдущих ступенях, где новое не просто ликвидирует старое, а содержит в себе её рациональную, прогрессивную часть.
- В) Относительный повтор организации процесса физического воспитания.
- Г) Несогласованность различных этапов или ступеней процесса физического воспитания, влияющих на развитие физических качеств детей.

2. В чём цели реализации преемственности дошкольного и начального общего образования?

- А) Условия постоянной социальной ситуации, готовность к пассивному взаимодействию.
- Б) Создание эффективного методического обеспечения для образования детей.
- В) Гармоничное физическое и психическое развитие ребёнка, обеспечивающее сохранение его индивидуальности, адаптации к изменяющейся социальной ситуации, готовность к активному взаимодействию.
- Г) Экономный расход времени всех участников взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и начальной школы.

3. Определите приоритетные направления развития детей ДОУ и начальной школы, с учётом преемственности в развитии физических качеств:

- А) Укрепление здоровья детей в процессе развития, физическая готовность их к школьному обучению.
- Б) Достижение ребёнком половой зрелости, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы.

В) Обучение детей технике двигательных действий.

Г) Достижение ребёнком показателей уровня физического развития, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы, физической подготовленности, позволяющей успешно адаптироваться к разнонаправленным физическим нагрузкам периода начального школьного обучения.

4. По каким параметрам, на Ваш взгляд, необходимо реализовать преемственность в развитии физических качеств у старших дошкольников, младших школьников?

А) Дополнительность и соответствие возрастных и индивидуальных особенностей развития детей, а также согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.

Б) Согласованность содержания образовательных программ по физическому воспитанию в ДОУ и начальной школе.

В) Согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.

Г) Соответствие в методах, средствах, формах педагогической деятельности в развитии физических качеств детей.

5. Определение данного качества: «Способность в процессе двигательных действий преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений»:

А) гибкость

Б) сила

В) быстрота

Г) ловкость

6. Методы развития физических качеств дошкольников и младших школьников:

А) повторный

Б) соревновательный

В) круговой тренировки

Г) игровой

7. Повторный метод развития физических качеств детей 6-10 лет характеризуется:

А) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения

Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений

В) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления

Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

8. Методы организации физкультурной деятельности дошкольников и младших школьников:

А) повторный

Б) фронтальный

В) круговой тренировки

Г) переменный

9. Равномерный метод развития физических качеств дошкольников и младших школьников характеризуется:

А) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления

Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений

В) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения

Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

10. Доминирующие методы развития физических качеств у детей 6-8 лет:

- А) соревновательный
- Б) переменный
- В) игровой
- Г) повторный

11. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (бег):

- А) Бег проводится на площадке с мягким покрытием
- Б) Бег на 30 м выполняется с низкого старта
- В) Участники стартуют по 2-4 человека.
- Г) Бег на 60 и 100 м выполняется с низкого или высокого старта

12. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (при выполнении подтягиваний из виса на высокой перекладине):

- А) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- Б) подбородок поднялся выше грифа перекладины;
- В) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;
- Г) одноименное сгибание рук.

13. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине):

- А) подтягивания с рывками или с прогибанием туловища;
- Б) одноименное сгибание рук.
- В) подбородок поднялся ниже грифа перекладины;
- Г) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;

14. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (отжимания):

- А) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- Б) прямая линия «плечи - туловище – ноги»;
- В) поочередное разгибание рук;
- Г) касание грудью пола (платформы)

15. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье):

- А) фиксация результата пальцами двумя руками;
- Б) сгибание ног в коленях;
- В) фиксация результата менее 2 секунд.
- Г) фиксация результата пальцами одной руки;

16. Ошибки при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (прыжок в длину с места толчком двумя ногами):

- А) отталкивание 2-мя ногами ногами одновременно;
- Б) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- В) заступ за линию измерения или касание ее;

Г) отталкивание ногами одновременно.

17. Самая продолжительная часть физкультурного занятия

- А) ведущая
- Б) заключительная
- В) основная
- Г) вводно-подготовительная

18. Продолжительность физкультурного занятия в старшей группе

- А) 20-25 мин
- Б) 30-35 мин
- В) 25-30 мин
- Г) 15-20 мин

19. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на приведение различных систем организма ребёнка в спокойное состояние

- А) основная
- Б) заключительная
- В) заминка
- Г) вводно-подготовительная

20. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на подготовку органов и систем к предстоящим физическим нагрузкам

- А) основная
- Б) вводная
- В) разминка
- Г) вводно-подготовительная

21. Разминка, основная часть, заминка являются структурными единицами

- А) УГЗ
- Б) физкультурного занятия
- В) тренировки
- Г) соревнования

22. Физкультурное занятие с детьми дошкольного и младшего школьного возраста состоит из скольких частей:

- А) 2 частей
- Б) 4 частей
- В) 3 частей
- Г) 5 частей

23. Задачи УГГ (УГЗ):

- А) формирование физической культуры детей
- Б) разучивание техники физического упражнения
- В) выравнивание эмоционального и психофизического состояния детей группы и подготовки их к предстоящей совместной деятельности
- Г) обучение основным движениям

24. Основные задачи физкультурного занятия с детьми 6-8 лет:

- А) образовательная
- Б) подготовительная
- В) воспитательная
- Г) оздоровительная

25. Понятие «физическое развитие» с позиции реализации ОО «физическое развитие» рассматривается как:

- А) педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств и образование человека
- Б) специфическая деятельность человека, проявляющаяся в генетически обусловленной потребности человека в двигательной активности, отвечающая психофизическим особенностям человека, которая решается в процессе физического воспитания.
- В) педагогический процесс, направленный на формирование потребностно-мотивационной сферы человека с широким спектром установок на физкультурную деятельность: стремления, интересы, цели, потребности, мотивы и т.д.
- Г) процесс изменения форм и функций организма и развития физических качеств ребенка, который наиболее эффективно протекает в процессе физического воспитания, посредством физических упражнений.

26. Ведущие задачи физического воспитания, которые эффективно решаются в ОО «Физическое развитие»:

- А) обучение технике основных движений, развитие физических качеств
- Б) формирования социальных, нравственных, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка
- В) формирования предпосылок к трудовой деятельности
- Г) охрана и укрепления физического и психического здоровья детей

27. Тесты, определяющие уровень физического развития дошкольников:

- А) вес
- Б) бег на 30 метров
- В) ЖЕЛ
- Г) динамометрия

28. Технологии физкультурно-оздоровительной направленности, реализуемые с детьми ежедневно в режиме дня дошкольников:

- А) гимнастика бодрящая
- Б) танцевальная гимнастика
- В) физкультурное занятие
- Г) утренняя гигиеническая гимнастика

30. Упражнения, запрещенные и ограниченные к применению в дошкольных образовательных учреждениях с детьми:

- А) сидение на пятках
- Б) подлезание в туннель
- В) наклоны головы назад
- Г) прыжок в длину с места

31. Тест на гибкость по нормативам ГТО:

- А) гимнастическое упражнение «мост»
- Б) наклон туловища назад, сидя на гимнастической скамейке
- В) кувырок назад
- Г) наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке

31. Стретчинг включает упражнения:

- А) глазодвигательные
- Б) дыхательные
- В) на растягивание разных групп мышц
- Г) язычковые

32. Технологии эстетической направленности (предложенные Г.В. Ильиной) включают гимнастику:

- А) ортопедическую
- Б) нравственную
- В) волевою
- Г) глазодвигательную

33. К коррекционным технологиям в ДОУ не относятся:

- А) цветотерапия
- Б) психогимнастика
- В) тай-бо
- Г) стретчинг

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой

_____ В.А. Чернобровкин

19.11.2024

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ ТЕСТ (вариант 2)

1. Определите приоритетные направления развития детей ДОУ и начальной школы, с учётом преемственности в развитии физических качеств:

- А) Укрепление здоровья детей в процессе развития, физическая готовность их к школьному обучению.
- Б) Достижение ребёнком половой зрелости, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы.
- В) Обучение детей технике двигательных действий.
- Г) Достижение ребёнком показателей уровня физического развития, соответствующего биологическому возрасту выпускника подготовительной к школе группы, физической подготовленности, позволяющей успешно адаптироваться к разнонаправленным физическим нагрузкам периода начального школьного обучения.

2. По каким параметрам, на Ваш взгляд, необходимо реализовать преемственность в развитии физических качеств у старших дошкольников, младших школьников?

- А) Дополнительность и соответствие возрастных и индивидуальных особенностей развития детей, а также согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.
- Б) Согласованность содержания образовательных программ по физическому воспитанию в ДОУ и начальной школе.
- В) Согласованность образовательных целей, средств, методов и форм педагогической деятельности.
- Г) Соответствие в методах, средствах, формах педагогической деятельности в развитии физических качеств детей.

3. Данное качество является основой для проявления других качеств у старших дошкольников;

- А) быстрота
- Б) гибкость
- В) сила
- Г) ловкость

4. Методы развития физических качеств дошкольников и младших школьников:

- А) повторный
- Б) соревновательный
- В) круговой тренировки
- Г) игровой

5. Повторный метод развития физических качеств детей 6-10 лет не характеризуется:

- А) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения
- Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений
- В) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления
- Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

6. К методам организации физкультурной деятельности дошкольников и младших школьников не относятся:

- А) повторный
- Б) фронтальный
- В) круговой тренировки
- Г) переменный

7. Равномерный метод развития физических качеств дошкольников и младших школьников: характеризуется:

- А) отдыхом между отдельными упражнениями достаточным для полного восстановления
- Б) развитием физических качеств посредством специально подобранных игровых упражнений
- В) физической нагрузкой с одноразовым или многократным изменением её интенсивности в процессе выполнения упражнения
- Г) выполнением физической нагрузки постоянной интенсивности

8. Доминирующие методы развития физических качеств у детей 6-8 лет:

- А) соревновательный
- Б) переменный
- В) игровой
- Г) повторный

9. *Правильное выполнение при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (бег):*

- А) Бег проводится на площадке с мягким покрытием
- Б) Бег на 30 м выполняется с низкого старта
- В) Участники стартуют по 2-4 человека.
- Г) Бег на 60 и 100 м выполняется с низкого или высокого старта

10. *Правильное выполнение при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (при выполнении подтягиваний из виса на высокой перекладине):*

- А) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- Б) подбородок поднялся выше грифа перекладины;
- В) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;
- Г) одноименное сгибание рук.

11. *Правильное выполнение при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине):*

- А) подтягивания с рывками или с прогибанием туловища;
- Б) одноименное сгибание рук.
- В) подбородок поднялся ниже грифа перекладины;
- Г) фиксация менее 0,5 секунд исходного положения;

12. *Правильное выполнение при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (отжимания):*

- А) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- Б) прямая линия «плечи - туловище – ноги»;
- В) поочередное разгибание рук;
- Г) касание грудью пола (платформы)

13. *Правильное выполнение при сдаче нормативов ГТО 1 ступени (наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье):*

- А) фиксация результата пальцами двумя руками;
- Б) сгибание ног в коленях;
- В) фиксация результата менее 2 секунд.
- Г) фиксация результата пальцами одной руки;

14. *Правильное выполнение нормативов ГТО 1 ступени (прыжок в длину с места толчком двумя ногами):*

- А) отталкивание 2-мя ногами ногами одновременно;
- Б) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- В) заступ за линию измерения или касание ее;
- Г) отталкивание ногами разновременно.

15. *Самая непродолжительная часть физкультурного занятия*

- А) ведущая
- Б) заключительная
- В) основная
- Г) вводно-подготовительная

16. Продолжительность физкультурного занятия в средней группе

- А) 20-25 мин
- Б) 30-35 мин
- В) 25-30 мин
- Г) 15-20 мин

17. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на подготовку различных систем организма ребёнка к решению основных задач

- А) основная
- Б) заключительная
- В) заминка
- Г) вводно-подготовительная

18. Часть физкультурного занятия, задачи которой направлены на организацию детей к предстоящим физическим нагрузкам

- А) основная
- Б) вводная
- В) разминка
- Г) вводно-подготовительная

19. Разминка, основная часть, заминка являются структурными единицами

- А) УГЗ (УГГ)
- Б) физкультурного занятия
- В) тренировки
- Г) соревнования

20. Физкультурное занятие с детьми дошкольного и младшего школьного возраста состоит из скольких частей:

- А) 2 частей
- Б) 4 частей
- В) 3 частей
- Г) 5 частей

21. Задачи УГГ (УГЗ):

- А) формирование физической культуры детей
- Б) разучивание техники физического упражнения
- В) выравнивание эмоционального и психофизического состояния детей группы и подготовки их к предстоящей совместной деятельности
- Г) обучение основным движениям

22. Основные задачи физкультурного занятия с детьми 7-10 лет:

- А) образовательная
- Б) подготовительная
- В) воспитательная
- Г) оздоровительная

23. Понятие «физическое развитие» с позиции реализации ОО «физическое развитие» рассматривается как:

- А) педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств и образование человека
- Б) специфическая деятельность человека, проявляющаяся в генетически обусловленной потребности человека в двигательной активности, отвечающая психофизическим особенностям человека, которая решается в процессе физического воспитания.
- В) педагогический процесс, направленный на формирование потребностно-мотивационной сферы человека с широким спектром установок на физкультурную деятельность: стремления, интересы, цели, потребности, мотивы и т.д.
- Г) процесс изменения форм и функций организма и развития физических качеств ребенка, который наиболее эффективно протекает в процессе физического воспитания, посредством физических упражнений.

24. *Ведущие задачи физического воспитания, которые эффективно решаются в ОО «Физическое развитие»:*

- А) обучение технике основных движений, развитие физических качеств
- Б) формирования социальных, нравственных, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка
- В) формирования предпосылок к трудовой деятельности
- Г) охрана и укрепления физического и психического здоровья детей

25. *Тесты, определяющие уровень физической подготовленности детей 6-8 лет:*

- А) вес
- Б) бег на 30 метров
- В) ЖЕЛ
- Г) динамометрия

26. *Технологии физкультурно-оздоровительной направленности, реализуемые ежедневно в режиме дня дошкольников:*

- А) гимнастика бодрящая
- Б) танцевальная гимнастика
- В) физкультурное занятие
- Г) утренняя гигиеническая гимнастика

27. *Упражнения, рекомендуемые к применению в дошкольных образовательных учреждениях с детьми:*

- А) сидение на пятках
- Б) подлезание в туннель
- В) наклоны головы назад
- Г) прыжок в длину с места

28. *Тест на гибкость, который не применяется по нормативам ГТО:*

- А) гимнастическое упражнение «мост»
- Б) наклон туловища назад, сидя на гимнастической скамейке
- В) кувырок назад
- Г) наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке

29. *Стретчинг не включает упражнения:*

- А) глазодвигательные
- Б) дыхательные
- В) на растягивание разных групп мышц
- Г) язычковые

30. Технологии эстетической направленности (предложенные Г.В. Ильиной) не включают следующие виды гимнастики:

- А) ортопедическую
- Б) нравственную
- В) волевою
- Г) глазодвигательную

31. Как Вы понимаете готовность педагога (студента) к реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников?

- А) Это система субъективных оценок и суждений на решение проблемы преемственности в развитии физических качеств детей.
- Б) Это эмоциональная установка студента на реализацию соответствия дошкольного и начального общего образования ребёнка.
- В) Это результат развития соответствующих знаний на основе личностного роста.
- Г) Это готовность, как результат целенаправленного развития соответствующих знаний, профессиональных умений, на основе ценностно-мотивационного отношения к деятельности.

32. Чем определяется система ведущих мотивов и убеждений личности студента, эффективно реализующего преемственность в развитии физических качеств дошкольников, младших школьников?

- А) Ценностями самообразования.
- Б) Деятельным участием в реформировании современного дошкольного и начального общего образования.
- В) Необходимостью собственного профессионального роста.
- Г) Ценностями личностно-ориентированного развивающего образования и самообразования.

33. Какие знания необходимы специалисту физической культуры для реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников?

- А) Система педагогических знаний о развитии физических качеств детей.
- Б) Преимущественно психологические знания о специфике возрастных и индивидуальных особенностей старших дошкольников, младших школьников.
- В) Методологические, психолого-педагогические и методические знания о развитии физических качеств, с опорой на физиологические особенности развития детей.
- Г) Методические знания о развитии физических качеств с опорой на физическое развитие детей.

б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:

Промежуточная аттестация по дисциплине «Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного образования» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме экзамена.

Экзамен по данной дисциплине проводится в устной форме по экзаменационным билетам, каждый из которых включает 2 теоретических вопроса и одно практическое задание. Экзаменационная оценка может выставляться по итогам рейтинга, определенных по СМК ОД кафедры.

Показатели и критерии оценивания экзамена:

– на оценку **«отлично»** (5 баллов) – обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций, всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

– на оценку **«хорошо»** (4 балла) – обучающийся демонстрирует средний уровень сформированности компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.

– на оценку «удовлетворительно» (3 балла) – обучающийся демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

– на оценку «неудовлетворительно» (2 балла) – обучающийся демонстрирует знания не более 20% теоретического материала, допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

– на оценку «неудовлетворительно» (1 балл) – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

приложение 3

Методические рекомендации для студентов по освоению дисциплины

Предусматриваются следующие формы учебной работы: лекции, практические занятия и самостоятельная работа студентов.

На самостоятельное изучение выносятся вопросы, которые составляют содержание практической деятельности и по которым у студентов имеются знания, полученные в процессе изучения психолого-педагогических дисциплин.

Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. Самостоятельная работа является обязательной формой организации учебного процесса в вузе.

Выполнение заданий к самостоятельной работе должно носить систематический характер и осуществляться параллельно изучаемой теме курса.

В связи с этим работа с рекомендованной литературой и интернет-источниками обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов.

В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. На консультации, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Записи имеют первостепенное значение для самостоятельной работы студентов. Они помогают понять построение изучаемого материала, выделить основные положения, проследить их логику и тем самым проникнуть в творческую лабораторию автора.

Особенно важны и полезны записи тогда, когда в них находят отражение мысли, возникшие при самостоятельной работе.

Проведение практических занятий по дисциплине зависит от успешности подготовки самостоятельной работы. Выполняя самостоятельную работу, внимательно изучите требования к ее оформлению и критерии оценки заданий.

Требования к оформлению материалов самостоятельной работы:

1. Указать тему, номер и формулировку выполняемого задания.
2. Изложить материал в соответствии с требованиями, указанными в формулировке задания.
3. Сделать выводы и указать литературные источники, которые использовались при выполнении задания.
4. Материалы самостоятельной работы оформляются в тонкой тетради, при компьютерном наборе – на листах формата А4 (файл, скоросшиватель). Основные и дополнительные задания программы оформляются отдельно.

Критерии оценки выполнения программы самостоятельной работы:

5 баллов – качественное выполнение всех заданий: соответствие формулировке задания, изучение большинства литературных источников, подбор дополнительной литературы, наличие выводов, аналитической основы;

4 балла – выполнение всех заданий, но не всегда сделаны выводы, нет достаточной аналитической основы;

3 балла – не выполнено одно из заданий или материалы отдельных заданий не соответствуют формулировке, не всегда сделаны выводы, нет достаточной аналитической основы;

2 балла – не выполнены одно-два задания, литературные источники рассмотрены по минимуму, задания представлены на описательном уровне;

1 балл – программа выполнена формально, не в полном объеме;

0 баллов – программа не выполнена.

Методические рекомендации для подготовки к практическим занятиям:

При подготовке к практическим занятиям студенту необходимо начать с изучения темы и вопросов плана занятия, ознакомиться с заданием.

В ходе подготовки подобрать и изучить литературу по теме занятия, ознакомиться с новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. и интернет-источниках.

Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на практическое занятие для обсуждения.

Работая на практическом занятии, следует быть активным в обсуждении вопросов и выполнении заданий, быть объективным и доброжелательным в критических замечаниях по обсуждению, проявлять способность к конструктивным решениям.

Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного. При этом студент может обращаться к записям, непосредственно к первоисточникам, факты и наблюдения современной жизни и т.д. Вокруг такого выступления могут разгореться споры, дискуссии, к участию в которых должен стремиться каждый. Занятия организуются с учетом самостоятельной работы студентов, включают в себя решение практических заданий, связанных с овладением техникой работы с определенным материалом, развитие умения решать профессиональные задачи в предстоящей педагогической деятельности, стимулируют проявление творчества и импровизацию в решении педагогических задач.

Критерии оценки заданий:

5 баллов – полностью раскрыто содержание задания; есть выводы;

4 балла – содержание задания раскрыто, отсутствуют выводы; **3 балла** – содержание задания раскрыто частично, нет выводов; **2 балла** – содержание прописано формально, нет выводов;

1 балл – содержание задания раскрыто с ошибками, нет выводов.

Показатели и критерии оценки активной работы студентов на практических занятиях:

Показатели:

1. Степень активности участия в обсуждении вопросов темы.

2. Наличие письменных материалов к занятию.

Критерии:

5 баллов – активное участие в обсуждении всех вопросов темы; наличие аналитических записей по всем вопросам и заданиям темы;

4 балла – активное участие в обсуждении большинства вопросов темы; наличие аналитических записей по всем вопросам и заданиям темы;

3 балла – участие в обсуждении одного вопроса темы; наличие аналитических записей по всем вопросам, имеются неточности в оформлении заданий к теме;

2 балла – незначительное участие в обсуждении вопросов темы; материалы к занятию представлены в конспективном виде, задания не выполнены;

1 балл – пассивное участие в обсуждении вопросов темы; материалы к занятию представлены в конспективном виде, задания не выполнены;

0 баллов – отсутствует подготовка к занятию.