

| | |
|--|--|
| Касаткина Галина Михайловна | Подписано цифровой подписью Касаткина Галина Михайловна Дата: 2024.04.01 10:14:33 +05'00' |
|--|--|

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ «ИМЦ по ФКиС»



Касаткина Г.М.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Управление по развитию физической культуры, спорта и молодежной
политики Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное бюджетное учреждение
«Информационно-методический центр по физической культуре и спорту»

**ИНТЕГРИРОВАННЫЙ ПОДХОД В РАЗВИТИИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
СРЕДИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

(дополнительная профессиональная программа повышения квалификации
для работников отрасли «физическая культура и спорт»)

г. Нижний Тагил
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека.

Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье.

Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. Потребность в двигательной активности детей в возрасте от 2 до 7 лет настолько велика, что педагоги называют дошкольный возраст «возрастом двигательной активности». Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития. Отличительной чертой физического воспитания дошкольников является его тесная связь с психическим, личностным, интеллектуальным, эстетическим, нравственным развитием ребенка.

Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, формирование у них потребности в здоровом образе жизни и физическом совершенствовании является одной из главных целей учреждений физкультурно-спортивной направленности.

Поэтому встает вопрос о необходимости создания групп в спортивных школах для детей дошкольного возраста. В настоящее время это очень актуально и востребовано.

Одними из важных составляющих профессионализма тренера должны стать творчество и инновационность. Он должен сочетать в себе и умение

преподавать и знания детской психологии. Не всегда прославленный спортсмен может найти общий язык с детьми и создать для них комфортную атмосферу для развития.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Цель реализации программы

Данная образовательная программа представляет собой документ, объединяющий учебный материал дисциплин: «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки» и «Повышение профессионального мастерства». Освоение в едином блоке обеих дисциплин в наибольшей мере способствует обеспечению преемственности учебно-тренировочного и воспитательного процессов. Логика избранного подхода разработки программы объясняется следующим:

- необходимостью освоения слушателями умения и навыков работы с контингентом дошкольного возраста;
- требованиями к разносторонней подготовке тренеров, учителей физической культуры и других специалистов по видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по тому или иному виду спорта в учреждениях физкультурно-спортивной направленности с детьми дошкольного возраста.

Основными задачами по физическому воспитанию дошкольников являются:

1. Охрана и укрепление здоровья детей
2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств
3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни
5. Обеспечение физического и психического благополучия.

Программа ориентирована на последовательное освоение социально-психологических, анатомо-физиологических, педагогических основ системы физического воспитания детей дошкольного возраста. Усвоение программы определяется уровнями знаний основных положений теории и практики физической культуры и спорта, прочности овладения специальными навыками, умениями самостоятельно решать вопросы физкультурно-спортивной деятельности с детьми дошкольного возраста.

Данная категория специалистов должна: обладать высокой гражданской ответственностью и нравственными качествами; любить работу с детьми; в совершенстве владеть знаниями и навыками общекультурного и профессионального образования, самовоспитания, самосовершенствования; быть убежденными, активными пропагандистами, советчиками, консультантами по предмету педагогической деятельности и физкультурной направленности своей специальности и т.д.

Между тем, специалист отрасли «физическая культура и спорт», работающий с детьми дошкольного возраста должен **знать:**

- Федеральный стандарт спортивной подготовки по своему виду спорта;
- Основы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки детей дошкольного возраста;
- Концептуальные основы непрерывного физкультурного образования детей, основы законодательства и нормативные документы по вопросам семьи и прав ребенка;
- Основы возрастной физиологии, психологии, гигиены, валеологии дошкольного возраста;
- Нормативные основы физического развития, физической подготовленности (методика разработки и использования нормативных документов);
- Основы построения профилактических и коррегирующих компонентов физических упражнений (осанка, утомление глаз, плоскостопие и т.д.) в соответствии с требованиями, применяемыми к дошкольному возрасту;

Специалист должен **владеть:**

- методикой общения с детьми дошкольного возраста; умением реализовывать индивидуальный подход к повышению мотивации к занятиям избранным видом спорта;
- умением формирования отдельных групп детей в зависимости от их психического и физического развития, состояния здоровья, склонностей, интересов, физической подготовленности;
- методикой проведения разъяснительной, популяризационной и просветительской работы с родителями по вопросам: здорового образа жизни, режима дня, семейного физического воспитания, обеспечивающего нормальное физическое развитие детей;
- умениями использования и выработки игрового материала для проведения учебных и внеучебных занятий, спортивно-массовых мероприятий (в том числе в семье, во время активного отдыха и т.п.);
- методикой организации и проведения различных форм занятий в зависимости от их направленности, численности занимающихся и т.п.; уметь проводить мероприятия в режиме дня, детские праздники, тематические и развлекательные мероприятия и т.п.;
- навыками оказания доврачебной помощи детям;
- технологией разработки практического материала вариативных частей программ по физическому воспитанию детей дошкольного возраста, построенного на основе различных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- технологией составления индивидуальных оздоровительных, профилактических, коррегирующих программ или комплексов физических упражнений для семейного физического воспитания, для детей, имеющих отклонения в физическом развитии;
- навыками ведения бесед, консультаций, лекций, практических занятий с родителями по методике работы, общения с детьми;
- технологией составления, разработки всех форм документации, планирования, учета и анализа работы, информационных материалов;

- методикой профессионального самообразования, самосовершенствования.

Целями настоящей программы являются:

- развитие общей культуры и профессионально-педагогической компетентности специалистов отрасли «физическая культура и спорт»;
- формирование, стимулирование и удовлетворение потребностей в повышении квалификации специалистов отрасли «физическая культура и спорт»;
- обеспечение социальной защищенности, социальной реабилитации, устранения всех форм функциональной неграмотности;
- полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» в учреждениях физкультурно-спортивной направленности.

Для этого требуется обеспечить единство прикладных, фундаментальных и методологических знаний, составляющих основу профессиональной и общей культуры, широкую ориентацию в подходах к постановке и решению новых проблем и задач.

Основными задачами программы являются:

- овладение интегративной системой знаний в области теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки, а также психолого-педагогическими, анатомо-физиологическими и валеологическими требованиями физической культуры и спорта детей дошкольного возраста;
- ознакомление с новыми технологиями обучения, применяемыми с детьми дошкольного возраста;
- формирование умений и навыков организации и проведения массовых физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- повышение уровня общей культуры и профессиональной компетентности в организации тренировочного и воспитательного процессов;

Образовательная программа построена на следующих **принципах:**

- **непрерывности** процесса обучения, который обеспечивается механизмом преемственности между: а) целями содержания отдельных звеньев программы; б) содержанием образовательно-развивающей практики на каждом из этапов; в) инновационными технологиями обучения физической культуре и спорту в системе дополнительного профессионального образования специалистов отрасли «физическая культура и спорт»;
- **целостности** процесса обучения, предполагающего интеграцию основного и дополнительного образования, адаптацию в социокультурной среде;
- **лично-ориентированного** характера обучения, реализуемого посредством индивидуализации содержания, форм, методов и педагогических средств достижения целей обучения (за счет получения практического опыта реализации педагогических технологий по той или иной теме программы).

Категория слушателей

Лица, желающие освоить дополнительную профессиональную программу, должны иметь среднее профессиональное или высшее профессиональное образование по профилю «физическая культура и спорт», или среднее профессиональное или высшее профессиональное образование и диплом о профессиональной переподготовке по профилю «физическая культура и спорт».

Срок обучения

Трудоемкость обучения по данной программе – 72 часа, из которых 34 часа – теоретическое обучение, 34 часа – практические занятия, , 4 часа – индивидуальная самостоятельная работа. Общий срок обучения составляет 2,5 месяца (по 6 часов еженедельно).

Итоговый контроль заключается в защите собственных технологических проектов на уровне изучения той или иной темы, проведении тестирования, круглых столов, а также в написании рефератов. По итогам обучения выдается удостоверение о повышении квалификации.

Форма обучения

Форма обучения – очная, очно-заочная с использованием дистанционных образовательных технологий.

**Учебно-тематический план образовательной программы
«Интегрированный подход в развитии физической культуры и спорта
среди детей дошкольного возраста»**

| <i>№ п/п</i> | <i>Наименование темы</i> | <i>Всего</i> | <i>Теория</i> | <i>Практика</i> |
|------------------|---|------------------|------------------|------------------|
| <i>1.</i> | Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста | <i>20</i> | <i>12</i> | <i>8</i> |
| <i>2.</i> | Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей дошкольного возраста | <i>4</i> | <i>2</i> | <i>2</i> |
| <i>3.</i> | Основные принципы и правила здорового питания | <i>6</i> | <i>4</i> | <i>2</i> |
| <i>4.</i> | Планирование и учет работы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста | <i>4</i> | <i>2</i> | <i>2</i> |
| <i>5.</i> | Педагогический и врачебный контроль на занятиях физической культурой и спортом детей дошкольного возраста | <i>4</i> | <i>2</i> | <i>2</i> |
| <i>6.</i> | Основы массажа, кинезиотерапия для детей дошкольного возраста | <i>8</i> | <i>2</i> | <i>6</i> |
| <i>7.</i> | Психологические особенности детей дошкольного возраста | <i>14</i> | <i>6</i> | <i>8</i> |
| <i>8.</i> | Основы медицинской подготовки и безопасности жизнедеятельности | <i>8</i> | <i>4</i> | <i>4</i> |
| <i>9.</i> | Индивидуальная самостоятельная работа | <i>4</i> | <i>-</i> | <i>-</i> |
| | <i>ВСЕГО:</i> | <i>72</i> | <i>34</i> | <i>34</i> |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста

Основные понятия. Место и роль физического воспитания в системе воспитания детей дошкольного возраста. Цели и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста. Основные средства физического воспитания в дошкольном возрасте в учреждениях физкультурно-спортивной направленности. Методы и приемы физического воспитания детей дошкольного возраста.

Формы работы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. Особенности возрастного развития детей дошкольного возраста. Организация условий физического воспитания детей дошкольного возраста. Некоторые особенности методики физического воспитания детей дошкольного возраста. Проблемы физического воспитания и развития детей дошкольного возраста.

2. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей дошкольного возраста

Исследование силовых возможностей. Развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости у детей 3-6 лет. Развитие памяти, восприятия, воображения, внимания и мышления у детей дошкольного возраста. Характеристика взаимосвязи показателей физических качеств и психических процессов у дошкольников 3-6 лет. Экспертная оценка и содержание подвижных игр по преимущественному развитию психических процессов и физических качеств.

3. Основные принципы и правила здорового питания

Краткое определение понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни». Современная система знаний о здоровье. Гигиена и ее виды. Правила и принципы здорового питания. Что должен знать родитель. Необходимые для правильного развития пищевые компоненты. Режим в питании детей дошкольного возраста. Организация питания юного спортсмена.

4. Планирование и учет работы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста

Значение планирования и учета работы. План – график распределения физических упражнений на год. План на неделю. План – конспект занятия, правила записи физических упражнений. Учет: предварительный, текущий, итоговый.

5. Педагогический и врачебный контроль на занятиях физической культурой и спортом детей дошкольного возраста

Основная цель врачебно-педагогического контроля. Методы контроля за состоянием организма занимающихся. Педагогическое наблюдение. Измерение частоты сердечных сокращений (ЧСС). Индивидуальный контроль. Простые

функциональные пробы с регистрацией и анализом частоты сердечных сокращений. Ортостатическая и клиностатическая пробы. Пробы Штанге и Генчи. Функциональная проба Руфье-Диксона. Контроль за гигиеническим состоянием мест для занятий на площадке, в помещении (влажная уборка, проветривание), физкультурного инвентаря, а также за чистотой костюмов, обуви детей.

6. Основы массажа, кинезиотерапия для детей дошкольного возраста. Виды массажа, основные приемы массажа, показания и противопоказания. Массаж отдельных частей тела. Кинезиотейпирование.

7. Психологические особенности детей дошкольного возраста

Законы развития. Кризисы и новообразования (3 часа лекция).

Закон цикличности; закон неравномерность развития; закон инволюции-эволюции в развитии; ценность кризиса в решении задач возраста; психологические новообразования возраста; ведущая сфера развития возраста; мотивационно-потребностная и операционально-технические линии развития ребенка; закономерности развития двигательных навыков: грубая моторика, тонкая моторика; когнитивное развитие.

Ведущий вид деятельности. Игра и научение (3 часа лекция 2 часа практика).

Подвижные игры - основа психического развития детей дошкольного возраста. Игра как средства самореализации. Виды игр: сенсорные игры; моторные игры; игра –возня; языковые игры; ролевые игры; игры с правилами и игры-соревнования.

Психологическое пространство двигательной деятельности (2 часа лекция 1 час практика). Отношения ребенка в пространстве его двигательной деятельности: физическое, социальное и психологическое пространство. Потребности личности; мотивационная сфера, эмоционо-волевая сфера.

Возрастные особенности развития психических процессов детей дошкольного возраст (3 часа лекция 1 час практика). Особенности развития детей 3-4 летнего возраста; детей 4-5 летнего возраста; детей 5-6 летнего возраста. Психологические основы обучения: развитие внимания и способы поддержания его устойчивости; организация эффективного восприятия; особенности прояв-

ления памяти; развитие интереса, любознательности как факторы повышающие активность ребенка.

Проблемы поведения, непослушание, невнимательность (4 часа лекция 1 час практика). Эмоциональные и поведенческие нарушения у детей. Основные формы нарушений психических процессов. Работа с родителями.

8. Основы медицинской подготовки и безопасности жизнедеятельности

Современный комплекс проблем безопасности. Объекты и субъекты безопасности. Виды безопасности. Первоочередные действия и поведение в случае аварии на Белоярской АЭС. АХОВ – наиболее распространенные в городе Нижний Тагил – хлор и аммиак: их краткая характеристика, признаки отравления, первая медицинская помощь при отравлении этими АХОВ. Первоочередные действия и поведение при пожаре. Первая помощь при кровотечениях. Первая помощь при утоплении. Первая помощь при тепловых и солнечных ударах. Первая помощь при травмах. Техника проведения реанимационных мероприятий.

9. Индивидуальная самостоятельная работа

Планируемые результаты обучения (требования к подготовке слушателей)

Слушатель, освоивший полный курс образовательной программы, **должен знать:**

- Федеральный стандарт спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- концептуальные основы непрерывного физкультурного образования, программы физического воспитания по своему виду спорта;
- основы физического воспитания и спортивной тренировки детей дошкольного возраста;
- содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на всех этапах спортивной подготовки с детьми дошкольного возраста;

- основные положения Международной конвенции о правах ребенка;
- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения по избранным видам спорта с учетом дошкольного возраста;
- основные закономерности возрастного развития человека (биологические, психо-физиологические аспекты);
- основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи;
- санитарно-гигиенические требования к организации тренировочного процесса;
- теоретические и практические основы тренировочного и воспитательного процессов по различным формам физкультурно-спортивной деятельности.

Слушатель, освоивший полный курс образовательной программы **должен владеть:**

- технологиями разработки и составления учебных и рабочих программ с учетом дошкольного возраста;
- навыками организации тренировочных и воспитательных форм физической культуры и спорта в учреждениях физкультурно-спортивной направленности;
- навыками по обеспечению безопасности при проведении тренировочных занятий с детьми дошкольного возраста;
- технологией разработки сценариев, организацией и проведением комплексных физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых и культурно-просветительных мероприятий в пределах своего учреждения, района, города и т.п.;
- умениями консультировать, проводить беседы с детьми по организации самостоятельной физкультурной деятельности, семейного досуга с элементами видов спорта и т.д.;

Слушатель, освоивший полный курс образовательной программы **должен уметь:**

- организовывать здоровьесберегающую, здоровьеразвивающую работу с детьми, вести индивидуальную и коллективную работу по формированию здорового образа жизни;
- оказывать первую помощь, правильно использовать средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты;
- применять методы валеологического обеспечения тренировочной и воспитательной деятельности;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся;
- выявлять проблемы в организации спортивной работы, разрабатывать мероприятия по совершенствованию подготовки обучающихся;
- использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности;
- проектировать систему физкультурно-спортивной деятельности на основе знаний природного, психического, социального, физического, духовного атрибутов здоровья человека.

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Законодательные акты, основные нормативно-правовые документы, законы, подзаконные акты в сфере физической культуры и спорта на федеральном, региональном и муниципальном уровнях.
2. Комплекты образовательных (учебных) программ по физическому воспитанию, БЖ, тому или иному виду спорта.
3. Основные концептуальные документы федерального, регионального и муниципального уровней в области охраны здоровья субъектов образовательного процесса.
4. Учебно-методическая литература по теории и методике физического воспитания детей дошкольного возраста.
5. Серия методических рекомендаций по организации физкультурно-спортивной деятельности, оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста в учреждениях физической направленности.

6. Разработки сценариев различных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.
7. Примеры Положений о соревнованиях.
8. Развернутые планы (схемы) проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста.

Организационно-педагогические условия

Реализация программы повышения квалификации **обеспечена:**

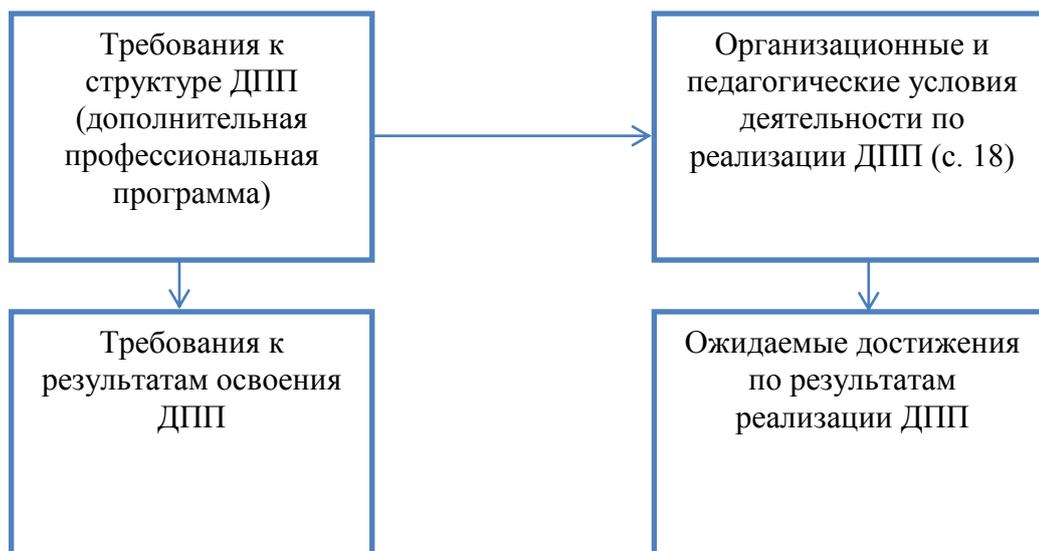
- **педагогическими кадрами**, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, опыт работы в сфере физической культуры и спорта и систематически занимающимися практической и методической деятельностью;

- **материально-технической базой**, которая позволяет проводить систематические теоретические и практические занятия, предусмотренные учебно-тематическим планом;

- **методическим и информационным обеспечением** учебного процесса, включающим издание и методические разработки (по тематике дополнительной профессиональной программы), методические указания и рекомендации, конспекты лекций, тесты, электронные конспекты лекций и презентации, электронные учебные пособия, мультимедийные приложения, учебные видеофильмы, аудиозаписи и др.;

- **учебно-методическим содержанием** дополнительной профессиональной программы, включающим учебники, учебные пособия и другие материалы, доступные слушателям. Учебники и учебные пособия являются актуальными и обеспечивают достаточное качество подготовки слушателей.

**Совокупность трех систем требований к условиям реализации
дополнительной профессиональной программы**



Требования к условиям реализации ДПП



АННОТАЦИЯ

Данная программа представляет собой документ, объединяющий учебный материал следующих дисциплин: «Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки», «Становление и повышение профессионального мастерства специалистов отрасли «физическая культура и спорт». По мнению автора программы, освоение в едином блоке обеих дисциплин в наибольшей мере способствует обеспечению преемственности учебного, учебно-тренировочного и воспитательного процессов. Логика избранного подхода разработки данной программы объясняется следующим:

- необходимостью освоения слушателями программы умений и навыков работы с контингентом дошкольного возраста;
- требованиями к разносторонней подготовке тренеров и других специалистов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по тому или иному виду спорта и базовыми государственными программами по физической культуре и спорту;
- основанием значимости знаний, организационно-методических умений и навыков по самостоятельным формам физкультурно-спортивной деятельности, культивируемым в том или ином учреждении физкультурно-спортивной направленности.

Интегрированная образовательная программа направлена на повышение квалификации работников отрасли «физическая культура и спорт».

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Касаткина Галина Михайловна

Образование высшее, общий стаж работы – 51 год, педагогический стаж – 51 год, директор муниципального бюджетного учреждения «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», кандидат педагогических наук, доцент.

Тел. раб.: 8 (3435) 42-14-15

Сот. тел.: 8 (906) 856-30-81.

Домашний адрес:

622001, г. Нижний Тагил, Свердловской обл.,

ул. Газетная, д. 54, кв. 29.

Тел. дом.: 8 (3435) 41-46-65