

# **Тема 1. Организация и содержание физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях дошкольного образования**

*(6 занятий, 1 семинар)*

## **План практического занятия 1**

1. Изучить нормативные документы, регламентирующие организацию и содержание физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях дошкольного образования.

2. Проанализировать компоненты развития детей дошкольного возраста в содержании нормативного правового документа «Показатели воспитания, обучения и развития ребенка».

3. Проанализировать компоненты развития детей дошкольного возраста в содержании нормативного правового документа «Образовательные стандарты Дошкольное образование».

## **Контрольные вопросы**

*1. Проанализировать содержание нормативного правового документа «Показатели воспитания, обучения и развития ребенка».*

1.1 Цель, задачи, основные направления развития.

1.2 Основные показатели линий развития с учетом возраста детей.

*2. Проанализировать содержание нормативного правового документа «Образовательные стандарты Дошкольное образование».*

2.1 Цель и задачи дошкольного образования

2.2 Требования к содержанию учебно-программной документации

2.3 Требования к разработке и структура учебного плана

2.4 Требования к уровню подготовки воспитанников по образовательным областям

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработать «модель» знаний и умений для детей дошкольного возраста

1.1 Создать «модель» знаний и умений детей 2-3 лет;

1.2 Создать «модель» знаний и умений детей 3-4 лет;

1.3 Создать «модель» знаний и умений детей 5-6 лет;

1.4 Создать «модель» знаний и умений детей 6-7 лет.

## **План практического занятия 2**

1. Изучить составляющие качества дошкольного образования.

2. Определить критерии оценки качества дошкольного образования.

3. Обсудить показатели оценки качества дошкольного образования.

## **Контрольные вопросы**

**1. Перечислите и охарактеризуйте составляющие качества дошкольного образования.**

1.1 Качество услуг дошкольного образования на рынке образовательных услуг.

1.2 Качество здоровье сберегающей системы в учреждении дошкольного образования.

1.3 Качество образовательного процесса.

1.4 Качество условий образовательного процесса

**2 Сформулируйте критерии оценки качества дошкольного образования.**

2.1 Удовлетворенность заказчиков.

2.2 Здоровьесберегаемость.

2.3 Результативность образовательного процесса.

2.4 Обеспеченность материально-технической базы.

## **Задание для самостоятельной работы**

1. Составьте кроссворд «Направления воспитательной работы» по материалам документа «Образовательный стандарт Дошкольное образование».

## **План практического занятия 3**

1. Обосновать цель дошкольного образования в соответствии с Учебной программой дошкольного образования.

2. Проанализировать содержание образовательных задач в Учебной программе дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие»

2.1 Анализ содержания образовательных задач с детьми 3-4 лет.

2.2 Анализ содержания образовательных задач с детьми 4-5 лет.

2.3 Анализ содержания образовательных задач с детьми 5-6 лет.

## **Контрольные вопросы**

**1. Перечислите двигательные умения, для освоения детьми 3-4 лет на физкультурных занятиях.**

**2. Перечислите двигательные умения, для освоения детьми 4-5 лет на физкультурных занятиях.**

**3. Перечислите двигательные умения, для освоения детьми 5-6 лет на физкультурных занятиях**

## **Задание для самостоятельной работы**

1. Разработайте схему «Цель и задачи дошкольного образования»,

проанализируйте ее содержание.

### **План практического занятия 4**

1. Требования к уровню подготовки выпускника учреждения дошкольного образования.
2. Требования к материально-техническому обеспечению
3. Требования к ресурсному обеспечению образовательной программы дошкольного образования.
4. Требования к организации воспитательной работы.
5. Требования к качеству дошкольного образования.

### **Контрольные вопросы**

#### ***1. Раскройте критерии оценки критерием дошкольного образования:***

- 1.2 Требования к уровню подготовки выпускника учреждения дошкольного образования;
- 1.3 Требования к материально-техническому обеспечению;
- 1.4 Требования к ресурсному обеспечению образовательной программы дошкольного образования;
- 1.5 Требования к организации воспитательной работы;
- 1.6 Требования к качеству дошкольного образования.

### **Задание для самостоятельной работы**

1. Составьте схему оценки требований к организации образовательного процесса.

### **План практического занятия 5**

1. Определение направлений развития детей дошкольного возраста.
  - 1.1 Физическое развитие;
  - 1.2 Художественно-творческое и эстетические развитие;
  - 1.3 Социально-нравственное и личностное;
  - 1.4 Речевое развитие;
  - 1.5 Познавательное развитие.
2. Определение образовательных областей в дошкольном образовании.
  - 2.1 Физическая культура;
  - 2.2 Ребенок и общество;
  - 2.3 Элементарные математические представления;
  - 2.4 Ребенок и природа;
  - 2.5 Развитие речи и культура речевого общения;
  - 2.6 Обучение грамоте;
  - 2.7 Искусство

## **Контрольные вопросы**

- 1. Раскройте содержание образовательной области «Физическая культура для детей 3-4 лет.*
- 2. Раскройте содержание образовательной области «Физическая культура для детей 4-5 лет.*
- 3. Раскройте содержание образовательной области «Физическая культура для детей 4-5 лет.*
- 4. Объясните необходимость определения требований к уровню подготовки выпускника учреждения дошкольного образования.*

## **Задание для самостоятельной работы**

1. Разработайте схему «основные движения» в разных возрастных группах детей дошкольного возраста.

## **План практического занятия 6**

1. Характеристика системы физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.
2. Характеристика компонентов системы физкультурно-оздоровительной работы.
3. Формы занятий физическими упражнениями и мероприятия в распорядке дня дошкольника в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.

## **Контрольные вопросы**

- 1. Сформулируйте условия реализации физкультурно-оздоровительной работы в системе дошкольного образования.*
- 2. Раскройте содержание компонентов системы физкультурно-оздоровительной работы.*
- 3. Охарактеризуйте «нормы» развития детей разных возрастных групп по образовательной области «Физическая культура».*

## **Задание для самостоятельной работы**

1. Ознакомиться с лекционным материалом и рекомендуемой литературой.

## **Семинарское занятие №1**

**Тема: «Организация и содержание физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях дошкольного образования»**

## Контрольные вопросы

1. Нормативные документы, регламентирующие организацию и содержание физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях дошкольного образования.
2. Компоненты развития детей дошкольного возраста в содержании нормативного правового документа «Показатели воспитания, обучения и развития ребенка».
3. Компоненты развития детей дошкольного возраста в содержании нормативного правового документа «Образовательные стандарты Дошкольное образование».
4. Компоненты качества дошкольного образования.
5. Критерии оценки качества дошкольного образования.
6. Показатели оценки качества дошкольного образования.
7. Цель дошкольного образования в соответствии с Учебной программой дошкольного образования.
8. Содержание образовательных задач в Учебной программе дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие»
9. Требования к уровню подготовки выпускника учреждения дошкольного образования.
10. Требования к материально-техническому обеспечению
11. Требования к ресурсному обеспечению образовательной программы дошкольного образования.
12. Требования к организации воспитательной работы.
13. Требования к качеству дошкольного образования.
14. Характеристика системы физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.
15. Характеристика компонентов системы физкультурно-оздоровительной работы.
16. Формы занятий физическими упражнениями и мероприятия в распорядке дня дошкольника в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.

## Рекомендуемая литература

### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
2. Образовательные стандарты. Дошкольное образование : постановление М-ва образования Респ. Беларусь 29.12.2012, № 146 / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск : [б. и.], 2012. – 11 с.

3. Показатели воспитания, обучения и развития детей от рождения до школы. Министерство образования – Минск, Альтиора – живые краски, – 2009. – 125 с.

4. Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь ; [ред.: Л. Б. Сопот, Е. И. Иванова]. – Минск : НИО, 2012. – 417 с.

Дополнительная

1. Безносиков, Е. Я. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста / Е. Я. Безносиков. – Минск : Четыре четверти, 1998. – 66 с.

2. Воротилкина, И. М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении : метод. пособие / И. М. Воротилкина. – М. : НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.

3. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.

4. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.

5. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

6. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.

7. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь от 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей 5 дек. 2013 г. : одобр. Советом Респ. 19 дек. 2013 г. : изм. и доп. от 9 янв. 2018 г., № 92-З // КонсультантПлюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2018.

8. Показатели воспитания, обучения и развития ребенка от рождения до школы // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. – 2011. – № 6. – С. 10–84.

## **Тема 2. Основные направления физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях дошкольного образования»**

*(6 занятий, 1 семинар)*

### **План практического занятия 1**

#### ***1. Характеристика основных форм занятий физическими упражнениями в распорядке дня дошкольников.***

- 1.1 Цели занятий физическими упражнениями;
- 1.2 Утренняя гимнастика (содержание, способы организации);
- 1.3 Физкультурные занятия (содержание, способы организации);;
- 1.4 Физкультминутки, физкультпаузы (содержание, способы организации);
- 1.5 Дни здоровья (содержание, способы организации);,
- 1.6 Досуги, спортивные праздники (содержание, способы организации).

#### **Контрольные вопросы**

1. Сформулируйте задачи для каждой формы занятий физическими упражнениями в распорядке дня дошкольника,
2. Раскройте примерное содержание разных форм занятий физическими упражнениями в реализации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.
3. Обоснуйте возможные способы проведения занятий, условия и требования к организации.

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Ознакомьтесь с лекционным материалом и рекомендуемой литературой.

### **План практического занятия 2**

- 1. Задачи занятий физическими упражнениями.***
- 2. Способы организации и особенности содержания занятий физическими упражнениями в группах детей разного возраста.***

#### **Контрольные вопросы**

1. Распределите содержание деятельности участников педагогического процесса в учреждении дошкольного образования.
  - 1.1 Содержание деятельности медицинских работников в системе физкультурно-оздоровительной работы в соответствии с их должностными обязанностями;

1.2 Содержание деятельности педагогических работников в системе физкультурно-оздоровительной работы в соответствии с их должностными обязанностями;

1.3 Содержание деятельности родителей в системе физкультурно-оздоровительной работы.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Составьте памятку по содержанию деятельности педагогических и медицинских работников в системе физкультурно-оздоровительной работы в соответствии с должностными обязанностями.

### **План практического занятия 3**

*1. Характеристика компонентов, обеспечивающих преемственность физического воспитания в учреждении дошкольного образования и в семье.*

*2. Организация и содержание занятий физическими упражнениями с детьми разного возраста и пола в учреждении дошкольного образования и в семье.*

### **Контрольные вопросы**

1. Дайте характеристику формам работы с родителями по вопросам организации физкультурно-оздоровительной среды.

2. Сформулируйте требования к организации занятий физическими упражнениями.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Подготовьте тезисы беседы с родителями об организации физкультурно-оздоровительной работе и роли родителей в создании здоровьесберегающей системы для детей дошкольного возраста.

### **План практического занятия 4**

*1. Возрастные особенности проведения физкультурных занятий.*

*2. Выбор спортивного инвентаря и оборудования для решения образовательных задач в разных формах занятий физическими упражнениями.*

### **Контрольные вопросы**

1. Сформулируйте условия проведения и содержание закаливающих мероприятий в системе физкультурно-оздоровительной работы с детьми разного возраста.



2. Выбор спортивного инвентаря и оборудования для занятий физическими упражнениями с учетом индивидуальных особенностей развития.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Подготовьте рекомендации для родителей по способам проведения закаливающих мероприятий в семейном воспитании.

### **План практического занятия 5**

*1. Способы организации и проведения разных форм занятий физическими упражнениями в учреждении дошкольного образования*

*2. Компоненты медико-гигиенического направления в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования*

### **Контрольные вопросы**

1. Сформулируйте особенности организации и способы закаливания детей дошкольного возраста на прогулке.

2. Сформулируйте возможные способы закаливания детей дошкольного возраста в распорядке дня.

3. Перечислите основные требования к организации закаливания.

4. Перечислите компоненты медико-педагогического контроля в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.

5. Раскройте принципы и виды закаливания детей в системе физкультурно-оздоровительной работы

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Изучите и представьте в тезисах содержание нормативных документов, регламентирующих закаливание детей в учреждении дошкольного образования.

### **План практического занятия 6**

1. Механизм действия закаливающих процедур на организм детей дошкольного возраста.

2. Способы оценки эффективности закаливания детей в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.

### **Контрольные вопросы**

1. Сформулируйте рекомендации для родителей по организации закаливания ребенка дошкольного возраста в семье.
2. Раскройте виды и способы закаливания.
3. Сформулируйте основные принципы проведения закаливающих процедур в работе с детьми.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Изучите материал, рекомендуемый основной и дополнительной литературой по теме занятия.

### **Семинарское занятие 1**

#### **Контрольные вопросы**

1. Распределите содержание деятельности для медицинских и педагогических работников в системе физкультурно-оздоровительной работы в соответствии с их должностными обязанностями.
2. Сформулируйте условия проведения и содержание закаливающих мероприятий в системе физкультурно-оздоровительной работы с детьми.
3. Определите компоненты медико-гигиенического направления в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.
4. Сформулируйте особенности организации и способы закаливания детей дошкольного возраста на прогулке.
5. Раскройте принципы и виды закаливания детей в системе физкультурно-оздоровительной работы.
6. Оцените эффективность закаливания в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.
7. Разработайте рекомендации для родителей по организации закаливания ребенка дошкольного возраста в семье.
8. Опишите механизм действия закаливающих процедур на организм детей дошкольного возраста

#### **Рекомендуемая литература**

##### **Основная**

- 1 Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.
- 2 Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

3 Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

4 Образовательные стандарты. Дошкольное образование : постановление М-ва образования Респ. Беларусь 29.12.2012, № 146 / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск : [б. и.], 2012. – 11 с.

5 Показатели воспитания, обучения и развития детей от рождения до школы. Министерство образования – Минск, Альтиора – живые краски, – 2009. – 125 с.

6 Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.

7 Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь ; [ред.: Л. Б. Сопот, Е. И. Иванова]. – Минск : НИО, 2012. – 417 с.

8 Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.

9 Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.

10 Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

#### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Безносиков, Е. Я. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста / Е. Я. Безносиков. – Минск : Четыре четверти, 1998. – 66 с.

3. Воротилкина, И. М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении : метод. пособие / И. М. Воротилкина. – М. : НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.

4. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.

5. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.

6. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.

7. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.

8. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

9. Показатели воспитания, обучения и развития ребенка от рождения до школы // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. – 2011. – № 6. – С. 10–84.

10. Логвина, Т. Ю. Средства физической культуры в оздоровлении детей дошкольного возраста : метод. пособие / Т. Ю. Логвина. – Жлобин : ИПП «Техническая книга», 1997. – 52 с.

## **Тема4. Медико-педагогический контроль в физическом воспитании детей дошкольного возраста**

*(6 занятий, 1 семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Нормативные правовые документы, регламентирующие медико-педагогический контроль в физическом воспитании.
2. Должностные обязанности руководителя физического воспитания в учреждении дошкольного образования.
3. Особенности проведения и содержания организованных форм работы с детьми дошкольного возраста в учреждении дошкольного образования.
4. Координация деятельности педагогических и медицинских работников по формированию здоровья детей средствами физической культуры.

### **Контрольные вопросы**

1. *Перечислите основные функциональные обязанности руководителя физического воспитания в учреждении дошкольного образования.*
2. *Формы работы медицинского и педагогического персонала в работе с детьми дошкольного возраста.*
3. *Способы организации двигательной активности детей с отклонениями в состоянии здоровья.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Составьте профессиограмму руководителя физического воспитания.

### **План практического занятия 2**

1. Координация деятельности педагогических и медицинских работников с родителями по стимулированию процессов роста и развития детей средствами физической культуры.
2. Функции медицинского работника в системе физкультурно-оздоровительной работе учреждения дошкольного образования.
3. Роль специалистов (медицинский работник, психолог, дефектолог) в формировании психофизического здоровья детей дошкольного возраста.

### **Контрольные вопросы**

*1. Обосновать необходимость взаимодействия медицинских и педагогических работников в формировании психофизического здоровья детей дошкольного возраста.*

*2. Сформулировать критерии оценки координированной деятельности медицинских и педагогических работников в организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.*

*3. Определить причины несбалансированной работы педагогических и медицинских работников по формированию физического здоровья детей дошкольного возраста и предложить варианты решения проблем по взаимодействию.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработать план мероприятий для совершенствования координации деятельности медицинских и педагогических работников в процессе формирования психофизического здоровья детей дошкольного возраста средствами физической культуры.

### **План практического занятия 3**

1. Анализ организации физического воспитания в учреждениях дошкольного образования.

2. Анализ содержания физического воспитания в учреждениях дошкольного образования.

3. Оценка организации физического воспитания в учреждениях дошкольного образования.

4. Оценка содержания физического воспитания в учреждениях дошкольного образования.

### **Контрольные вопросы**

*1. Перечислите нормативные правовые документы, регламентирующие вопросы, связанные с организацией и содержанием физического воспитания в учреждениях дошкольного образования.*

*2. Сформулируйте требования к организации физического воспитания в учреждении дошкольного образования.*

*3. Обозначьте особенности содержания физического воспитания в работе с детьми дошкольного возраста.*

*4. Назовите критерии оценки организации физического воспитания детей дошкольного возраста.*

*5. Назовите критерии оценки содержания физического воспитания детей дошкольного возраста.*

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте опросник для родителей по оценке организации и содержания физического воспитания в учреждении дошкольного образования.

### **План практического занятия 4**

1. Показатели эффективности физкультурно-оздоровительной работы по результатам за год:

1.1 Индекс здоровья;

1.2 Количество часто и длительно болеющих;

1.3 Продолжительность заболеваний;

1.4 Структура и характер заболеваемости в разных возрастных группах детей дошкольного возраста.

2. Содержание мониторинга «физического здоровья» в процессе занятий физическими упражнениями.

### **Контрольные вопросы**

*1. Назвать показатели оценки эффективности физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.*

*2. Объяснить структуру и характер заболеваемости в разных возрастных группах детей дошкольного возраста.*

*3. Раскрыть содержание мониторинга «физического здоровья» в процессе занятий физическими упражнениями.*

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Обсудить примеры мониторинга физического здоровья в прикрепленных группах во время прохождения педагогической практики.

### **План практического занятия 5**

1. Анализ динамики показателей физического здоровья детей дошкольного возраста: индекс здоровья, количество часто болеющих детей, частота и продолжительность заболеваний в разных возрастных группах.

2. Характеристика компонентов мониторинга физического здоровья.

3. Обсуждение возможностей для реализации индивидуального подхода в работе с детьми дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями.

## **Контрольные вопросы**

- 1. Охарактеризуйте критерии оценки «физического здоровья» в работе с детьми дошкольного возраста.*
- 2. Обоснуйте необходимость проведения мониторинга физического здоровья в учреждении дошкольного образования.*
- 3. Сформулируйте функциональные обязанности участников педагогического процесса в проведении мониторинга физического здоровья.*
- 4. Определите возможности для реализации индивидуального подхода в физическом воспитании по результатам мониторинга физического здоровья.*

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте «физкультурный рецепт» для одного из воспитанников по результатам мониторинга физического здоровья.

## **План практического занятия 6**

1. Определение понятий «двигательный режим», «режим двигательной активности».
2. Влияние режимов двигательной активности на рост и развитие детей дошкольного возраста.
3. Организация оптимального режима двигательной активности для детей дошкольного возраста.
4. Содержание работы с детьми малой и большой подвижности.

## **Контрольные вопросы**

1. Дать определение понятиям «двигательный режим», «режим двигательной активности», ответ подтвердить примерами.
2. Охарактеризовать влияние режимов двигательной активности на рост и развитие детей дошкольного возраста.
3. Сформулировать требования для организации оптимального режима двигательной активности для детей дошкольного возраста с учетом пола, возраста, состояния здоровья.
4. Раскрыть возможность в индивидуализации содержания работы с детьми малой и большой подвижности.

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработать рекомендации для родителей по организации режима двигательной активности для детей малой подвижности.



## Семинарское занятие

### Контрольные вопросы

1. Обоснуйте необходимость проведения медико-педагогического контроля в физическом воспитании в учреждении дошкольного образования.
2. Сформулируйте необходимые знания и умения руководителя физического воспитания для качественного проведения мониторинга физического состояния у воспитанников в процессе занятий физическими упражнениями.
3. Приведите аргументы, подтверждающие важность проведения комплексного обследования здоровья воспитанников в процессе оценки их двигательной активности.
4. Объясните, зачем оценивать двигательную активность воспитанников и вносить коррекцию в режим двигательной активности.
5. Проанализируйте динамику частоты сердечных сокращений у воспитанников процессе разных форм занятий физическими упражнениями и характера физической нагрузки.
6. Обсудите Ваши действия при выявлении отклонений от физиологической нормы пульсовой кривой у воспитанников на физкультурном занятии.
7. Сформулируйте особенности организации и содержания двигательной активности для малоподвижных и гиперподвижных воспитанников.
8. Кто и как определяет группу здоровья и группу по физкультуре у воспитанников учреждения дошкольного образования.
9. Разработайте комплекс мероприятий для коррекции отклонений в физическом развитии от средневозрастных параметров «норма» у воспитанников.

### Рекомендуемая литература

#### Основная

1. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.
2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
4. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.
5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по

специальности " Физ. культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 480 с.

6. Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.

7. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

8. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.

9. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

#### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.

3. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.

4. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.

5. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.

## **Тема 5. Основные показатели состояния здоровья (3 занятия, 1 семинар)**

### **План практического занятия 1**

1. Определение понятия «здоровье».
2. Сущность понятий «болезнь», «патологическая реакция», «патологический процесс». Патологическое состояние».
3. Индекс здоровья. Уровни здоровья, группы здоровья.
4. Характеристика понятий «диагноз», «диагностика», «двигательный режим», «функциональные резервы», «периоды болезни», «периоды лечебной физкультуры».
5. Противопоказания и показания к занятиям физическими упражнениями.

### **Контрольные вопросы**

1. *Охарактеризуйте критерии здоровья (соответствие структуры и функции, способность поддерживать гомеостаз, высокая работоспособность и хорошее самочувствие).*
2. *Раскройте сущность понятий «болезнь», «патологическая реакция», «патологический процесс». Патологическое состояние».*
3. *Обоснуйте необходимость расчета и анализа показателей «индекса здоровья», «уровней здоровья», «группы здоровья».*
4. *Раскройте сущность понятий «диагноз», «диагностика», «двигательный режим», «функциональные резервы», «периоды болезни», «периоды лечебной физкультуры».*
5. *Перечислите показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте схему абсолютных и временных противопоказаний к занятиям физическими упражнениями в работе с детьми дошкольного возраста.

### **План практического занятия 2**

1. Понятие «норма» в диагностике физического состояния организма. Особенности диагностики физического состояния детей дошкольного возраста.
2. Основные показатели функционального состояния сердечно-сосудистой системы.
3. Требования к организации и проведению исследований состояния сердечно-сосудистой системы с дозированной физической нагрузкой.

4. Виды проб с дозированной физической нагрузкой, возрастная динамика результатов.

### **Контрольные вопросы**

*1. Сформулируйте определение понятию «норма» в оценке физического состояния организма детей дошкольного возраста.*

*2. Раскройте особенности диагностики физического состояния детей дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями.*

*3. Перечислите основные показатели функционального состояния сердечно-сосудистой системы.*

*4. Перечислите требования к организации и проведению исследований состояния сердечно-сосудистой системы с дозированной физической нагрузкой.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте рекомендации для оценки функционального состояния в процессе занятий физическими упражнениями

### **План практического занятия 3**

1. Методика оценки состояния сердечно-сосудистой системы в покое и после дозированной физической нагрузки.

2. Основные показатели состояния системы внешнего дыхания.

3. Методика оценки состояния внешнего дыхания.

4. Методы оценки резервных возможностей органов дыхания.

5. Динамика показателей состояния системы внешнего дыхания в процессе онтогенеза.

### **Контрольные вопросы**

1. Раскройте методику оценки состояния сердечно-сосудистой системы в покое и после дозированной физической нагрузки.

2. Назовите основные показатели состояния системы внешнего дыхания.

3. Обоснуйте методику оценки состояния системы внешнего дыхания.

4. Предложите методы оценки резервных возможностей системы внешнего дыхания.

5. Проанализируйте динамику показателей состояния системы внешнего дыхания в процессе онтогенеза.

6. Раскройте содержание понятия «мониторинг физического состояния» в физическом воспитании детей дошкольного возраста.

7. Предложите дополнительные критерии в содержание Мониторинга физического состояния и обоснуйте свой выбор.

8. Перечислите способы оценки индивидуального здоровья детей дошкольного возраста.

9. Определите критерии оценки понятий «норма», «пограничное состояние», «физическое здоровье» и способы их оценки у детей дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями.

10. Сформулируйте, что представляет собой функциональная недостаточность.

11. Объясните различия в организации и содержании занятий физическими упражнениями с детьми 1, 2, 3 групп здоровья.

12. Сформулируйте ограничения по физической нагрузке при разных степенях функциональной недостаточности у детей дошкольного возраста.

## Рекомендуемая литература

### Основная

1. Боковец, Ю. А. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста : пособие для педагогов, рук. учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. – 2-е изд. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 104 с.

2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

4. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

5. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ, 2003. – 92 с.

6. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ, 2005. – 120 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Бальсевич, В. А. Физическая активность человека / В. А. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – Киев : Здоровье, 1987. – 224 с.
3. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
4. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
5. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
6. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
7. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
8. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение. 1988. – 190 с.
9. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
10. Лекции по валеологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.rushkolnik.ru/text/25309/>. – Дата доступа: 12.01.2018.
11. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
12. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
13. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
14. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
15. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.
16. Показатели воспитания, обучения и развития ребенка от рождения до школы // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. – 2011. – № 6. – С. 10–84.
17. Современные требования к организации физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста : учеб. программа повыш. квалификации рук. физ. воспитания учреждений дошкол. образования / М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры, Ин-т повыш.

квалификации и переподгот. рук. работников и специалистов физ. культуры, спорта и туризма ; [авт.-сост. Н. Э. Власенко]. – Минск : [б. и.], 2012. – 14 с.

## Тема 6. Оценка физического развития

*(1 занятие, 1 семинар)*

### План практического занятия

1. Основные антропометрические показатели (длина и масса тела, окружность грудной клетки), индексы (вес-ростовой индекс Кетле, показатель Пинье, индекс Эрисмана).

2. Закономерности физического развития: неравномерность темпа роста и развития; обусловленность роста и развития полом ребенка; обусловленность процессов генетическими и средовыми факторами.

3. Определение понятий «нормальное физическое развитие», «акселерация», «ретардация», «гармоничность физического развития». Индивидуальная оценка физического развития ребенка дошкольного возраста на основе региональных стандартов.

### Контрольные вопросы

*1. Перечислите особенности процессов роста и факторы, влияющие на него у детей дошкольного возраста.*

*2. Определите показатели физического развития у детей дошкольного возраста, оцените их гармоничность, выявите отклонения от средневозрастных показателей «норма», предложите упражнения для коррекции выявленных отклонений средствами физической культуры.*

*3. Рассчитайте компоненты гармоничного физического развития с учетом возраст-половых различий у детей дошкольного возраста.*

*4. Создайте модель гармоничного развития для детей дошкольного возраста разных возрастных групп и оцените индивидуальные уровни показателей физического развития.*

### Задания для самостоятельной работы

1. Рассчитайте свои генетически заложенные показатели физического развития и обсудите полученный результат. Разработайте рекомендации по направленности физических нагрузок для коррекции отклонений от параметров «нормы» физического развития детей.

### Семинарское занятие

### Контрольные вопросы и задания



1. Охарактеризуйте основные антропометрические показатели (длина и масса тела, окружность грудной клетки), индексы (вес-ростовой индекс Кетле, показатель Пинье, индекс Эрисмана).

2. Сформулируйте закономерности физического развития: неравномерность темпа роста и развития; обусловленность роста и развития полом ребенка; обусловленность процессов генетическими и средовыми факторами.

3. Сформулируйте определение понятий «нормальное физическое развитие», «акселерация», «ретардация», «гармоничность физического развития». Индивидуальная оценка физического развития ребенка дошкольного возраста на основе региональных стандартов.

4. Предоставьте расчет генетически заложенные показатели физического развития и обсудите полученный результат.

### Рекомендуемая литература

#### Основная

1. Боковец, Ю. А. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста : пособие для педагогов, рук. учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. – 2-е изд. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 104 с.

2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

4. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

5. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.

6. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

#### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Бальсевич, В. А. Физическая активность человека / В. А. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – Киев : Здоровье, 1987. – 224 с.
3. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
4. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
5. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
6. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
7. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
8. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение. 1988. – 190 с.
9. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
10. Лекции по валеологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.rushkolnik.ru/text/25309/>. – Дата доступа: 12.01.2018.
11. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
12. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
13. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
14. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
15. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.
16. Показатели воспитания, обучения и развития ребенка от рождения до школы // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. – 2011. – № 6. – С. 10–84.
17. Современные требования к организации физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста : учеб. программа повыш. квалификации рук. физ. воспитания учреждений дошкол. образования / М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры, Ин-т повыш.

квалификации и переподгот. рук. работников и специалистов физ. культуры, спорта и туризма ; [авт.-сост. Н. Э. Власенко]. – Минск : [б. и.], 2012. – 14 с.

## **Тема7. Оценка физической подготовленности**

*(3 занятия, 1 семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Физическая подготовленность как комплексная характеристика освоения основных видов движений детьми дошкольного возраста
2. Физическая подготовленность как комплексная характеристика проявления физических качеств детьми дошкольного возраста.
3. Организация, проведение и особенности оценки физической подготовленности детей дошкольного возраста.

### **Контрольные вопросы**

1. *Обоснуйте необходимость оценки физической подготовленности у детей дошкольного возраста, проанализируйте ее динамику в процессе занятий физическими упражнениями у воспитанников разных возрастных групп.*
2. *Раскройте требования к организации проведению оценки физической подготовленности детей дошкольного возраста.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Предложите тесты для решения общих и частных задач в процессе оценки физической подготовленности детей дошкольного возраста.

### **План практического занятия 2**

1. Требования к проведению тестов для оценки физической подготовленности.
2. Последовательность проведения тестирования.
3. Критерии выполнения основных видов движений детьми (бег, прыжки, броски, лазание, метание), их качественная и количественная оценка.

### **Контрольные вопросы**

1. *Обоснуйте требования к проведению тестов для оценки физической подготовленности в работе с детьми дошкольного возраста.*
2. *Обсудите последовательность проведения тестирования физической подготовленности детей дошкольного возраста.*
3. *Сформулируйте критерии оценки выполнения основных видов движений детьми (бег, прыжки, броски, лазание, метание), их качественную и количественную оценки).*

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте схему для оценки физической подготовленности у детей дошкольного возраста и обоснуйте последовательность проведения тестов.

### **План практического занятия 3**

1. Возрастные особенности проявления физических качеств детьми 3-4 лет.
2. Возрастные особенности проявления физических качеств детьми 3-4 лет.
3. Возрастные особенности проявления физических качеств детьми 3-4 лет.

### **Контрольные вопросы**

1. *Раскройте особенности проявления физических качеств детьми 3-4 лет.*
2. *Раскройте особенности проявления физических качеств детьми 3-4 лет.*
3. *Раскройте особенности проявления физических качеств детьми 3-4 лет.*
4. *Обсудите уровни развития физических качеств у детей разного возраста в процессе занятий физическими упражнениями*

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Подготовьте шкалы для оценки физических качеств у детей разного возраста.

## **Семинарское занятие**

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Обоснуйте необходимость оценки физической подготовленности у детей дошкольного возраста, проанализируйте ее динамику в процессе занятий физическими упражнениями у воспитанников разных возрастных групп.
2. Обсудите уровни развития физических качеств у детей разного возраста в процессе занятий физическими упражнениями.
3. Определите особенности развития физических качеств, наиболее характерные для разных возрастных групп детей дошкольного возраста.
4. Сформулируйте требования, предъявляемые к выбору контрольных упражнений и тестов для оценки физических качеств в работе с детьми дошкольного возраста.
5. Выявите наличие возрастно-половых различий в проявлении физических качеств у детей разных возрастных групп.
6. Подберите контрольные упражнения для оценки физических качеств у детей разного пола и возраста со спортивным инвентарем и спортивным оборудованием.

7. Перечислите обязательные тесты и контрольные упражнения, входящие в систему обязательного мониторинга физического состояния детей дошкольного возраста в учреждениях образования.

### Рекомендуемая литература

#### Основная

1. Боковец, Ю. А. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста : пособие для педагогов, рук. учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. – 2-е изд. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 104 с.

2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

4. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

5. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ, 2003. – 92 с.

6. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ, 2005. – 120 с.

#### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Бальсевич, В. А. Физическая активность человека / В. А. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – Киев : Здоровье, 1987. – 224 с.

3. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

4. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

5. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

6. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
7. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
8. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение. 1988. – 190 с.
9. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
10. Лекции по валеологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.rushkolnik.ru/text/25309/>. – Дата доступа: 12.01.2018.
11. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
12. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
13. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
14. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
15. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.
16. Показатели воспитания, обучения и развития ребенка от рождения до школы // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. – 2011. – № 6. – С. 10–84.
17. Современные требования к организации физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста : учеб. программа повыш. квалификации рук. физ. воспитания учреждений дошкол. образования / М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры, Ин-т повыш. квалификации и переподгот. рук. работников и специалистов физ. культуры, спорта и туризма ; [авт.-сост. Н. Э. Власенко]. – Минск : [б. и.], 2012. – 14 с.

## **Тема 8. Оценка функционального состояния**

*(3 занятия, 1 семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Характеристика понятия «функциональное состояние» различных органов и систем организма.
2. Понятие «норма», «возрастная норма», «вариант нормы», «отклонение».

#### **Контрольные вопросы**

1. *Охарактеризуйте понятия «функциональное состояние» различных органов и систем организма.*
2. *Раскройте следующие понятия «норма», «возрастная норма», «вариант нормы», «отклонение» (ответ подтвердите примерами)*

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Приведите примеры вариантов нормы по разным функциональным показателям

### **План практического занятия 2**

1. Оценка функционального состояния детей дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями.
2. Основные показатели жизнеобеспечивающих систем организма детей дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Обсудите результаты оценки функциональных параметров у воспитанников разных возрастных групп с учетом половых различий до и после физической нагрузки.*
2. *Проанализируйте влияние разных физических нагрузок на динамику функциональных показателей, время и варианты их восстановления к исходным параметрам*

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Проведите наблюдение за динамикой функциональных параметров на одном из занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста.



### **План практического занятия 3**

1. Комплексная оценка функционального состояния.
2. Оценка умственной работоспособности.

#### **Контрольные вопросы**

1. Определите возрастные различия в оценке функционального состояния воспитанников в процессе занятий физическими упражнениями.
2. Обсудите пульсовые кривые, составленные на физкультурном занятии у детей с разным уровнем физической подготовленности и состояния здоровья

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Оцените влияние характера физических нагрузок на динамику функциональных показателей в процессе занятий физическими упражнениями с воспитанниками в разных формах занятий физическими упражнениями.

### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Сформулируйте определение понятия «индивидуальное здоровье».
2. Оцените функциональное состояние воспитанников и определите основные признаки отклонения от понятия «норма».
3. Обсудите результаты оценки функциональных параметров у воспитанников разных возрастных групп с учетом половых различий до и после физической нагрузки.
4. Проанализируйте влияние разных физических нагрузок на динамику функциональных показателей, время и варианты их восстановления к исходным параметрам.
5. Определите возрастные различия в оценке функционального состояния воспитанников в процессе занятий физическими упражнениями.
6. Оцените влияние характера физических нагрузок на динамику функциональных показателей в процессе занятий физическими упражнениями с воспитанниками в разных формах занятий физическими упражнениями.
7. Обсудите полученные пульсовые кривые, составленные на физкультурном занятии у детей с разным уровнем физической подготовленности и состояния здоровья.

## Рекомендуемая литература

### Основная

1. Боковец, Ю. А. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста : пособие для педагогов, рук. учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. – 2-е изд. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 104 с.
2. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.
3. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
4. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
5. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.
6. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Бальсевич, В. А. Физическая активность человека / В. А. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – Киев : Здоровье, 1987. – 224 с.
3. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
4. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
5. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
6. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
7. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.

8. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
9. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.
10. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах : пособие для студентов, учащихся училищ олимп. резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2008. – 100 с.
11. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
12. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
13. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
14. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
15. Логвина, Т. Ю. Средства физической культуры в оздоровлении детей дошкольного возраста : метод. пособие / Т. Ю. Логвина. – Жлобин : ИПП «Техническая книга», 1997. – 52 с.

## **Тема 9. Механизмы оздоровительного и лечебного действия физических упражнений**

*(3 занятия, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Стимулирующее действие физических упражнений на центральную нервную систему.
2. Стимулирующее действие физических упражнений на кардио-респираторную систему
3. Стимулирующее действие физических упражнений на повышение обмена веществ
4. Стимулирующее действие физических упражнений на механизмы регуляции.

### **Контрольные вопросы**

1. *Раскройте механизм стимулирующего действия физических упражнений на центральную нервную систему.*
2. *Раскройте механизм стимулирующего действия физических упражнений на кардио-респираторную систему.*
3. *Раскройте механизм стимулирующего действия физических упражнений на повышение обмена веществ.*
4. *Раскройте механизм стимулирующего действия физических упражнений на механизмы регуляции.*
5. *Сформулируйте условия, необходимые для реализации механизмов оздоровительного действия физических упражнений на организм детей дошкольного возраста.*
6. *Перечислите реакции, которые возникают в организме при увеличении частоты сердечных сокращений в процессе выполнения физических упражнений.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте схемы механизмов стимулирующего действия физических упражнений.

### **План практического занятия 2**

1. Трофическое действие физических упражнений в усилении обменных процессов.
2. Формирование компенсаций при выполнении физических упражнений.

## **Контрольные вопросы**

- 1. Раскройте механизм трофического действия физических упражнений в усилении обменных процессов.*
- 2. Раскройте механизм формирования компенсаций при выполнении физических упражнений.*
- 3. Определите, какие механизмы действия физических упражнений наиболее характерны для практически здоровых детей в процессе выполнения физической нагрузки, а также для детей с отклонениями в состоянии здоровья. Ответ аргументируйте.*
- 4. Опишите влияние гуморальных механизмов регуляции на функционирование сердечно-сосудистой системы*

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте схемы механизмов трофического действия физических упражнений.
2. Разработайте схемы механизмов формирования компенсаций с помощью физических упражнений.

## **План практического занятия 3**

1. Нормализация функций с помощью физических упражнений.
2. Формирование адаптации к мышечной работе и неблагоприятным факторам внешней среды.

## **Контрольные вопросы**

- 1. Раскройте механизм нормализации функций с помощью физических упражнений.*
- 2. Раскройте механизм формирования адаптации к мышечной работе и неблагоприятным факторам внешней среды.*
- 3. Предложите упражнения для улучшения обменных процессов в организме путем реализации трофического действия физических упражнений.*
- 4. Обоснуйте возможность для формирования долговременной адаптации организма детей дошкольного возраста к физической нагрузке и сформулируйте критерии оценки адаптации*

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте схему механизма нормализации функций с помощью физических упражнений.
2. Разработайте схему механизма формирования компенсаций с помощью физических упражнений.

## **Семинарское занятие»**

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Сформулируйте условия, необходимые для реализации механизмов оздоровительного действия физических упражнений на организм детей дошкольного возраста.
2. Перечислите реакции, которые возникают в организме при увеличении частоты сердечных сокращений в процессе выполнения физических упражнений.
3. Определите, какие механизмы действия физических упражнений наиболее характерны для практически здоровых детей в процессе выполнения физической нагрузки, а также для детей с отклонениями в состоянии здоровья. Ответ аргументируйте.
4. Опишите влияние гуморальных механизмов регуляции на функционирование сердечно-сосудистой системы.
5. Предложите упражнения для улучшения обменных процессов в организме путем реализации трофического действия физических упражнений.
6. Обоснуйте возможность для формирования долговременной адаптации организма детей дошкольного возраста к физической нагрузке и сформулируйте критерии оценки адаптации.
7. Обсудите последовательность реализации механизмов оздоровительного и лечебного действия физических упражнений на организм детей в процессе занятий физическими упражнениями.
8. Составте схему механизмов оздоровительного действия физических упражнений на организм детей.
9. Предложите последовательность выполнения упражнений для реализации трофического действия физических упражнений для различных мышечных групп.

## **Рекомендуемая литература**

### **Основная**

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

3. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.

4. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности " Физ. культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 480 с.

#### Дополнительная

1. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

2. Психология состояний. Хрестоматия / А. О. Прохоров [и др.] ; под ред. А. О. Прохорова. – М. : ПЕР СЭ ; СПб. : Речь, 2004. – 608 с.

3. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

4. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

5. Логвина, Т. Ю. Средства физической культуры в оздоровлении детей дошкольного возраста : метод. пособие / Т. Ю. Логвина. – Жлобин : ИПП «Техническая книга», 1997. – 52 с.

## **Тема 10. Оздоровительные задачи в физическом воспитании учреждений дошкольного образования**

*(8 занятий , семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста: особенности, средства, методы, оценка результатов (сила, силовые способности).

2. Увеличение объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.

### **Контрольные вопросы**

*1. Сформулируйте различия между оздоровительным принципом физической культуры и оздоровительными задачами в физическом воспитании детей дошкольного возраста.*

*2. Раскройте особенности воспитания физических качеств у детей дошкольного возраста: средства, методы, оценка результатов (сила, силовые способности).*

*3. Предложите способы увеличения объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте методические рекомендации для родителей по вопросам развития силовых способностей у детей.

### **План практического занятия 2**

1. Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста: особенности, средства, методы, оценка результатов (быстрота, скоростные и скоростно-силовые способности).

2. Увеличение объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.

### **Контрольные вопросы**

*1. Обсудите разницу между общими и частными оздоровительными задачами в физическом воспитании и условия для их реализации.*

*2. Раскройте особенности воспитания физических качеств у детей дошкольного возраста: средства, методы, оценка результатов (быстрота, скоростные и скоростно-силовые способности).*



***3. Предложите способы увеличения объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.***

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте методические рекомендации для родителей по вопросам развития скоростно-силовых способностей у детей

#### **План практического занятия 3**

1. Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста: особенности, средства, методы, оценка результатов (гибкость).

2. Увеличение объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.

#### **Контрольные вопросы**

***1. Раскройте особенности воспитания физических качеств у детей дошкольного возраста: средства, методы, оценка результатов (гибкость).***

***2. Предложите способы увеличения объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.***

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте методические рекомендации для родителей по вопросам развития гибкости у детей.

#### **План практического занятия 4**

1. Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста: особенности, средства, методы, оценка результатов (гибкость).

2. Увеличение объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.

#### **Контрольные вопросы**

***1. Раскройте особенности воспитания физических качеств у детей дошкольного возраста: средства, методы, оценка результатов (ловкость, координационные способности).***

***2. Предложите способы увеличения объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.***

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте методические рекомендации для родителей по вопросам развития ловкости (координационных способностей) у детей.

### **План практического занятия 5**

1. Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста: особенности, средства, методы, оценка результатов (выносливость).

2. Увеличение объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.

### **Контрольные вопросы**

*1. Раскройте особенности воспитания физических качеств у детей дошкольного возраста: средства, методы, оценка результатов (выносливость).*

*2. Предложите способы увеличения объема двигательной активности в разных формах занятий физическими упражнениями.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте методические рекомендации для родителей по вопросам развития выносливости у детей.

### **План практического занятия 6**

1. Повышение функционального состояния основных физиологических систем организма (нервной).

2. Средства, методы, оценка эффективности.

### **Контрольные вопросы**

*1. Объясните, что представляют собой «общий тонус» и предложите специальные упражнения для его повышения.*

*2. Объясните, что представляют собой «эмоциональный тонус» и предложите специальные упражнения для его повышения.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте методические рекомендации для родителей по вопросам повышения общего и эмоционального тонуса у детей в процессе занятий физическими упражнениями.

## **План практического занятия 7**

1. Повышение функционального состояния основных физиологических систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной, крови).
2. Средства, методы, оценка эффективности.

### **Контрольные вопросы**

1. *Раскройте основные принципы долговременной адаптации организма детей дошкольного возраста к физической нагрузке*
2. *Оцените результаты адаптации организма детей к физической нагрузке по объективным и субъективным критериям оценки физического состояния*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте схему системы физкультурно-оздоровительных мероприятий для формирования адаптации к физическим нагрузкам организма детей, относящихся к категории часто и длительно болеющих.

## **План практического занятия 8**

1. Повышение функционального состояния основных физиологических систем организма (опорно-двигательного аппарата).
2. Средства, методы, оценка эффективности.

### **Контрольные вопросы**

1. *Назовите способы повышения функциональных возможностей опорно-двигательного аппарата.*
2. *Предложите средства для совершенствования функций опорно-двигательного аппарата и оцените их эффективность.*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте методические рекомендации для родителей по вопросам повышения общего и эмоционального тонуса у детей в процессе занятий физическими упражнениями.

## Семинарское занятие

### Контрольные вопросы и задания

1. Сформулируйте различия между оздоровительным принципом физической культуры и оздоровительными задачами в физическом воспитании детей дошкольного возраста.
2. Обсудите разницу между общими и частными оздоровительными задачами в физическом воспитании и условия для их реализации.
3. Объясните, что представляют собой «общий тонус» и «эмоциональный тонус» и предложите специальные упражнения для их повышения.
4. Раскройте основные принципы долговременной адаптации организма детей дошкольного возраста к физической нагрузке.
5. Оцените результаты адаптации организма детей к физической нагрузке по объективным и субъективным критериям оценки физического состояния.
6. Разработайте схему системы физкультурно-оздоровительных мероприятий для формирования адаптации к физическим нагрузкам организма детей, относящихся к категории часто и длительно болеющих.

### Рекомендуемая литература

#### Основная

1. Боковец, Ю. А. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста : пособие для педагогов, рук. учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. – 2-е изд. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 104 с.
2. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.
3. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
4. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
5. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.
6. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по

специальности " Физ. культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 480 с.

7. Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.

8. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

9. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.

10. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

#### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Бальсевич, В. А. Физическая активность человека / В. А. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – Киев : Здоровье, 1987. – 224 с.

3. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

4. Воротилкина, И. М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении : метод. пособие / И. М. Воротилкина. – М. : НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.

5. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

6. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

7. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.

8. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.

9. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.

10. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 279 с.
11. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
12. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
13. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
14. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
15. Сапогова, Е. Е. Ребенок и знак. Психологический анализ знаково-символической деятельности дошкольника / Е. Е. Сапогова. – Тула : Приокское книжное издательство, 1993. – 264 с.
16. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
17. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.
18. Фролов, В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке : пособие для воспитателя дет. сада / В. Г. Фролов. – М. : Просвещение, 1986. – 189 с.

## **Тема 11. Средства физической культуры в решении оздоровительных задач в работе с детьми**

*(8 занятий, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Гимнастические упражнения в физическом воспитании детей различных возрастных групп.
2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Сформулируйте отличительные признаки средств физической культуры от «двигательных действий», «движений», «двигательной активности».*
2. *Обсудите гимнастические упражнения с формулировкой общих оздоровительных задач.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Создайте схему гимнастических упражнений с формулировкой оздоровительных задач.

### **План практического занятия 2**

1. Спортивно-прикладные упражнения в физическом воспитании детей различных возрастных групп.
2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Обсудите роль гигиенических и природных факторов в реализации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.*
2. *Обсудите возможные методические рекомендации для родителей по организации двигательной активности детей на прогулке и в семейном воспитании.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте рекомендации для родителей по организации двигательной активности детей на прогулке.

### **План практического занятия 3**

1. Игровые упражнения в физическом воспитании детей различных возрастных групп.
2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Проанализируйте, какие критерии заложены в основу классификации средств физической культуры.*
2. *Обсудите возможные классификации игровых упражнений.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Предложите схему классификации игровых упражнений, используемых в физическом воспитании детей дошкольного возраста.

### **План практического занятия 4**

1. Игры в физическом воспитании детей различных возрастных групп.
2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Обоснуйте возможность расширения функций органов и систем организма в процессе выполнения спортивно-прикладных упражнений.*
2. *Обсудите классификацию игр в соответствии с учебной программой дошкольного образования.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте схему классификации игр в соответствии с учебной программой дошкольного образования.

### **План практического занятия 5**

1. Особенности организации и содержание игровой деятельности детей 3-6 лет.
2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.



## **Контрольные вопросы**

- 1. Раскройте роль игры в процессе обучения и развития детей дошкольного возраста.*
- 2. Обоснуйте содержание игровой деятельности в разных формах занятий физическими упражнениями и самостоятельной двигательной активностью.*

## **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте рекомендации для родителей по организации игровой деятельности в самостоятельной двигательной активности детей.

## **План практического занятия 6**

1. Значение подвижных игр для развития и совершенствования двигательных умений.
2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.

## **Контрольные вопросы**

- 1. Приведите примеры положительного и негативного воздействия на оздоровление организма игровой деятельности.*
- 2. Сформулируйте образовательные, оздоровительные, воспитательные задачи в подвижных играх*

## **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте игровые карточки для детей разного возраста с формулировкой образовательных, оздоровительных, воспитательных задач (по 5 на каждый возраст)

## **План практического занятия 7**

1. Особенности организации и руководства подвижными играми в разных возрастных группах детей.
2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.

## **Контрольные вопросы**

1. Охарактеризуйте корригирующее и профилактическое действие физических упражнений в работе с детьми дошкольного возраста.

2. Обсудите методические указания к подвижной игре для детей разного возраста.

### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте игровые карточки для использования в игровой деятельности с детьми разного возраста.

### **План практического занятия 8**

1. Роль игры в процессе обучения, воспитания и оздоровления детей дошкольного возраста.

2. Средства физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.

### **Контрольные вопросы**

*1. Сформулируйте оздоровительные задачи к группам дыхательных упражнений.*

*2. Подберите игры для решения оздоровительных, воспитательных и образовательных задач.*

### **Задания для самостоятельной работы**

Оформите игровые карточки для решения разных задач в разных формах занятий физическими упражнениями с детьми разного возраста.

### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Сформулируйте отличительные признаки средств физической культуры от «двигательных действий», «движений», «двигательной активности».

2. Обсудите роль гигиенических и природных факторов в реализации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.

3. Проанализируйте, какие признаки заложены в основу классификации средств физической культуры.

4. Обоснуйте возможность расширения функций органов и систем организма в процессе выполнения спортивно-прикладных упражнений.

5. Раскройте роль игры в процессе обучения и развития детей дошкольного возраста

6. Приведите примеры положительного и негативного воздействия на оздоровление организма игровой деятельности.

7. Охарактеризуйте корригирующее и профилактическое действие физических упражнений в работе с детьми дошкольного возраста.

8. Сформулируйте оздоровительные задачи к группам дыхательных упражнений.

### Рекомендуемая литература

#### Основная

1. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.

2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

4. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.

5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности " Физ. культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 480 с.

6. Шарманова, С. Б. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста : учеб.-метод. пособие / С. Б. Шарманова, А. И. Федоров, Е. А. Черепов. – М. : Советский спорт, 2004. – 117 с.

7. Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.

8. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

9. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.

10. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

#### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
3. Воротилкина, И. М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении : метод. пособие / И. М. Воротилкина. – М. : НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.
4. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – М. : Академия, 2000. – 160 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.
8. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
9. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
10. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
11. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
12. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
13. Фролов, В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке : пособие для воспитателя дет. сада / В. Г. Фролов. – М. : Просвещение, 1986. – 189 с.
14. Логвина, Т. Ю. Средства физической культуры в оздоровлении детей дошкольного возраста : метод. пособие / Т. Ю. Логвина. – Жлобин : ИПП «Техническая книга», 1997. – 52 с.

## **Тема 12. Методические приемы дозирования физической нагрузки на занятиях с детьми дошкольного возраста**

*(7 занятий, 3 семинара)*

### **План практического занятия 1**

1. Характеристика видов физической нагрузки на занятиях с детьми дошкольного возраста.
2. Особенности дозирования физической нагрузки.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Предложите способы дозирования физической нагрузки в процессе решения различных образовательных, оздоровительных, воспитательных задач на физкультурном занятии и аргументируйте Ваш выбор.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Разработайте план-конспект физкультурного занятия для детей разновозрастной группы с дозированием физической нагрузки для каждого возраста.

### **План практического занятия 2**

1. Методические приемы дозирования физических нагрузок (участие мышечных групп, исходное положение).
2. Особенности дозирования физической нагрузки.

#### **Контрольные вопросы**

*Представьте 5 специальных физических упражнений для расширения функциональных возможностей организма с участием разных исходных положений и мышечных групп и обоснуйте ответ.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Приведите примеры дозирования физической нагрузки для детей разного возраста с изменением исходного положения и мышечных групп, включенных в работу.

### **План практического занятия 3**

1. Методические приемы дозирования физических нагрузок (сложность упражнений, темп выполнения, пауза отдыха).
2. Особенности дозирования физической нагрузки.

### **Контрольные вопросы**

1. *Дозирование физической нагрузки в реализации организованных форм занятий физическими упражнениями.*
2. *Дозирование физической нагрузки в реализации самостоятельной двигательной активности*

### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплекс специальных упражнений средней нагрузки в щадящем режиме двигательной активности

### **План практического занятия 4**

1. Методические приемы дозирования физических нагрузок (эмоциональность, приемы отягощения).
2. Особенности дозирования физической нагрузки.

### **Контрольные вопросы**

*Дозирование физической нагрузки с учетом индивидуальных особенностей развития детей дошкольного возраста*

### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте план занятий физическими упражнениями для ребенка, относящегося к группе часто и длительно болеющих.

### **План практического занятия 5**

1. Методические приемы дозирования физических нагрузок (соотношение общеразвивающих, специальных и дыхательных упражнений).
2. Особенности дозирования физической нагрузки.

### **Контрольные вопросы**

*Продумайте возможные варианты динамики частоты сердечных сокращений в процессе выполнения физических упражнений различного характера и интенсивности у детей дошкольного возраста*

## **Задания для самостоятельной работы**

Предложите по три упражнения различного характера и интенсивности

### **План практического занятия 6**

1. Методические приемы дозирования физических нагрузок (количество повторений, длительность занятия, допустимая частота сердечных сокращений от резерва сердца и т.п.).
2. Особенности дозирования физической нагрузки.

### **Контрольные вопросы**

*Проведите расчет допустимой частоты сердечных сокращений у детей 3, 4, 5 лет в разных режимах двигательной активности при исходной частоте сердечных сокращений 120, 100, 90 уд/мин. Соответственно.*

## **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплекс физических упражнений для детей дошкольного возраста по результатам расчета допустимой ЧСС и обсудите его содержание.

### **План практического занятия 7**

1. Разработка и апробация комплексов физических упражнений с различными методическими приемами дозирования физической нагрузки в разных формах занятий физическими упражнениями с детьми 3-4, 4-5, 5-6 лет.
2. Особенности дозирования физической нагрузки.

### **Контрольные вопросы**

1. *Объясните реакцию на физическую нагрузку сердечно-сосудистой системы ребенка, имеющего отклонения со стороны органов дыхания систематически (эпизодически) занимающегося физическими упражнениями.*
2. *Какая нагрузка может вызвать у детей частоту сердечных сокращений до 200 уд/мин и как долго эта частота может держаться на этих показателях.*

## **Семинарское занятие 1**

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Предложите способы дозирования физической нагрузки в процессе решения различных образовательных, оздоровительных, воспитательных задач на физкультурном занятии и аргументируйте Ваш выбор.
2. Проведите расчет допустимой частоты сердечных сокращений у детей 3, 4, 5 лет в разных режимах двигательной активности при исходной частоте сердечных сокращений 120, 100, 90 уд/мин. соответственно.
3. Разработайте комплекс специальных физических упражнений для расширения функциональных возможностей организма по расчетным показателям.

## **Семинарское занятие 2**

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Объясните реакцию на физическую нагрузку сердечно-сосудистой системы ребенка, имеющего отклонения со стороны органов дыхания систематически (эпизодически) занимающегося физическими упражнениями.
2. Продумайте возможные варианты динамики частоты сердечных сокращений в процессе выполнения физических упражнений различного характера и интенсивности у детей дошкольного возраста.
3. Какая нагрузка может вызвать у детей частоту сердечных сокращений до 200 уд/мин и как долго эта частота может держаться.

## **Семинарское занятие 3**

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Разработайте комплекс специальных упражнений средней нагрузки в щадящем режиме двигательной активности.
2. Охарактеризуйте особенности дозирования физической нагрузки с учетом индивидуальных особенностей развития детей дошкольного возраста.
3. Обоснуйте методику дозирования физической нагрузки в реализации организованных форм занятий физическими упражнениями
4. Обоснуйте методику дозирования физической нагрузки в реализации самостоятельной двигательной активности.



## Рекомендуемая литература

### Основная

1. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.
2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
4. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.
5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности " Физ. культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 480 с.
6. Шарманова, С. Б. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста : учеб.-метод. пособие / С. Б. Шарманова, А. И. Федоров, Е. А. Черепов. – М. : Советский спорт, 2004. – 117 с.
7. Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.
8. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.
9. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.
10. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

3. Воротилкина, И. М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении : метод. пособие / И. М. Воротилкина. – М. : НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.
4. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – М. : Академия, 2000. – 160 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.
8. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
9. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
10. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
11. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
12. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
13. Фролов, В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке : пособие для воспитателя дет. сада / В. Г. Фролов. – М. : Просвещение, 1986. – 189 с.
14. Логвина, Т. Ю. Средства физической культуры в оздоровлении детей дошкольного возраста : метод. пособие / Т. Ю. Логвина. – Жлобин : ИПП «Техническая книга», 1997. – 52 с.

## **Тема 13. Оценка эффективности физического воспитания в работе с детьми дошкольного возраста**

*(7 занятий, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Мониторинг физического состояния детей дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями.
2. Оценка уровней физического развития.

#### **Контрольные вопросы**

*Обоснуйте необходимость различных видов контроля за функциональным состоянием детей в процессе занятий физическими упражнениями.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Оцените уровни физического развития для группы детей и разработайте рекомендации в соответствии с полученными результатами.

### **План практического занятия 2**

1. Анализ заболеваемости детей младшей, средней, старшей групп. Распределение детей по группам здоровья.
2. Оценка уровней физического развития, физической подготовленности, функционального состояния.

#### **Контрольные вопросы**

*Определите критерии оценки эффективности режима двигательной активности в работе с детьми дошкольного возраста*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Предложите рекомендации для организации оптимального режима двигательной активности.

### **План практического занятия 3**

1. Выбор упражнений по отклонениям в физическом состоянии.
2. Способы индивидуализации физической нагрузки.

### **Контрольные вопросы**

*Какие виды контроля, оценки объективных и субъективных показателей вы предпочтете в различных формах занятий физическими упражнениями и почему?*

### **План практического занятия 4**

Разработка «физкультурных рецептов» для активизации обменных процессов в организме детей.

### **Контрольные вопросы**

*Какие рекомендации по физической нагрузке Вы можете дать родителям по результатам анализа динамики физического состояния в процессе занятий с детьми?*

### **Задания для самостоятельной работы**

Предложите упражнения для повышения общего и эмоционального тонуса организма детей разного возраста.

### **План практического занятия 5**

Разработка «физкультурных рецептов». Профилактика простудных заболеваний.

### **Контрольные вопросы**

*Сформулируйте, о чем свидетельствует снижение коэффициента выносливости в работе с детьми дошкольного возраста и разработайте «физкультурный рецепт».*

### **План практического занятия 6**

Разработка «физкультурных рецептов» для детей с избыточной массой тела.

### **Контрольные вопросы**

*Объясните (с примерами), какие физические нагрузки следует включать в содержание физкультурных занятий с детьми для повышения (снижения) артериального давления.*

## **План практического занятия 7**

Разработка «физкультурных рецептов» для профилактики нарушений осанки.

### **Контрольные вопросы**

*Показания и противопоказания к назначению физической нагрузке, дозирование физической нагрузки в работе с детьми дошкольного возраста*

### **Задания для самостоятельной работы**

Разработка физкультурных рецептов для профилактики плоскостопия.

### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Обоснуйте необходимость различных видов контроля за функциональным состоянием детей в процессе занятий физическими упражнениями.
2. Определите критерии оценки эффективности режима двигательной активности в работе с детьми дошкольного возраста.
3. Какие виды контроля, оценки объективных и субъективных показателей вы предпочтете в различных формах занятий физическими упражнениями и почему?
4. Какие рекомендации по физической нагрузке Вы можете дать родителям по результатам анализа динамики физического состояния в процессе занятий с детьми?
5. Сформулируйте, о чем свидетельствует снижение коэффициента выносливости в работе с детьми дошкольного возраста и разработайте «физкультурный рецепт».
6. Объясните (с примерами), какие физические нагрузки следует включать в содержание физкультурных занятий с детьми для повышения (снижения) артериального давления.
7. С помощью каких методов (заданий, тестов) можно определить уровень зрелости механизмов регуляции психомоторного развития детей дошкольного возраста?

### **Рекомендуемая литература**

### Основная

1. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.
2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
3. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
4. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.
5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности " Физ. культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 480 с.
6. Шарманова, С. Б. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста : учеб.-метод. пособие / С. Б. Шарманова, А. И. Федоров, Е. А. Черепов. – М. : Советский спорт, 2004. – 117 с.
7. Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.
8. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.
9. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.
10. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

3. Воротилкина, И. М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении : метод. пособие / И. М. Воротилкина. – М. : НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.
4. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – М. : Академия, 2000. – 160 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.
8. Муравьев, В. А. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. – М. : Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
9. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
10. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
11. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
12. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
13. Фролов, В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке : пособие для воспитателя дет. сада / В. Г. Фролов. – М. : Просвещение, 1986. – 189 с.
14. Логвина, Т. Ю. Средства физической культуры в оздоровлении детей дошкольного возраста : метод. пособие / Т. Ю. Логвина. – Жлобин : ИПП «Техническая книга», 1997. – 52 с.

## **Тема 14. Организация, задачи, содержание лечебной физкультуры в работе с детьми дошкольного возраста**

*(4 занятия)*

### **План практического занятия 1**

1. Особенности организации лечебной физкультуры в работе с детьми дошкольного возраста.
2. Формы занятий физическими упражнениями.

### **Контрольные вопросы**

1. *Обоснуйте необходимость организации занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.*
2. *Определите режимы двигательной активности для проведения физкультурных занятий с воспитанниками в учреждении дошкольного образования*

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Сформулировать задачи занятий физическими упражнениями в разных режимах двигательной активности.

### **План практического занятия 2**

1. Задачи, решаемые на занятиях лечебной физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста.
2. Содержание занятий лечебной физической культурой с детьми дошкольного возраста.

### **Контрольные вопросы**

*Охарактеризуйте основные компоненты, определяющие содержание режима двигательной активности на этапе поликлинического лечения*

### **Задания для самостоятельной работы**

Предложить упражнения для детей в разных режимах двигательной активности



### **План практического занятия 3**

1. Режимы двигательной активности в системах здравоохранения и в образования.
2. Задачи занятий физическими упражнениями в разных режимах двигательной активности.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Определите и сформулируйте различия в содержании понятий «двигательный режим» и «режим двигательной активности».*
2. *Определите допустимую нагрузку в разных режимах двигательной активности для практически здорового воспитанника и имеющего отклонения в состоянии здоровья.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Предложите упражнения в режимах двигательной активности в щадящем, щадяще тренирующем и тренирующем режимах двигательной активности.

### **План практического занятия 4**

1. Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями.
2. Ограничения по объему и характеру физической нагрузки.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Рассчитайте допустимую частоту сердечных сокращений для себя (ребенка дошкольного возраста, спортсмена) в разных двигательных режимах. Предложите варианты физической нагрузки.*
2. *Сформулируйте задачи для разных форм лечебной физической культуры в работе с детьми дошкольного возраста. Обоснуйте ответ*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Ознакомиться с лекционным материалом и рекомендуемой литературой.

#### **Список рекомендуемой литературы**

### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.
11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема 15. Лечебная физкультура при сниженных возможностях сердечно-сосудистой системы**

*(4 занятия, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Морфофункциональные особенности развития сердечно-сосудистой системы у детей 3-6 лет.
2. Недостаточность кровообращения, ее степени; показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями.

#### **Контрольные вопросы**

*Предложите способы организации занятий лечебной физкультурой с воспитанниками, имеющими отклонения в функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплекс упражнений для утренней гимнастики с детьми, имеющими отклонения в функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы.

### **План практического занятия 2**

1. Характеристика задач лечебной физкультуры при сниженных возможностях сердечно-сосудистой системы
2. Специальные упражнения при сниженных возможностях сердечно-сосудистой системы.

#### **Контрольные вопросы**

*Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при разных степенях недостаточности функций (на примере сердечно-сосудистой системы)*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте методические рекомендации для родителей по выполнению специальных упражнений с детьми, имеющими отклонения в функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы, в домашних условиях.

### **План практического занятия 3**

1. Тренировка экстракардиальных факторов кровообращения.
2. Разработка и апробация комплексов физических упражнений

#### **Контрольные вопросы**

*Обсудите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны сердечно-сосудистой системы*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплексы специальных упражнений для детей разных возрастных групп, имеющих отклонения в функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы.

### **План практического занятия 4**

1. Решение ситуационных задач.
2. Сочетание специальных упражнений с другими средствами физической культуры.
3. Разработка «физкультурных рецептов» для разных режимов двигательной активности.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Разработайте «физкультурный рецепт» для индивидуальных занятий родителей с ребенком при недостаточности функций (НКО).*

*2. Рассчитайте возможный прирост частоты сердечных сокращений в процессе занятий физическими упражнениями.*

*3. Сформулируйте задачи и предложите специальные упражнения для детей с отклонениями от «нормы» показателей артериального давления.*

*4. Определите особенности и способы организации занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими различную степень недостаточности функций*

#### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Предложите способы организации занятий лечебной физкультурой с воспитанниками, имеющими отклонения в функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы.

2. Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при разных степенях недостаточности функций (на примере сердечно-сосудистой системы).

3. Обсудите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны сердечно-сосудистой системы.

4. Разработайте «физкультурный рецепт» для индивидуальных занятий родителей с ребенком при недостаточности функций (НК0). Рассчитайте возможный прирост частоты сердечных сокращений в процессе занятий физическими упражнениями.

5. Сформулируйте задачи и предложите специальные упражнения для детей с отклонениями от «нормы» показателей артериального давления.

6. Определите особенности и способы организации занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими различную степень недостаточности функций.

## **Список рекомендуемой литературы**

### **Основная**

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

### **Дополнительная**

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.

6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.

7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.

8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.

9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.

10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.

11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема 16. Лечебная физкультура при сниженных возможностях системы внешнего дыхания**

*(4 занятия, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Морфофункциональные особенности развития системы внешнего дыхания у детей 3-6 лет.
2. Симптомы дыхательной недостаточности; показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Возрастные особенности развития системы внешнего дыхания.*
2. *Причины частого появления простудных заболеваний у детей дошкольного возраста.*
3. *Специальные упражнения, направленные на расширение функциональных возможностей системы внешнего дыхания.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Перечислите возрастные особенности развития системы внешнего дыхания, которые способствуют частому появлению простудных заболеваний у детей дошкольного возраста

### **План практического занятия 2**

1. Характеристика задач лечебной физкультуры.
2. Классификация дыхательных упражнений.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Сформулируйте задачи занятий физическими упражнениями для расширения функций системы внешнего дыхания в работе с детьми дошкольного возраста с учетом возрастных особенностей развития.*
2. *Обозначьте возможные способы регулирования дыхания и предложите соответствующие игровые задания.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплекс специальных упражнений для формирования представления о правильном дыхании у детей.



### **План практического занятия 3**

1. Разработка и апробация комплексов физических упражнений.
2. Решение ситуационных задач.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Обоснуйте задачи дыхательной гимнастики в разные периоды заболеваний системы внешнего дыхания и приведите специальные упражнения*

*2. Предложите специальные упражнения для улучшения легочной вентиляции у детей дошкольного возраста в игровых заданиях*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплекс специальных упражнений для улучшения легочной вентиляции у детей дошкольного возраста в игровых заданиях.

### **План практического занятия 4**

1. Сочетание специальных упражнений с другими средствами физической культуры.
2. Физкультурные рецепты.

#### **Контрольные вопросы**

*Сформулируйте частные задачи, направленные на совершенствование функционирования системы внешнего дыхания, виды дыхания и способы их тренировки*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте игры и игровые задания для улучшения бронхиальной проходимости, укрепления дыхательной мускулатуры.

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Перечислите возрастные особенности развития системы внешнего дыхания, которые способствуют частому проявлению простудных заболеваний у детей дошкольного возраста.
2. Сформулируйте задачи занятий физическими упражнениями для расширения функций системы внешнего дыхания в работе с детьми дошкольного возраста с учетом возрастных особенностей развития.
3. Обозначьте возможные способы регулирования дыхания и предложите соответствующие игровые задания.

4. Сформулируйте частные задачи, направленные на совершенствование функционирования системы внешнего дыхания, виды дыхания и способы их тренировки.

5. Обоснуйте задачи дыхательной гимнастики в разные периоды заболеваний системы внешнего дыхания и приведите специальные упражнения

6. Предложите специальные упражнения для улучшения легочной вентиляции у детей дошкольного возраста в игровых заданиях.

### **Список рекомендуемой литературы**

#### **Основная**

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

#### **Дополнительная**

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.

6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.

7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.

8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.

9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.

10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.

11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема 17. Лечебная физкультура при сниженных возможностях центральной нервной системы**

*(4 занятия, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Морфофункциональные особенности развития центральной нервной системы у детей 3-6 лет.
2. Возрастные особенности развития.

#### **Контрольные вопросы**

*Предложите содержание и способы организации занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими отклонения в функционировании центральной нервной системы.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Подобрать игры и игровые упражнения на точность внимания и пространственной ориентации.

### **План практического занятия 2**

1. Симптомы нарушения функций центральной нервной системы у детей 3-6 лет.
2. Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, направленными на улучшение функций центральной нервной системы.*

*2. Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны центральной нервной системы.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Предложите специальные игровые упражнения для детей разного возраста.

### **План практического занятия 3**

1. Характеристика задач лечебной физкультуры;
2. Классификация упражнений.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Обоснуйте возможности применения методических приемов дозирования физической нагрузки для малоподвижных и гиперподвижных детей дошкольного возраста.*

*2. Сформулируйте требования к отбору упражнений, направленных на улучшение точности двигательных действий у детей дошкольного возраста.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Предложите игры и игровые задания для детей разного возраста для улучшения точности двигательных действий.

### **План практического занятия 4**

1. Разработка и апробация комплексов физических упражнений.
2. Решение ситуационных задач.
3. Сочетание специальных упражнений с другими средствами физической культуры.
4. Физкультурные рецепты.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Подберите специальные упражнения для улучшения точности выполнения двигательных действий в работе с детьми разного возраста (4-5, 5-6, 6-7 лет).*

*2. Приведите примеры специальных упражнений для тренировки равновесия у детей разных возрастных групп, обоснуйте свой выбор*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте «физкультурный рецепт» детям дошкольного возраста для формирования умения дифференцировать и координировать мышечные усилия

### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Предложите содержание и способы организации занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими отклонения в функционировании центральной нервной системы.

2. Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, направленными на улучшение функций центральной нервной системы.

3. Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны центральной нервной системы.

4. Обоснуйте возможности применения методических приемов дозирования физической нагрузки для малоподвижных и гипер-подвижных детей дошкольного возраста.

5. Сформулируйте требования к отбору упражнений, направленных на улучшение точности двигательных действий у детей дошкольного возраста.

6. Подберите специальные упражнения для улучшения точности выполнения двигательных действий в работе с детьми разного возраста (4-5, 5-6, 6-7 лет).

7. Разработайте «физкультурный рецепт» для формирования умения дифференцировать и координировать мышечные усилия детям дошкольного возраста.

8. Приведите примеры специальных упражнений для тренировки равновесия у детей разных возрастных групп, обоснуйте свой выбор.

### **Список рекомендуемой литературы**

#### **Основная**

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

#### **Дополнительная**

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.
11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема18. Лечебная физкультура при сниженных функциональных возможностях системы пищеварения**

*(4 занятия, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Морфофункциональные особенности развития системы пищеварения у детей 3-6 лет.
2. Основные заболевания желудочно-кишечного тракта у детей.

#### **Контрольные вопросы**

*Предложите способы организации занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими отклонения в функционировании системы пищеварения*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Перечислите показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями.

### **План практического занятия 2**

1. Влияние занятий физическими упражнениями на секрецию желудочного сока.
2. Показания и противопоказания к выполнению упражнений; задачи лечебной физкультуры; специальные упражнения.

#### **Контрольные вопросы**

*Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при разных функциональных отклонениях в работе системы пищеварения.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Подберите специальные упражнения для разных периодов заболеваний, характерных для детей дошкольного возраста.

### **План практического занятия 3**

1. Разработка и апробация комплексов физических упражнений.
2. Решение ситуационных задач.



## **Контрольные вопросы**

*1. Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны системы пищеварения.*

*2. Сформулируйте особенности занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими различные виды гастрита.*

## **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплекс специальных упражнений при гастрите для детей.

## **План практического занятия 4**

1. Сочетание специальных упражнений с другими средствами физической культуры.

2. Физкультурные рецепты.

## **Контрольные вопросы**

*1. Обоснуйте последовательность выполнения упражнений для реализации механизма трофического действия физических упражнений при отклонениях со стороны системы пищеварения.*

*2. Назовите физические качества, которые необходимо развивать в процессе занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими отклонения со стороны системы пищеварения. Подтвердите ответ примерами.*

## **Задания для самостоятельной работы**

Подберите игровые задания для детей, имеющих отклонения со стороны системы пищеварения.

## **Семинарское занятие**

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Предложите способы организации занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими отклонения в функционировании системы пищеварения.

2. Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при разных функциональных отклонениях в работе системы пищеварения.

3. Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны системы пищеварения.

4. Сформулируйте особенности занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими различные виды гастрита.

5. Обоснуйте последовательность выполнения упражнений для реализации механизма трофического действия физических упражнений при отклонениях со стороны системы пищеварения.

6. Назовите физические качества, которые необходимо развивать в процессе занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими отклонения со стороны системы пищеварения. Подтвердите ответ примерами.

## Список рекомендуемой литературы

### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Польша, 2000. – 172 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.

2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.

3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.
11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема 19. Лечебная физкультура при сниженных функциях системы выделения**

**(2 занятия)**

### **План практического занятия 1**

1. Морфофункциональные особенности системы выделения у детей 3-6 лет.
2. Возрастные особенности функции и структуры почек.
3. Влияние занятий физическими упражнениями на функцию почек и мочевыводящих путей.
4. Показания и противопоказания к выполнению специальных упражнений; задачи лечебной физкультуры.

### **Контрольные вопросы**

1. *Определите режим двигательной активности и возможные способы организации занятий физическими упражнениями с воспитанниками, имеющими нарушения функций выделительной системы, аргументируйте Ваш выбор.*
2. *Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при недостаточности функций почек и мочевыводящих путей.*
3. *Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны системы выделения.*
4. *Сформулируйте особенности организации и содержания занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими отклонения со стороны функционирования почек и мочевыводящих путей.*

### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте комплекс специальных упражнений для детей, имеющих отклонения со стороны функционирования почек и мочевыводящих путей.

### **План практического занятия 2**

1. Разработка и апробация комплексов физических упражнений; решение ситуационных задач.
2. Сочетание специальных упражнений с другими средствами физической культуры.
3. Физкультурные рецепты.

## Контрольные вопросы

- 1. Обоснуйте необходимость ограничения объема и интенсивности физической нагрузки для детей при некоторых отклонениях со стороны системы выделения*
- 2. Сформулируйте основные принципы выбора физических упражнений на занятиях с детьми, имеющими отклонения в функциональном состоянии системы выделения.*
- 3. Раскройте особенности организации занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими отклонения в функционировании системы выделения.*
- 4. Сформулируйте задачи и предложите специальные упражнения для детей с нарушениями функций системы выделения.*

## Задания для самостоятельной работы

Разработайте рекомендации для родителей по применению упражнений в домашних условиях.

## Список рекомендуемой литературы

### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.
11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.
12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема 20. Лечебная физкультура при нарушениях опорно-двигательного аппарата**

*(3 занятия, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Осанка. Факторы, определяющие формирование осанки.
2. Этапы формирования осанки.
3. Классификация нарушений у детей.
4. Методы выявления нарушений осанки.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Предложите способы организации занятий лечебной физкультурой с воспитанниками, имеющими отклонения в функционировании опорно-двигательного аппарата.*

*2. Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при разных видах нарушений функций опорно-двигательного аппарата.*

### **План практического занятия 2**

1. Дифференциальная диагностика различных видов нарушений осанки.
2. Плоскостопие.
3. Профилактика нарушений со стороны опорно-двигательного аппарата средствами физической культуры.

#### **Контрольные вопросы**

*1. Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны опорно-двигательного аппарата.*

*2. Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при разных видах нарушений функций опорно-двигательного аппарата.*

### **План практического занятия 3**

1. Разработка и апробация комплексов физических упражнений; решение ситуационных задач.
2. Сочетание специальных упражнений с другими средствами физической культуры.

### 3. Физкультурные рецепты.

#### Контрольные вопросы

*1. Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны опорно-двигательного аппарата.*

*2. Сформулируйте особенности занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения в состоянии опорно-двигательного аппарата.*

*3. Объясните причины ограничения физической нагрузки при разных видах нарушения функций опорно-двигательного аппарата*

#### Семинарское занятие

#### Контрольные вопросы и задания

1. Предложите способы организации занятий лечебной физкультурой с воспитанниками, имеющими отклонения в функционировании опорно-двигательного аппарата.

2. Сформулируйте общие и частные задачи для занятий физическими упражнениями с детьми при разных видах нарушений функций опорно-двигательного аппарата.

3. Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения со стороны опорно-двигательного аппарата.

4. Сформулируйте особенности занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими отклонения в состоянии опорно-двигательного аппарата.

5. Объясните причины ограничения физической нагрузки при разных видах нарушения функций опорно-двигательного аппарата.

6. Обоснуйте выбор занятий детей разными видами спорта. Полезно ли детям с нарушениями осанки и плоскостопием: кататься на велосипеде, на коньках (роликах), ходить на лыжах, играть в теннис, плавать, заниматься смешанными единоборствами, скалолазанием.

7. Предложите специальные физические упражнения при ассиметричном положении осанки. Аргументируйте свой ответ. Предложите не противопоказанные виды занятий физическими упражнениями

8. Разработайте комплекс специальных упражнений для формирования «мышечного корсета» для детей дошкольного возраста.



## Список рекомендуемой литературы

### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.
9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.
10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.

11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема 21. Лечебная физкультура при заболеваниях эндокринной системы**

**(2 занятия)**

### **План практического занятия 1**

1. Характеристика эндокринных заболеваний у детей дошкольного возраста.
2. Сахарный диабет.
3. Ожирение.
4. Аутоиммунный тиреоидит.
5. Показания и противопоказания к выполнению физических упражнений.

### **Контрольные вопросы**

1. *Сформулируйте общие и частные задачи занятий физическими упражнениями при заболеваниях эндокринной системы.*
2. *Раскройте особенности организации и содержания занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими сахарный диабет.*
3. *Перечислите основные показания, ограничения и противопоказания к занятиям физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста, имеющими заболевания эндокринной системы.*

### **План практического занятия 2**

1. Методика дозирования физических нагрузок.
2. Возможные осложнения и профилактика; задачи лечебной физкультуры.
3. Разработка и апробация комплексов физических упражнений; решение ситуационных задач.
4. Сочетание специальных упражнений с другими средствами физической культуры.
5. Физкультурные рецепты.

### **Контрольные вопросы**

1. *Раскройте методику занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими разные степени ожирения.*
2. *Опишите влияние аэробных нагрузок на обменные процессы в организме и необходимость решения профилактических задач в процессе занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста.*

*3. Сформулируйте возможные осложнения, к которым могут привести заболевания эндокринной системы и возможности их предупреждения, особенности занятий физическими упражнениями с детьми при аутоиммунном тиреоидите.*

### Список рекомендуемой литературы

#### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

#### Дополнительная

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
5. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
6. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.
7. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
8. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.

9. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.

10. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.

11. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

12. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.

## **Тема 22. Физическое, психическое и социальное здоровья детей**

*(7 занятий, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Характеристика психологического здоровья детей.
2. Характеристика социального здоровья детей.

#### **Контрольные вопросы**

- 1. Перечислите и охарактеризуйте компоненты физического здоровья детей.*
- 2. Перечислите и охарактеризуйте компоненты психического здоровья детей.*

#### **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте схему взаимосвязи психологического, социального и физического здоровья детей дошкольного возраста.

### **План практического занятия 2**

1. Условия развития личности: общение, влияние семейной микросреды.
2. Ребенок и «детское общество».

#### **Контрольные вопросы**

- 1. Перечислите и охарактеризуйте социального здоровья детей.*
- 2. Раскройте связь социального здоровья детей с физическим и психическим здоровьем.*

### **План практического занятия 3**

1. Факторы, нарушающие психологическое здоровье детей.
2. Проблема эмоционального благополучия.
3. Социальное здоровье детей.

#### **Контрольные вопросы**

- 1. Обоснуйте, в чем проявляются различия в психическом и социальном здоровье.*
- 2. Обоснуйте, в чем проявляются различия в социальном и психологическом здоровье.*

## **Задания для самостоятельной работы**

Разработайте рекомендации по формированию психического и социального здоровья в семейном воспитании.

### **План практического занятия 4**

1. Развитие самосознания и самооценки у детей.
2. Влияние взрослых на формирование самосознания и самооценки у детей.

### **Контрольные вопросы**

1. *Объясните, чем обусловлен более медленный темпы роста ребенка в возрасте 3-7 лет по сравнению с предыдущими возрастными периодами.*
2. *Охарактеризуйте следующие категории; «культура здоровья», «потребность быть здоровым», «отношение к здоровью».*

## **Задание для самостоятельной работы**

1. Проведите наблюдение за чувственными проявлениями детей дошкольного возраста в разных формах занятий физическими упражнениями.
2. Оцените результаты наблюдения.

### **План практического занятия 5**

1. Семья как развивающая среда для ребенка.
2. Типы неправильного воспитания.

### **Контрольные вопросы**

*Назовите психологические особенности самосознания ребенка дошкольного возраста.*

### **План практического занятия 6**

Раскройте роль семьи в развитии детской тревожности: психосоматический аспект.

### **Контрольные вопросы**

1. *Сформулируйте понятие психологического здоровья.*
2. *Обоснуйте понятие «психологическое здоровье».*

## **План практического занятия 7**

Раскройте роль семьи в организации двигательной активности: формирование физического здоровья.

### **Контрольные вопросы**

*Обоснуйте значимость физического здоровья в жизни детей дошкольного возраста.*

*Охарактеризуйте особенности физического и психического развития детей дошкольного возраста.*

### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Перечислите и охарактеризуйте компоненты физического и психического здоровья детей.
2. Перечислите и охарактеризуйте социального здоровья детей, раскройте их связь с физическим и психическим здоровьем
3. Обоснуйте в чем проявляются различия в психическом, социальном и психологическом здоровье
4. Объясните, чем обусловлен более медленный темпы роста ребенка в возрасте 3-7 лет по сравнению с предыдущими возрастными периодами
5. Назовите психологические, особенности самосознания ребенка дошкольного возраста
6. Сформулируйте понятие психологического здоровья и дайте его обоснование
7. Обоснуйте значимость физического здоровья в жизни дошкольника
8. Обоснуйте в чем проявляется негативное влияние гипокинезии в дошкольном возрасте

#### **Список рекомендуемой литературы**

##### **Основная**

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

3. Образовательные стандарты. Дошкольное образование : постановление М-ва образования Респ. Беларусь 29.12.2012, № 146 / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск : [б. и.], 2012. – 11 с.



4. Показатели воспитания, обучения и развития детей от рождения до школы. Министерство образования – Минск, Альтиора – живые краски, – 2009. – 125 с.

#### Дополнительная

1. Белановская, О. В. Психология личности : учеб. пособие / О. В. Белановская. – Минск : БГПУ им. М. Танка, 2001. – 226 с.

2. Вачков, И. В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М. : Эксмо, 2007. – 416 с.

3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

5. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение. 1988. – 190 с.

6. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах : пособие для студентов, учащихся училищ олимп. резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2008. – 100 с.

7. Мухина, В. С. Возрастная психология / В. С. Мухина. – М. : Академия, 1997. – 432 с.

8. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.

9. Платонов, К. К. Краткий словарь психологических понятий : учеб. пособие для учеб. заведений профтехобразования. – 2-е изд., перераб. и доп. / К. К. Платонов. – М. : Высшая школа, 1984. – 126 с.

10. Сводная таблица по возрастной психологии. 2018 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vseodetishkax.ru/rabota-psixologa-v-detskom-sadu/41-age-psychology>. – Дата доступа: 12.01.2018.

## **Тема 23. Особенности физического и психического развития детей дошкольного возраста**

*(8 занятий, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Психогигиена как комплекс мероприятий по обеспечению психологического здоровья детей.
2. Понятия «возраст», «возрастная периодизация».
3. Возрастная периодизация Д.Б. Эльконина
4. Возрастная периодизация Э. Эриксона

### **Контрольные вопросы**

1. *Обоснуйте роль мотивации детей в физкультурно-спортивной деятельности.*
2. *Обсудите психологические особенности детей: (социальные ситуации развития, ведущую деятельность, новообразования).*

### **План практического занятия 2**

1. Психическая коррекция в системе восстановления психологического здоровья детей в системе дошкольного образования.
2. Особенности развития мотивационной, эмоциональной и волевой сфер.

### **Контрольные вопросы**

1. *Обоснуйте целесообразность проведения подвижных игр и спортландий с детьми дошкольного возраста.*
2. *Обоснуйте роль игровых и соревновательных заданий в реализации двигательной активности детей дошкольного возраста.*

### **План практического занятия 3**

1. Особенности мышечной релаксации в работе с детьми дошкольного возраста.
2. Роль дыхательных упражнений в нормализации психического здоровья.

### **Контрольные вопросы**

1. *Предложите подвижные игры, направленные на развитие внимания дошкольника.*

***2. Обоснуйте содержание комплекса дыхательных упражнений и игровых заданий для снятия психического напряжения.***

#### **План практического занятия 4**

1. Игротерапия в регуляции неблагоприятных психических состояний детей.
2. Роль игры в жизни детей дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

***Обоснуйте, как изменяется с возрастом потребность в игровой деятельности и двигательной активности (младшая, средняя и старшая группы детей).***

#### **План практического занятия 5**

1. Арттерапия в регуляции неблагоприятных психических состояний детей.
2. Способы художественного творчества детей дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

***В чем проявляются нормальная и аномальная линии развития у детей дошкольного возраста в соответствии с концепцией Э. Эриксона.***

#### **План практического занятия 6**

Психогимнастика в регуляции неблагоприятных психических состояний детей.

#### **Контрольные вопросы**

***Обоснуйте, в чем может проявляться «приобщение к спорту, к его ценностям», «воспитание к спорту».***

#### **План практического занятия 7**

1. Понятие «неблагоприятные психические состояния»
2. Способы регуляции неблагоприятных психических состояний детей.

## **Контрольные вопросы**

- 1. Сформулируйте различия хронологического возраста от биологического возраста.*
- 2. Перечислите способы регуляции психических состояний детей дошкольного возраста.*

## **План практического занятия 8**

1. Формирование потребности в здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста.
2. Способы организации двигательной активности детей дошкольного возраста.

## **Контрольные вопросы**

*Перечислите и обоснуйте особенности развития мотивов к занятиям физическими упражнениями и видами спортивной деятельности в дошкольном возрасте.*

## **Семинарское занятие**

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Обоснуйте целесообразность проведения подвижных игр и спортландий с детьми дошкольного возраста
2. Представьте подвижные игры, направленные на развитие внимания дошкольника
3. Как изменяется с возрастом потребность в двигательной активности?
4. Обоснуйте, в чем может проявляться «приобщение к спорту, к его ценностям», «воспитание к спорту»
5. Чем отличается хронологический возраст от биологического возраста
6. Назовите особенности развития мотивов в дошкольном возрасте
7. Обоснуйте, в чем проявляется негативное влияние гипокинезии в дошкольном возрасте

### **Список рекомендуемой литературы**

#### **Основная**

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.

3. Образовательные стандарты. Дошкольное образование : постановление М-ва образования Респ. Беларусь 29.12.2012, № 146 / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск : [б. и.], 2012. – 11 с.

4. Показатели воспитания, обучения и развития детей от рождения до школы. Министерство образования – Минск, Альтиора – живые краски, – 2009. – 125 с.

#### Дополнительная

1. Белановская, О. В. Психология личности : учеб. пособие / О. В. Белановская. – Минск : БГПУ им. М. Танка, 2001. – 226 с.

2. Вачков, И. В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М. : Эксмо, 2007. – 416 с.

3. Дворкина, Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр : учеб.-метод. пособие / Н. И. Дворкина. – М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.

4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

5. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение. 1988. – 190 с.

6. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах : пособие для студентов, учащихся училищ олимп. резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2008. – 100 с.

7. Мухина, В. С. Возрастная психология / В. С. Мухина. – М. : Академия, 1997. – 432 с.

8. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.

9. Платонов, К. К. Краткий словарь психологических понятий : учеб. пособие для учеб. заведений профтехобразования. – 2-е изд., перераб. и доп. / К. К. Платонов. – М. : Высшая школа, 1984. – 126 с.

10. Сводная таблица по возрастной психологии. 2018 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vseodetishkax.ru/rabota-psixologa-v-detskom-sadu/41-age-psychology>. – Дата доступа: 12.01.2018.

## **Тема 24. Профессиональное здоровье участников педагогического процесса**

*(6 занятий, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Понятие «психологическая культура», «психологическое здоровья».
2. Характеристика компонентов развитой психологической культуры (систематическое самовоспитание культурных стремлений).

#### **Контрольные вопросы**

*Обоснуйте признаки физических и эмоциональных симптомов профессионального выгорания.*

### **План практического занятия 2**

Характеристика компонентов развитой психологической культуры (высокий уровень личного и делового общения).

#### **Контрольные вопросы**

*Разберите трехкомпонентную модель профессионального выгорания педагогов учреждений дошкольного образования.*

### **План практического занятия 3**

1. Характеристика компонентов развитой психологической культуры (хорошая психическая саморегуляция).
2. Особенности профессионального стресса в деятельности руководителя физического воспитания.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Сформулируйте особенности выражения потребности и реализации двигательной активности.*
2. *Перечислите факторы профессионального стресса и его источники.*

### **План практического занятия 4**

1. Характеристика компонентов развитой психологической культуры (творческий подход к делу).
2. Симптомы профессионального выгорания.

### **Контрольные вопросы**

- 1. Обоснуйте особенности проявления произвольной и непроизвольной психической регуляции.*
- 2. Охарактеризуйте симптомы эмоционального выгорания (физические, эмоциональные, поведенческие, интеллектуальные).*

### **План практического занятия 5**

1. Характеристика компонентов развитой психологической культуры (умение познавать и реалистически оценивать свою личность).
2. Синдром эмоционального выгорания в деятельности педагога, методы профилактики.

### **Контрольные вопросы**

- 1. Обсудите психологические особенности воспитательных задач на занятиях в физическом воспитании.*
- 2. Предложите методы профилактики синдрома эмоционального выгорания.*

### **План практического занятия 6**

1. Синдром эмоционального выгорания в деятельности педагога характеристика, причины появления.
2. Синдром эмоционального выгорания в деятельности педагога (факторы, способствующие развитию).

### **Контрольные вопросы**

- 1. Характеристика, причины появления, факторы, способствующие развитию синдрома эмоционального выгорания.*
- 2. Перечислите факторы. Способствующие развитию синдрома эмоционального выгорания в деятельности педагога.*

### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Обоснуйте признаки физических и эмоциональных симптомов профессионального выгорания.
2. Обоснуйте трехкомпонентную модель профессионального выгорания педагогов учреждений дошкольного образования.
3. Обоснуйте особенности проявления произвольной и непроизвольной психической регуляции.

4. Сформулируйте особенности выражения потребности и реализации двигательной активности.

5. Обсудите психологические особенности воспитательных задач на занятиях по физическому воспитанию.

6. Методы профилактики синдрома эмоционального выгорания.

7. Характеристика, причины появления, факторы, способствующие развитию синдрома эмоционального выгорания.

## Список рекомендуемой литературы

### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.

2. Показатели воспитания, обучения и развития детей от рождения до школы. Министерство образования – Минск, Альтиора – живые краски, – 2009. – 125 с.

3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

### Дополнительная

1. Алексеев, А. В. Я спокоен. Как защитить себя от стресса / А. В. Алексеев. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 160 с.

2. Белановская, О. В. Психология личности : учеб. пособие / О. В. Белановская. – Минск : БГПУ им. М. Танка, 2001. – 226 с.

3. Вачков, И. В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М. : Эксмо, 2007. – 416 с.

4. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.

5. Каменюкин, А. Г. Антистресс-тренинг / А. Г. Каменюкин, Д. В. Ковпак. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2008. – 224 с.

6. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение. 1988. – 190 с.

7. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.

8. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 279 с.

9. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.



10. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич ; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2014. – 238 с.
11. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах : пособие для студентов, учащихся училищ олимп. резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2008. – 100 с.
12. Мухина, В. С. Возрастная психология / В. С. Мухина. – М. : Академия, 1997. – 432 с.
13. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
14. Практикум по психологии состояний : учеб. пособие / под ред. А. О. Прохорова. – СПб. : Речь, 2004. – 480 с.
15. Психология состояний. Хрестоматия / А. О. Прохоров [и др.] ; под ред. А. О. Прохорова. – М. : ПЕР СЭ ; СПб. : Речь, 2004. – 608 с.
16. Сапогова, Е. Е. Ребенок и знак. Психологический анализ знаково-символической деятельности дошкольника / Е. Е. Сапогова. – Тула : Приокское книжное издательство, 1993. – 264 с.
17. Сводная таблица по возрастной психологии. 2018 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vseodetishkax.ru/rabota-psixologa-v-detskom-sadu/41-age-psychology>. – Дата доступа: 12.01.2018.
18. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.

## **Тема 25. Психическая регуляция как неотъемлемый компонент здоровой личности**

*(4 занятия)*

### **План практического занятия 1**

1. Психологические особенности воспитательных задач на занятиях физическими упражнениями.
2. Внешние и внутренние факторы профессионального выгорания.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Обсудите особенности решения воспитательных задач в процессе занятий физическими упражнениями.*
2. *Охарактеризуйте внешние и внутренние факторы профессионального выгорания.*

### **План практического занятия 2**

1. Развитие потребности в движении в разных формах занятий в образовательном процессе дошкольного учреждения.
2. Физкультурная грамотность родителей в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Обоснуйте способы развития потребности в двигательной деятельности у детей дошкольного возраста.*
2. *Обоснуйте способы развития потребности в двигательной деятельности у родителей.*

### **План практического занятия 3**

Формирование мотивации к физкультурно-спортивной деятельности у участников педагогического процесса.

#### **Контрольные вопросы**

1. *Рассмотрите возможности формирования мотивации у детей к физкультурно-спортивной деятельности.*
2. *Рассмотрите возможности формирования мотивации у родителей к физкультурно-спортивной деятельности.*
3. *Рассмотрите возможности формирования мотивации у педагогов к физкультурно-спортивной деятельности.*

## План практического занятия 4

1. Различия в психическом здоровье у детей, родителей, педагогов.
2. Различия в социальном здоровье у детей, родителей, педагогов.
3. Различия в психологическом здоровье у детей, родителей, педагогов.

### Контрольные вопросы

*Сформулируйте различия в психическом, социальном и психологическом здоровье детей.*

*Дайте рекомендации по коррекции психического, социального и психологического здоровья детей.*

### Список рекомендуемой литературы

#### Основная

1. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
2. Показатели воспитания, обучения и развития детей от рождения до школы. Министерство образования – Минск, Альтиора – живые краски, – 2009. – 125 с.
3. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

#### Дополнительная

1. Алексеев, А. В. Я спокоен. Как защитить себя от стресса / А. В. Алексеев. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 160 с.
2. Белановская, О. В. Психология личности : учеб. пособие / О. В. Белановская. – Минск : БГПУ им. М. Танка, 2001. – 226 с.
3. Вачков, И. В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М. : Эксмо, 2007. – 416 с.
4. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
5. Каменюкин, А. Г. Антистресс-тренинг / А. Г. Каменюкин, Д. В. Ковпак. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2008. – 224 с.
6. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение. 1988. – 190 с.
7. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.

8. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 279 с.
9. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
10. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич ; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2014. – 238 с.
11. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах : пособие для студентов, учащихся училищ олимп. резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2008. – 100 с.
12. Мухина, В. С. Возрастная психология / В. С. Мухина. – М. : Академия, 1997. – 432 с.
13. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
14. Практикум по психологии состояний : учеб. пособие / под ред. А. О. Прохорова. – СПб. : Речь, 2004. – 480 с.
15. Психология состояний. Хрестоматия / А. О. Прохоров [и др.] ; под ред. А. О. Прохорова. – М. : ПЕР СЭ ; СПб. : Речь, 2004. – 608 с.
16. Сапогова, Е. Е. Ребенок и знак. Психологический анализ знаково-символической деятельности дошкольника / Е. Е. Сапогова. – Тула : Приокское книжное издательство, 1993. – 264 с.
17. Сводная таблица по возрастной психологии. 2018 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vseodetishkax.ru/rabota-psixologa-v-detskom-sadu/41-age-psychology>. – Дата доступа: 12.01.2018.
18. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.

## **Тема 26. Здоровьесберегающие технологии в системе работы с детьми дошкольного возраста**

*(5 занятий, семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Сущность, содержание и принципы здоровьесберегающей педагогики.
2. Понятие, структура и функции здоровьесберегающих технологий их виды и характеристика.

#### **Контрольные вопросы**

- 1. Раскройте принципы здоровьесберегающей педагогики.*
- 2. Обсудите понятия «воспитание позитивного отношения к спорту», «воспитание посредством спорта».*
- 3. Психологические особенности «воспитательных задач».*

### **План практического занятия 2**

1. Классификация здоровьесберегающих технологий по характеру и направлению деятельности, комплексный подход.
2. Развитие потребности в двигательной активности.

#### **Контрольные вопросы**

- 1. Охарактеризуйте роль педагога в здоровьесберегающей педагогике.*
- 2. Системный подход в формировании потребности в движении.*

### **План практического занятия 3**

Роль педагога в здоровьесберегающей педагогике.

#### **Контрольные вопросы**

*Охарактеризуйте виды здоровьесберегающих технологий.*

### **План практического занятия 4**

Организация здоровьесберегающей деятельности в системе учреждения дошкольного образования.

#### **Контрольные вопросы**

*Обсудить организацию здоровьесберегающей деятельности в учреждении дошкольного образования.*

### **План практического занятия 5**

Взаимодействие педагогов и семьи в реализации здоровьесберегающих технологий.

#### **Контрольные вопросы**

- 1. Обосновать необходимость взаимодействия учреждения дошкольного образования и семьи в создании здоровьесберегающей среды.*
- 2. Раскрыть классификацию здоровьесберегающих технологий по характеру и направлению деятельности.*
- 3. Обосновать роль комплексного подхода в реализации здоровьесберегающих технологий*

#### **Семинарское занятие**

#### **Контрольные вопросы и задания**

1. Раскройте принципы здоровьесберегающей педагогики.
2. Охарактеризуйте роль педагога в здоровьесберегающей педагогике
3. Охарактеризуйте виды здоровьесберегающих технологий.
4. Обсудить организацию здоровьесберегающей деятельности в учреждении дошкольного образования.
5. Обосновать необходимость взаимодействия учреждения дошкольного образования и семьи в создании здоровьесберегающей среды.
6. Раскрыть классификацию здоровьесберегающих технологий по характеру и направлению деятельности.
7. Обосновать роль комплексного подхода в реализации здоровьесберегающих технологий

#### **Список рекомендуемой литературы**

1. Основная
2. Боковец, Ю. А. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста : пособие для педагогов, рук. учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. – 2-е изд. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 104 с.
3. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.

4. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 224 с.
5. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый Ветер, 2003. – 172 с.
6. Дружно играем – себя развиваем. Развивающие занятия и тренинги для детей 4–6 лет 6 [метод. пособие для воспитателей дет. сада] / сост.: М. В. Мазурова, Т. Н. Язепова. – Мозырь : Белый ветер, 2000. – 124 с.
7. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности " Физ. культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 480 с.
8. Шарманова, С. Б. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста : учеб.-метод. пособие / С. Б. Шарманова, А. И. Федоров, Е. А. Черепов. – М. : Советский спорт, 2004. – 117 с.
9. Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.
10. Шестакова, Т. Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников : пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т. Н. Шестакова, Т. Ю. Логвина. – Минск : Полымя, 2000. – 172 с.

#### Дополнительная

1. Алексеев, А. В. Я спокоен. Как защитить себя от стресса / А. В. Алексеев. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 160 с.
2. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
3. Вачков, И. В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М. : Эксмо, 2007. – 416 с.
4. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
5. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. – Минск : Універсітэцкае, 1997. – 237 с.
6. Картушина, М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада / М. Ю. Картушина. – М. : Т.Ц. Сфера, 2004. – 384 с.
7. Коновалова, Н. Г. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой,

исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 90 с.

8. Лебедева, Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 174 с.

9. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 279 с.

10. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах : пособие для студентов, учащихся училищ олимп. резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2008. – 100 с.

11. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.

12. Огородников, С. С. Коррекционная работа в физическом воспитании, обеспечивающих получение дошкол. образования / С. С. Огородников, Е. Г. Патрубейко. – Минск : Зорны верасень, 2007. – 104 с.

13. Приходько, В. И. Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми нарушениями речи : учеб.-метод. пособие / В. И. Приходько, О. Н. Онищук ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 62 с.

14. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.

15. Сапогова, Е. Е. Ребенок и знак. Психологический анализ знаково-символической деятельности дошкольника / Е. Е. Сапогова. – Тула : Приокское книжное издательство, 1993. – 264 с.

16. Сенько, Т. В. Успех и признание в группе: старший дошкольный возраст / Т. В. Сенько. – Минск : Народная асвета, 1991. – 112 с.

17. Смирнов, Р. И. Физкультура для дошкольников / Р. И. Смирнов. – Мозырь : Содействие, 2007. – 64 с.

18. Физическая реабилитация детей с нарушением осанки и сколиозом : учеб.-метод. пособие для специальности 1-03 02 01 "Физ. культура". – Брест : БрГУ, 2012. – 210 с.



## **Тема 3. Содержание организованных и самостоятельных форм занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста**

*(7 занятий , 1 семинар)*

### **План практического занятия 1**

1. Организованная и самостоятельная двигательная активность детей разного возраста.
2. Принципы, условия, особенности, формы организации занятий физическими упражнениями.

### **Контрольные вопросы**

1. *Перечислите количество организованных форм занятий физическими упражнениями в недельном цикле для детей разных возрастных групп.*
2. *Сформулируйте принципы организации занятий физическими упражнениями.*
3. *Сформулируйте условия проведения занятий физическими упражнениями в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.*
4. *Обоснуйте выбор разных форм организации физических упражнений в распорядке дня дошкольника.*
5. *Определите возможности реализации самостоятельной двигательной активности детьми разного возраста.*

### **Задание для самостоятельной работы**

1. Разработайте рекомендации для родителей по реализации самостоятельной двигательной активности детей в условиях семейного воспитания.

### **План практического занятия 2**

1. Создание развивающей среды для стимулирования двигательной активности детей.
2. Роль взрослого в организации и содержании двигательной деятельности детей раннего и дошкольного возраста.

### **Контрольные вопросы**

1. *Раскройте понятие «развивающая среда».*
2. *Перечислите требования к организации и содержанию развивающей среды для детей разного возраста и пола в условиях учреждения дошкольного образования и в семье.*

***3. Сформулируйте пути создания безопасной развивающей среды в работе с детьми дошкольного возраста.***

### **Задание для самостоятельной работы**

1. Разработайте проект создания развивающей среды и обоснуйте его содержание.

### **План практического занятия 3**

1. Возрастно-половые особенности в структуре двигательной активности.

2. Содержание двигательной активности в первой и второй половине дня в учреждении дошкольного образования. Задачи, способы организации.

3. Развивающая среда на занятиях плаванием.

### **Контрольные вопросы**

***1. Перечислите количество организованных форм занятий физическими упражнениями в недельном цикле для детей разных возрастных групп.***

***2. Требования к созданию развивающей среды на занятиях плаванием.***

***3. Характерные черты развивающей среды с учетом возрастных и половых различий детей дошкольного возраста.***

### **Задание для самостоятельной работы**

1. Разработать рекомендации для родителей по созданию проекта развивающей среды для повышения двигательной активности ребенка в семейном воспитании

### **План практического занятия 4**

1. Классификация стандартного оборудования для занятий физическими упражнениями

1.1 Оборудование и оснащение спортивного зала;

1.2 Оборудование и оснащение спортивных площадок;

2. Возможности использования стандартного и нетрадиционного оборудования для формирования развивающей среды в учреждении дошкольного образования.

## **Контрольные вопросы**

*1. Перечислите обязательное оснащение спортивного зала физкультурным инвентарем и оборудованием в учреждении дошкольного образования.*

*2. Назовите документы, которые регламентируют наличие спортивного инвентаря и оборудования в реализации физического воспитания в учреждении дошкольного образования.*

*3. Предложите нетрадиционное оборудование для решения частных задач в процессе реализации физического воспитания.*

*4. Сформулируйте требования к нестандартному и нетрадиционному спортивному инвентарю в процессе занятий физическими упражнениями.*

## **Задание для самостоятельной работы**

1. Предложите вариант использования нестандартного и нетрадиционного инвентаря и оборудования на занятиях с детьми дошкольного возраста.

## **План практического занятия 5**

1. Возможности использования нетрадиционного оборудования для стимулирования двигательной активности детей дошкольного возраста.

2. Роль взрослого в организации и содержании двигательной деятельности детей раннего и дошкольного возраста

3. Взаимодействие руководителя физического воспитания, воспитателя, родителей в реализации организованных и самостоятельных форм работы с детьми дошкольного возраста.

## **Контрольные вопросы**

*1. Сформулируйте возможности использования нетрадиционного оборудования для стимулирования двигательной активности детей дошкольного возраста.*

*2. Определите роль взрослого в организации и содержании двигательной деятельности детей раннего и дошкольного возраста:*

2.1 Роль родителей в организации и содержании двигательной деятельности детей раннего и дошкольного возраста;

2.2 Роль воспитателей в организации и содержании двигательной деятельности детей раннего и дошкольного возраста;

2.3 Роль руководителя физического воспитания в организации и содержании двигательной деятельности детей раннего и дошкольного возраста

***3. Обоснуйте необходимость взаимодействия руководителя физического воспитания, воспитателя и родителей в реализации организованных и самостоятельных форм работы с детьми дошкольного возраста.***

#### **Задание для самостоятельной работы**

1. Предложите нетрадиционное оборудование для тренировки мелкой моторики у детей в процессе занятий в разных формах занятий физическими упражнениями

#### **План практического занятия 6**

1. Особенности организации и содержания физкультурных занятий в работе с воспитанниками разного возраста.

2. Объем и характер нагрузки для воспитанников разного возраста в соответствии с задачами физкультурного занятия.

3. Принципы выбора физической нагрузки для решения задач в разных частях физкультурного занятия.

#### **Контрольные вопросы**

***1. Раскройте особенности организации и содержания физкультурных занятий в работе с воспитанниками разного возраста.***

***2. Оцените объем и характер нагрузки для воспитанников разного возраста в соответствии с задачами физкультурного занятия.***

***3. Сформулируйте принципы выбора физической нагрузки для решения задач в разных частях физкультурного занятия.***

#### **Задание для самостоятельной работы**

1. Проведите наблюдение за условиями организации и содержанием двигательной активности детей разного возраста и пола на прогулке, проанализируйте полученные результаты и предложите рекомендации по содержанию двигательной активности.

#### **План практического занятия 7**

1. Условия и задачи проведения физкультурного праздника.

2. Условия и задачи проведения физкультурного досуга.

3. Условия и задачи проведения Дня здоровья.

## **Контрольные вопросы**

- 1. Выделите основные различия между условиями и задачами проведения физкультурного праздника, физкультурного досуга и Дня здоровья.*
- 2. Сформулируйте требования к организации и проведению Дня здоровья.*
- 3. Сформулируйте требования к организации и проведению физкультурного досуга.*
- 4. Сформулируйте требования к организации и проведению спортивного праздника.*

## **Задание для самостоятельной работы**

1. Разработать сценарий физкультурного досуга для детей любой возрастной группы (младшая, средняя, старшая).
2. Ознакомиться с лекционным материалом и рекомендуемой литературой.

## **Семинарское занятие 1**

### **Контрольные вопросы**

1. Обоснуйте последовательность упражнений в разных формах занятий физическими упражнениями с воспитанниками разных возрастных групп.
2. Перечислите количество организованных форм занятий физическими упражнениями в недельном цикле для детей разных возрастных групп.
3. Сформулируйте задачи к каждой части физкультурного занятия и обоснуйте выбор направленности физических упражнений для их решения.
4. Раскройте особенности организации и содержания физкультурных занятий в работе с воспитанниками разного возраста.
5. Сформулируйте требования к подбору упражнений на физкультурном занятии во время прогулки.
6. Оцените объем и характер нагрузки для воспитанников разного возраста в соответствии с задачами физкультурного занятия;
7. Сформулируйте основные принципы выбора физической нагрузки для решения задач в разных частях физкультурного занятия.
8. Выделите основные различия между условиями и задачами проведения физкультурного праздника, физкультурного досуга и Дня здоровья.

## Рекомендуемая литература

### Основная

1. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. для студентов пед. вузов / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1985. – 271 с.
2. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 368 с.
3. Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь ; [ред.: Л. Б. Сопот, Е. И. Иванова]. – Минск : НИО, 2012. – 417 с.
4. Шебеко, В. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. – Минск : Універсітэцкае, 1998. – 184 с.
5. Шишкина, В. А. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для студентов вузов / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич ; М-во образования Респ. Беларусь, Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ , 2003. – 92 с.
6. Шпак В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : краткий курс лекций по разделу «Методика физ. воспитания дошкольников» / В. Г. Шпак ; М-во образования Респ. Беларусь, Витебский гос. ун-т. – Витебск : ВГУ , 2005. – 120 с.

### Дополнительная

1. Безносиков, Е. Я. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста / Е. Я. Безносиков. – Минск : Четыре четверти, 1998. – 66 с.
2. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2005. – 108 с.
3. Воротилкина, И. М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении : метод. пособие / И. М. Воротилкина. – М. : НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.
4. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду : пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов пед. вузов и колледжей / М. А. Рунова. – М. : Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
5. Фролов, В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке : пособие для воспитателя дет. сада / В. Г. Фролов. – М. : Просвещение, 1986. – 189 с.