

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЯКОВЛЕВСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ОГАПОУ ЯПК)

РАССМОТРЕНО

на заседании Педагогического совета

протокол № 1

от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа

 Шепелева Ж.Н.

6/0-66 «31» 08 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА -
ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**Инновационные методики в процессе занятий физическими
упражнениями в ДОУ**

г. Строитель 2023 год

Организация-разработчик: ОГАПОУ «Яковлевский педагогический колледж».

Разработчики:

- 1) Калашникова Н.И., методист, преподаватель спецдисциплин.
- 2) Садовая О.В., преподаватель спецдисциплин

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Содержание	Стр.
1.	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	4
1.1.	Нормативно-правовые основания разработки программы	4
1.2.	Область применения программы	4
1.3.	Требования к слушателям	4
1.4.	Цель и планируемые результаты освоения программы	4
1.5.	Форма обучения	6
1.6.	Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы	6
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	7
2.1.	Учебный план	7
2.2.	Календарный учебный график	7
2.3.	Тематический план программы	8
3.	ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	10
3.1.	Требования к кадровому обеспечению программы	10
3.2.	Требования к материально-техническому обеспечению программы	10
3.3.	Требования к информационно-методическому обеспечению программы	10
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	12
4.1.	Контроль и оценка результатов освоения программы	12
4.2.	Тестовые задания для итогового контроля	14

АННОТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Обучение по программе «Инновационные методики в процессе занятий физическими упражнениями в ДОУ» позволит педагогам дошкольных образовательных организаций совершенствовать работу образовательного процесса в области физического развития. Физическое развитие является на сегодняшний день одним из основных критериев развития ребенка. Постоянное использование одних и тех же методик работы значительно снижает интерес детей к занятиям физическими упражнениями и, как следствие, приводит к снижению результативности. Поэтому наряду с традиционными средствами и формами работы необходимо применение нетрадиционных. Всё это требует от педагогов постоянной работы над собой, своим профессиональным ростом. Это возможно при использовании разнообразных подходов к воспитанию и обучению. Инновационные процессы являются закономерностью в развитии дошкольного образования и относятся к таким изменениям в работе учреждения, которые носят существенный характер, сопровождаются изменениями в образе деятельности и силе мышления его сотрудников, вносят в среду внедрения новые стабильные элементы. Применение инновационных технологий в физическом воспитании дошкольников – одно из главных условий для проведения результативной работы на современном этапе.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Область применения программы

Настоящая программа предназначена для повышения квалификации граждан (работников организаций и граждан (незанятых, занятых), имеющих или получающих среднее профессиональное и/или высшее профессиональное педагогическое образование. Содержание программы соответствует ответственности и сложности профессиональной деятельности специалиста со средним профессиональным и высшим образованием и обеспечивает совершенствование и углубление профессиональных знаний и умений, необходимых для исполнения должностных обязанностей в сфере педагогической деятельности.

1.3. Требования к слушателям (категории слушателей)

Граждане, имеющие или получающие среднее профессиональное или высшее профессиональное педагогическое образование, желающие повысить компетентность в воспитании и обучении детей дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями, применяя современные методики.

Цель и планируемые результаты освоения программы:

Реализация программы направлена на совершенствование у обучающихся компетенций, необходимых для профессиональной деятельности.

Наименование компетенции по программе повышения квалификаций «Инновационные методики в процессе занятий физическими упражнениями в ДОУ»
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.
ПК 1.2. Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом детей
ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию детей в процессе выполнения двигательного режима.
ПК 1.4. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.
ПК 2.1. Планировать различные виды деятельности и общения детей в течение дня.
ПК 2.2. Организовывать различные игры с детьми раннего и дошкольного возраста.
ПК 2.3. Организовывать посильный труд и самообслуживание детей
ПК 2.4. Организовывать общение детей

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать занятия с детьми с
ПК 3.2. Проводить занятия с детьми
ПК 4.1. Определять цели, задачи и планировать работу с родителями детей
ПК 4.2. Проводить индивидуальные консультации по вопросам семейного воспитания, социального, психического и физического развития ребенка
ПК 4.4. Оценивать и анализировать результаты работы с родителями детей ,корректировать процесс взаимодействия с ними.
ПК 5.1. Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учетом особенностей возраста, группы
ПК 5.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов

Обучающийся в результате освоения программы должен знать:

- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;
- особенности планирования режимных моментов и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);
- теоретические основы режима дня;
- теоретические основы двигательной активности;
- основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;
- методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;
- особенности детского травматизма и его профилактику;
- требования к организации безопасной среды в условиях дошкольного образовательного учреждения;
- теоретические основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию.

уметь:

- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;
- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательного учреждения;
- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм
- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;
- использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса;
- показывать детям физические упражнения, ритмические движения под музыку;
- определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательном учреждении;
- определять способы педагогической поддержки воспитанников;

иметь практические навыки:

- применять современные методики в процессе занятий физическими упражнениями в ДОУ.

владеть:

- современными методиками, необходимыми и достаточными для планирования, реализации и оценки образовательной работы с детьми раннего и дошкольного возраста области физического воспитания.

Форма обучения – очная. Реализация программы возможна с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

1.5. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы -

Лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ п\п	Наименование раздела	Аудиторные			Сам. раб., час
		всего часов	теор. занятия, час	практ. занятия, час	
1.	Общие вопросы физического воспитания дошкольников	16	6	8	2
2	Инновационные технологии в работе с детьми дошкольного возраста.	29	13	14	2
3	Методические особенности проведения физических упражнений в ДОУ с использованием инновационных методик	14	6	6	2
4	Итоговая аттестация	6	-	6	
Всего		65	25	34	6

2.2. Календарный учебный график

№ п\п	Наименование раздела	1 месяц				2 месяц
		1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед
1.	Общие вопросы физического воспитания дошкольников	16				
2	Инновационные технологии в работе с детьми дошкольного возраста.		15	14		
3	Методические особенности проведения физических упражнений в ДОУ с использованием инновационных методик				14	
4	Итоговая аттестация					6
Всего		16	15	14	14	6
Итого		65				

2.3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

Наименование раздела	Содержание учебного материала: теоретические и практические занятия, самостоятельная работа	Объем часов	Совершенствуемая компетенция
Раздел 1 Общие вопросы физического воспитания дошкольников	Содержание учебного материала	16	ОК 4, ОК 8, ПК 3.1.
	Теоретические занятия:		
	1 Содержание основных понятий и терминов физической культуры.	2	
	2 Методы и приемы обучения физическим упражнениям	2	
	3 Закономерности формирования двигательных умений и навыков дошкольников	2	
	Практические занятия:		
	1 Определение иерархии основных понятий физической культуры дошкольников. Уточнение понятий, имеющих различное толкование в учебно-методической литературе.	2	
	2 Классификация физических упражнений (заполнение таблиц)	2	
	3 Анализ предметно-развивающей среды в разных возрастных группах дошкольного возраста.	2	
	4 «Средства физического воспитания» (заполнение таблицы)	2	
	Самостоятельная работа:		
	1 Требования к предметно-пространственной среде для занятий физическими упражнениями с-дошкольниками.	2	
Раздел 2. Инновационные технологии в работе с детьми дошкольного возраста.	Содержание учебного материала	29	ОК 9, ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 5.1
	Теоретические занятия:		
	1 Гимнастика «Са-Фи-Дансе»	1	
	2 Эвритмическая гимнастика	1	
	3 Фитбол гимнастика	1	
	4 Гимнастика с элементами логоритмики	1	
	5 Корригирующая ортопедическая гимнастика	1	
	6 Ритмическая гимнастика	1	
	7 Креативная гимнастика	1	
	8 Ушу-гимнастика	1	
	9 Игрогимнастика	1	
	10 Степ-аэробика	1	
	11 Стретчинг	1	
	12 Хата-йога	1	
	13 Фонетическая ритмика	1	
	Практические занятия:		
	1 Составление комплекса упражнений с использованием инновационных технологий	4	

		«Са-Фи-Дансе», Ушу-гимнастики, гимнастики с элементами Хата-йоги.		
	2	Подбор и составление комплексов игровых упражнений по теме «Эвритмическая гимнастика».	2	
	3	Составление консультаций для родителей по использованию фитбол-гимнастики в домашних условиях	2	
	4	Составление информационного листа для педагогов по применению стретчинговых упражнений	2	
	5	Составление комплекса гимнастики с элементами логоритмики	2	
	6	Подбор упражнений и музыкального сопровождения для ритмической гимнастики	2	
	Самостоятельная работа:			
	1	Значение инновационных технологий при занятии физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста	2	
Раздел 3. Методические особенности проведения физических упражнений в ДОУ с использованием инновационных методик	Содержание учебного материала		14	ПК 21. ПК 2.2. ПК 2.4, ПК 3.2, ПК 5.3.
	Теоретические занятия:			
	1	Целенаправленное использование в процессе физического воспитания дошкольников известных физкультурно-оздоровительных методик и инновационных технологий.	2	
	2	Создания устойчивого интереса к занятиям по физической культуре.	2	
	3	Создание условий для положительного психоэмоционального состояния детей.	2	
	Практические занятия:			
	1	Анализ особенностей разработки комплексов упражнений по методикам стретчинга и фитбол-гимнастики. Разработка комплекса упражнений по данным методикам	2	
	2	Анализ особенностей разработки комплексов упражнений гимнастика с элементами логоритмики и фонетической ритмики. Разработка комплекса упражнений по данным методикам.	2	
	3	Анализ особенностей разработки комплексов упражнений для креативной гимнастики и игрогимнастики. Разработка комплекса упражнений по данным методикам.	2	
	Самостоятельная работа:			
	1	Воспитание дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями	2	
Итоговая аттестация			6	
Всего			65	

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Требования к кадровому обеспечению программы

Реализация программы должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины.

3.2. Требования к материально-техническому обеспечению программы

Реализация программы предполагает наличие материально-технической базы, соответствующей действующим санитарным и противопожарным нормам, обеспечивающей проведение практических занятий, практического обучения, предусмотренных учебным планом.

Перечень учебных кабинетов:

- 1) кабинет теории и методики физического воспитания 329

Оборудование учебного кабинета:

- 1) рабочее место преподавателя;
- 2) учебные места обучающихся;
- 3) персональные компьютеры;
- 4) проектор;
- 5) наглядные и дидактические пособия.
- 6) Оборудование и инвентарь для проведения практических занятий (фитболы, ковер, обручи, гимнастические палки, мячи, султанчики, степ-платформы)

3.3. Требования к информационно-методическому обеспечению программы

Литература

1. Гурьев С.В. Теория и методика физического воспитания с практикумом (детей дошкольного и младшего школьного возраста). - Москва: КНОРУС, 2020,-212 с.
2. Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста. - 2-е изд.,стер.-Москва: Издательство Юрайт, 2020 .,- 350 с.
3. Потапчук А.А., Лукина Г.Г. Фитбол-гимнастика в дошкольном возрасте: учеб.-метод.пособие/под ред.С.П.Евсеева. – СПб.,1999.
4. Ритмическая гимнастика для школьников/В.В.Матов, О.А.Иванова, М.А.Матова, И.Н.Шаробарова// Физкультура и спорт.-1989-№4
5. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник для студ. Учреждений сред. Проф. Образования/ (С.О.Филиппова, О.А.Каминский, Г.Г.Лукина и др.); под ред. С.О.Филипповой,-5-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2019.-304 с.
6. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: практикум: учеб. пособие для студ. Учреждений сред.проф. образования/(С.О.Филиппова, О.А.Каминский, Г.Г.Лукина и др.); под ред.С.О.Филипповой,-3-е изд.,перераб. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2020.-192 с.
7. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика Са-Фи-Дансе для детей: учеб.метод.пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб.,2000.
- 8.ФирилеваЖ.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес -Данс: лечебно-профилактический танец.- СПб., 2007.

Интернет-ресурсы:

1. http://dysh2.ucoz.ru/1/metodicheskoe_posobie_po_fizicheskoj_podgotovke_de.pdf
2. <https://vscolu.ru/fizicheskoe-razvitie/fitbol-gimnastika-v-doshkolnom-uchrezhdenii.html> (Фитбол гимнастика)
3. <https://www.labyrinth.ru/books/149863/> (Са-фи-Дансе)
4. <https://www.maam.ru/detskijsad/yevritmicheskaja-gimnastika-kak-chast-fizkulturno-ozdorovitelnoi-raboty-v-dou.html> (эвритмическая гимнастика)
5. http://kras-dou.ru/29/images/17-18/str-ped/lobareva/doc/ortopedicheskaya_gimnastika_v.pdf (ортопедическая гимнастика)
6. <http://detsad-detctvo.ru/konkursnyie-materialyi/opyit-pedagogov/tvorcheskaya-masterskaya-pedagogov/papulova-ayu-step-aerobika-v-detskom-sadu/> (степ-аэробика)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

4.1. Контроль и оценка результатов освоения программы осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, итогового тестирования

Компетенции	Основные показатели и критерии оценки результата	Формы и методы контроля
ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.	- целесообразное определение целей и структуры мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей; обоснованность выбора содержания; соответствие планов требованиям нормативных документов, специфики образовательного учреждения, особенностей группы и современным тенденциям в сфере дошкольного образования; аккуратное и т.д.	-разработка планов-конспектов мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей; - защита планов-конспектов мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей на практическом занятии; -анализ (самоанализ) мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей;
ПК 1.2. Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом.	- обоснованность выбора содержания и средств, методов, приемов организации и проведения режимных моментов в соответствии с возрастом; -выполнение самоанализа педагогической деятельности в соответствии с требованиями	-анализ (самоанализ) организации и проведения режимных моментов в соответствии с возрастом;
ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.	-обоснованность выбора средств, методов и приемов физического воспитания и обучения детей дошкольного возраста; выполнение самоанализа мероприятий по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима в соответствии с требованиями;	-анализ (самоанализ) мероприятий по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима;
ПК 1.4. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребенка,	-соответствие физической нагрузки возрасту детей, состоянию здоровья; -аккуратное и точное заполнение документации; -выполнение анализа сведений о состоянии здоровья воспитанников;	-анализ медицинских карт воспитанников; - хронометраж физической нагрузки в течение дня;
ПК 2.1 Планировать различные виды деятельности и общения детей в течение дня.	- умение планировать различные виды деятельности и общения детей в течение дня	- оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме на итоговой аттестации.
ПК 2.2. Организовывать различные игры с детьми раннего и дошкольного	- определение целей и задач руководства игровой деятельностью в соответствии с особенностями овладения детьми раннего	-анализ, самоанализ проведенных игр; -- экспертная оценка

возраста.	и дошкольного возраста игровой деятельностью - владение формами, методами и средствами руководства творческими играми и играми с правилами - отбор эффективных методов и приемов стимулирования самостоятельной игровой деятельности детей с использованием прямых и косвенных приемов руководства игрой - применение педагогического наблюдения для определения уровня сформированности игровых умений дошкольников.	подготовки и проведения различных игр; - рефлексия педагогической деятельности.
ПК 2.3 Организовывать посильный труд и самообслуживание	- уметь организовывать посильный труд и самообслуживание детей	- оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме на итоговой аттестации.
ПК 2.4. Организовывать общение детей.	- выбор методов, приемов и способов организации и общения детей - грамотность составления и полнота реализации коррекционных программ, рекомендаций для воспитателей и родителей по эффективному общению дошкольников - целесообразность отбора диагностических методик и грамотное составление программ обследования межличностных отношений дошкольников - обеспечение учета особенностей возраста детей и отдельных воспитанников при организации общения в разных видах деятельности	- анализ, самоанализ организации общения -- экспертная оценка подготовки рекомендаций для воспитателей и родителей по эффективному общению дошкольников, диагностических методик, программ обследования межличностных отношений дошкольников.
ПК.5.1. Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учетом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников	- анализ содержания примерных программ, учебно-тематических планов и других учебно-методических материалов в области организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития; - Создание комплексов упражнений, сценариев мероприятий и подвижных игр для обеспечения организации и проведения мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития; - определение содержания работы при организации режимных процессов направленных на укрепление здоровья ребенка	Выполнение практического задания по демонстрации компетенций
ПК 5.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы,	- соответствие выбора педагогической и методической литературы и содержания разработки сформулированной проблеме (задаче); - выполнение самоанализа занятия в соответствии с требованиями; - определение характерных признаков	- защита реферата - выступление с сообщениями (докладами) на занятиях; - анализ (самоанализ)

самоанализа и анализа деятельности других педагогов.		педагогической деятельности, конкретных педагогических ситуаций на практических занятиях.
--	--	---

Все разделы курса являются обязательными для изучения.

По окончании обучения слушатели проходят итоговую аттестацию в форме экзамена.

4.2 Задания для итогового контроля

Разработать и продемонстрировать комплексы упражнений с использованием инновационных технологий

Тестовые задания для итогового контроля

Указания: все задания имеют только один правильный ответ. Обведите кружком тот, который Вы считаете правильным.

1. Воспитание здорового, жизнерадостного жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка – это задача...

- А)физического воспитания
- б) физического развития
- с) физической подготовленности

2. Уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств – физическая...

- а) активность
- б) подготовленность
- с) выносливость

3. Строй, при котором дети стоят один возле другого лица к центру, называется.....

- а) колонна
- б) шеренга
- с) интервал

4. Документ, включающий перечень знаний о физическом воспитании и физических упражнениях:

- а) принцип
- б) система
- с) программа

5. Вставьте пропущенное слово: «Систематические физкультурные занятия на воздухе усиливают эффект на организм ребенка»

- а) оздоровительный
- б) образовательный
- с) воспитательный

6. Движение, в котором поочередное отталкивание от опоры ногами чередуется с полетом:

- а) ходьба
- б) прыжок
- с) бег

7. Использование разнообразных форм двигательной активности создает оптимальный

- а) уровень физической подготовленности
- б) двигательный режим
- с) двигательный навык

8. Приседания, наклоны головы и туловища; повороты головы и туловища; потягивания, поднимание, опускание, скрещивание и сгибание рук и ног – это.....

- a) психогимнастические упражнения
- b) основные движения
- c) общеразвивающие упражнения

9. Строй, в котором дети расположены в затылок друг другу:

- a) шеренга
- b) колонна
- c) дистанция

10. Способность совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени, - это.....

- a) сила
- b) выносливость
- c) быстрота

11. Кратковременные физические упражнения, проводимые в процессе занятий, требующих интеллектуального напряжения, называются.....

- a) логоритмическими упражнениями
- b) физкультминутками
- c) двигательными разминками

12. Благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми дошкольного возраста и организации их разумной самостоятельной двигательной активности:

- a) прогулка
- b) динамический час
- c) спортивный досуг

13. Виды подвижных игр, используемые в ДОУ:

- a) сюжетные, несюжетные, спортивные, спортивные досуги
- b) сюжетные, несюжетные, спортивные, игры-забавы
- c) сюжетные, несюжетные, спортивные, игровые упражнения

14. Основной формой организованного систематического обучения физическим упражнениям является.....

- a) утренняя гимнастика
- b) физкультурное занятие
- c) физкультминутка

15. Обучение старших дошкольников спортивным играм начинают с ..

- a) вопросов к детям
- b) раздачи пособий
- c) разучивания отдельных элементов техники игры

16. Сколько частей входит в структуру физкультурного занятия?

- a) 3
- b) 4
- c) 5

17. К строевым упражнениям относятся:

- a) построения, равнения, ходьба, повороты, приседания
- b) построения, равнение, перестроение, повороты, размыкания, смыкания.
- c) построения, равнение, смыкание, размыкание, прыжки, бег по кругу

18. Процесс неоднократного воспроизведения двигательных действий, которые организуются в соответствии с дидактическими принципами обучения – это:

- a) движение
- b) гимнастика
- c) упражнение

19. Какая задача не относится к воспитательным задачам физического развития детей в ДОУ?

- a) формирование потребности в ежедневных физических упражнениях
- b) развитие самостоятельности, творчества, инициативности

с) совершенствование защитных функций организма

20. На физкультурном занятии осуществляется контроль за соблюдением следующих нагрузок:

- а) эмоциональной, духовно-нравственной
- б) психологической, физической
- с) интеллектуальной, физической

21. Целесообразность использования времени на физкультурном занятии определяется по...

- а) продолжительности вводной части
- б) общей плотности занятия
- с) продолжительности игры

22. К какой категории физического воспитания относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?

- а) принципы физического воспитания
- б) средства физического воспитания
- с) формы физического воспитания

23. Какие принципы и требования должен отражать режим жизни детей в ДОУ?

- а) учет возрастных особенностей и возможностей детей
- б) опора на интересы детей
- с) учёт наследственных и средовых факторов развития

24. Укажите, как называется метод организации деятельности детей на занятии, при котором вся группа выполняет одно и то же задание:

- а) фронтальный
- б) одновременный
- с) групповой

25. Как называется способ проведения общеразвивающих упражнений, при котором весь комплекс упражнений выполняется занимающимися непрерывно, без остановок, причем конечное положение предыдущего упражнения является исходным для следующего?

- а) непрерывным
- б) слитным
- с) поточным

26. Совершенствование функциональных систем организма ребенка, направленное на повышение устойчивости к воздействию внешней среды:

- а) закаливание
- б) упражнения
- с) воспитание

27. Найдите верное утверждение:

- а) охрана жизни и укрепление здоровья ребенка — это условие физического воспитания
- б) охрана жизни и укрепление здоровья ребенка — это форма физического воспитания
- с) охрана жизни и укрепление здоровья ребенка — это задача физического воспитания

28. Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами, — это ...

- а) двигательный режим
- б) подвижная игра
- с) спортивные упражнения

29. Важнейшее требование к физкультурному оборудованию:

- а) эстетичность
- б) гигиеничность
- с) безопасность

30. Общая плотность физкультурного занятия должна составлять:

- а) 80 – 90%

b) 70 – 80%

c) 60 – 70%

Ключи к тестовым заданиям:

a	b	b	c	a	c	b	c	b	c
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
b	a	b	b	c	a	b	c	c	b
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
b	b	a	a	c	a	c	b	c	a