



**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АКАДЕМИЯ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ»**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ЧОУ ДПО «АПК и ПП»

А. Д. Рубан

_____ мая _____ 2018



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА В КОНТЕКСТЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОО»**

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И
ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ФГОС ДО**

ОБЪЕМ АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ
ВСЕГО

34

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА СОСТАВЛЕНА НА ОСНОВАНИИ:

1. ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12. 2012 г. N 273-ФЗ
2. Приказа Минобрнауки России № 499 от 01.07.13 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
3. Приказа Минобрнауки России от 07.08.2014 N 935 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура»;
4. Приказа Минтруда России от 18 октября 2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)"»;
5. других нормативных и правовых актов.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Цель дисциплины – формирование у обучающихся системы знаний, умений, навыков в области формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста в контексте физического воспитания в ДОО.

1.2. Задачи дисциплины:

- формирование знаний о теоретическом анализе понятия «здоровый образ жизни»; формирование умения проводить теоретический анализ понятия «здоровый образ жизни»; овладение навыком реализации знаний о здоровом образе жизни в профессиональной деятельности;
- формирование знаний о взаимодействии семьи и дошкольной организации в формировании основ здорового образа жизни детей; приобретение умения определять роль взаимодействия семьи и дошкольной организации в формировании основ здорового образа жизни детей; овладение навыком реализации взаимодействия семьи и дошкольной организации в формировании основ здорового образа жизни детей;
- формирование знаний о модели формирования здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста; приобретение умения определять модель формирования здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста; овладение навыком реализации модели формирования здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Изучение дисциплины предполагает предварительное освоение дисциплин учебного плана: «ФГОС ДО как система требований и общественный договор»; «Образовательная область "физическое воспитание"».

Изучение дисциплины является предшествующим для освоения следующих дисциплин /прохождения практик: «Педагогические технологии формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста в условиях реализации ФГОС ДО».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины, обучающиеся должны овладеть следующими компетенциями и трудовыми функциями:

Планируемые результаты освоения программы	Содержание компетенций и трудовых функций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-2	Способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры	Знать: <ul style="list-style-type: none"> – положения теории физической культуры Уметь: <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры Владеть: <ul style="list-style-type: none"> – навыком реализации образовательного процесса на основе положений теории физической культуры
ПК-3	Способностью проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу	Знать: <ul style="list-style-type: none"> – основы проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях Уметь: <ul style="list-style-type: none"> – проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу Владеть: <ul style="list-style-type: none"> – навыками реализации учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организации внеклассной физкультурно-спортивной работы
ПК-4	Способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей	Знать: <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей Уметь: <ul style="list-style-type: none"> – применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей Владеть: <ul style="list-style-type: none"> – навыками реализации средств и методов двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей
В/01.5	Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования	Знать: <ul style="list-style-type: none"> – специфику дошкольного образования и особенностей организации работы с детьми раннего и дошкольного возраста – основы теории физического, познавательного и личностного развития детей раннего и дошкольного возраста Уметь: <ul style="list-style-type: none"> – применять методы физического, познавательного

Планируемые результаты освоения программы	Содержание компетенций и трудовых функций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
		<p>и личностного развития детей раннего и дошкольного возраста в соответствии с образовательной программой организации</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками развития профессионально значимых компетенций, необходимых для решения образовательных задач развития детей раннего и дошкольного возраста с учетом особенностей возрастных и индивидуальных особенностей их развития – навыками участия в создании безопасной и психологически комфортной образовательной среды образовательной организации через обеспечение безопасности жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка в период пребывания в образовательной организации – навыками планирования и реализации образовательной работы в группе детей раннего и/или дошкольного возраста в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами и основными образовательными программами

4. РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела	Всего	Лекции	Практ. занятия	Самостоятельная работа
1.	Тема 1. Теоретический анализ понятия «здоровый образ жизни»	4	2	–	2
2.	Тема 2. Взаимодействие семьи и дошкольной организации в формировании основ здорового образа жизни детей	12	6	–	6
3.	Тема 3. Модель формирования здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста	8	4	6	6
Промежуточная аттестация (зачет)		2			
Итого		34	12	8	14

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Тема	Вид занятия	Краткое содержание	Кол. часов	Формируемые компетенции
1.	Тема 1. Теоретический анализ понятия «здоровый образ жизни»	Лекция	Идея воспитания здорового человека. Проблемы воспитания здорового подрастающего поколения. Рекомендации по укреплению здоровья, а также предписания профилактического характера в древней античности. Задачи воспитания в эпоху средневековья. Великий русский ученый Обращение М.В.Ломоносова "О сохранении и размножении российского народа"	2	ПК-2 ПК-4 ПК-5 В/01.5
2.	Тема 2. Взаимодействие семьи и дошкольной организации в формировании основ здорового образа жизни детей	Лекция	Сущность педагогического взаимодействия семьи и дошкольного образовательного учреждения в формировании основ здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста	6	ПК-2 ПК-4 ПК-5 В/01.5
3.	Тема 3. Модель формирования здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста	Лекция	Основные компоненты. Составляющие здорового образа жизни. Валеологический подход как важная составляющая педагогического взаимодействия в дошкольном учреждении. Уровни сформированности основ и культурно – гигиенических навыков здорового образа жизни у старших дошкольников	4	ПК-2 ПК-4 ПК-5 В/01.5
		Практическое занятие	Рекомендации по выполнению практических занятий представлены в Фонде оценочных средств по дисциплине (ФОС).	6	
4.	Самостоятельная работа			14	ПК-2 ПК-4 ПК-5 В/01.5
5.	Промежуточная аттестация (зачет)	Компьютерное тестирование по основным разделам дисциплины		2	
ИТОГО:				34	

5.1. Самостоятельная работа

Формами самостоятельной работы обучающихся являются:

- изучение и систематизация официальных документов – законов, постановлений, указов, нормативно-инструктивных материалов;

- изучение конспектов лекций, представленных в электронных учебно-методических комплексах;
- изучение информационных образовательных ресурсов (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание эссе, рефератов;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач;
- подготовка к итоговой аттестации;
- контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Академия повышения квалификации и профессиональной переподготовки
www.arkipr.ru

Академия повышения квалификации и профессиональной переподготовки
www.arkipr.ru

Академия повышения квалификации и профессиональной переподготовки
www.arkipr.ru

6. ТРЕБОВАНИЯ К АТТЕСТАЦИИ

6.1. Форма промежуточной аттестации

Промежуточный контроль по дисциплине «Формирование здорового образа жизни детей дошкольного возраста в контексте физического воспитания в ДОО» осуществляется в виде промежуточной аттестации, проводимой согласно Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

В соответствии с учебным планом промежуточная аттестация по данной дисциплине проводится в форме *зачета*.

6.2. Паспорт комплекта оценочных средств

Предмет оценивания	Объекты оценивания	Средства оценивания	Показатели оценки
Способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры (ПК-2).	Компетенции и трудовые функции, подтвержденные данной РПД	Электронный (письменный) тест по тематике	Количество вопросов теста, на которые слушатель дал верный ответ
Способностью проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу (ПК-4).			
Способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей (ПК-5).			
В.01.5 - Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования.			

Порядок перевода оценки в уровень сформированности компетенций

Количество правильных ответов в %	Уровень достижений	Зачтено / не зачтено
90-100%	продвинутый	зачтено
66 -89%	базовый	зачтено
50 -65 %	минимальный	зачтено
меньше 50%	не сформирован	не зачтено

6.3. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Тестовые задания

для промежуточной аттестации

1. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:

- а) двигательный режим;
- б) рациональное питание;
- в) личная и общественная гигиена;
- г) закаливание организма.

2. Какие элементы включает в себя здоровый образ жизни:

- а) активный отдых; закаливание организма; раздельное питание; гигиена труда; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;
- б) двигательный режим; закаливание организма; рациональное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;
- в) двигательный режим; полноценное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;
- г) двигательный режим; закаливание организма; вегетарианское питание; гигиена труда; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений

3. Укажите последовательно, от каких факторов, прежде всего, зависит здоровье человека: 1) деятельность учреждений здравоохранения; 2) наследственность;

3) состояние окружающей среды; 4) условия и образ жизни.

а) 1, 2, 3, 4;

б) 2, 4, 1, 3;

в) 4, 3, 2, 1;

г) 3, 1, 4, 2.

4. Работа мышц благотворно действует, прежде всего:

- а) в целом на весь организм;
- б) преимущественно на суставы;
- в) на соединительно-тканые структуры опорно-двигательного аппарата;
- г) преимущественно на нервные «стволы», иннервирующие мышцы.

5. Для предупреждения развития плоскостопия надо соблюдать следующие профилактические меры:

- а) не носить слишком тесную обувь, обувь на высоком каблуке или на плоской подошве;
- б) для уменьшения деформации свода стопы пользоваться супинаторами, постоянно выполнять корригирующие упражнения, укрепляющие мышцы стопы и голени;
- в) выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения для нижних конечностей;
- г) все перечисленные.

6. С какой целью планируют режим дня:

- а) с целью организации рационального режима питания;
- б) с целью четкой организации текущих дел, их выполнения в установленные сроки;
- в) с целью высвобождения времени на отдых и снятия нервных напряжений;
- г) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма.

7. Группа, которая состоит из дошкольников, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется:

- а) специальной медицинской группой;

- б) оздоровительной медицинской группой;
- в) группой лечебной физической культуры;
- г) группой здоровья.

8. При проведении закаливающих процедур нужно придерживаться основных принципов закаливания. Определите, какие? 1. принципа систематичности, 2. принципа разнообразности, 3. принципа постепенности, 4. принципа активности, 5. принципа индивидуальности:

- а) 2, 4, 5;
- б) 1, 2, 4;
- в) 3, 4, 5;
- г) 1, 3, 5.

9. Выполнение физических упражнений оказывает существенное влияние:

- а) на рост волос, рост ногтей, плоскостопие, форму ног;
- б) на дыхание, кровообращение, лабильность нервной системы, осанку, на нарушение обмена веществ в организме;
- в) на внешнее дыхание, вентиляция воздуха в легких, на обмен в легких кислорода и углекислоты между и воздухом и кровью, на использование кислорода тканями организма;
- г) на внешнее дыхание, вентиляция воздуха в легких, на нарушение обмена веществ в организме, конституцию организма.

10. К основным типам телосложения относятся:

- а) недостаточный, достаточный, большой;
- б) легкий, средний, тяжелый;
- в) астенический, нормастенический, гиперстенический;
- г) астенический, суперстенический, мегастенический.

11. Что понимается под закаливанием:

- а) купание в холодной воде и хождение босиком;
- б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми;
- в) укрепление здоровья;
- г) приспособление организма к воздействию внешней среды.

12. Чем регламентируются гигиенические нормы и требования:

- а) распоряжением директора школы;
- б) специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) - СанПиН;
- в) инструкцией учителя физической культуры (тренера);
- г) учебной программой.

13. Ребенок рождается с:

- а) безусловными рефлексам;
- б) условными рефлексам;
- в) приобретенными рефлексам;
- г) без рефлексов.

14. Что необходимо учитывать при назначении режима ребенка:

- а) климатические условия;
- б) индивидуальные особенности;

- в) рекомендации родителей;
- г) темперамент.

15. Какие игровые задания на занятиях физкультуры способствуют развитию наглядно-образного мышления ребенка 4-5 лет:

- а) игры с мячом;
- б) выполнение упражнений по образцу педагога;
- в) выполнение упражнений по сигналу;
- г) игры с правилами.

6.4. Описание организации промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация проводится в форме компьютерного тестирования.

Длительность аттестации для каждого обучающегося составляет 2 часа.

Количество предъявляемых вопросов – 15.

По окончании тестирования обучающийся ознакомляется с полученными результатами.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Литература

№ п/п	Наименование источника	Ссылка на источник
1.	Капилевич Л.В. Здоровье и здоровый образ жизни: учебное пособие / Л.В.Капилевич, В.И.Андреев – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2008. – 102 с.	http://window.edu.ru/resource/866/73866/files/zdor.pdf
2.	Здоровый образ жизни: библиогр. указ. МУК «Истринская центральная районная библиотека им. А.М. Чехова, метод. - библиогр. отд.: сост. С. Ю. Олексюк. - Истра, 2010.	http://istrabibl.ru/wordpress/wp-content/uploads/2014/01/%D0%91%D0%A4-%D1%83%D0%BA%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C-%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%B3.pdf
3.	А. Гончарова. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Учебное пособие. 2008 г. – 92 с.	http://window.edu.ru/resource/465/65465/files/m08100.pdf
4.	Бочкарева С.И. Физическая культура: учебно-методический комплекс (для студентов экономических специальностей) / С.И. Бочкарева, Кокоулина О.П., Копылова Н.Е., Н.Ф. Митина, А.Г. Ростеванов А.Г. – М.: Изд. Центра ООИ, 2011. – 344 с.	https://www.mea.ru/ru/org/cathedries/kafedra-fizicheskogo-vospitanija--2/coolishingimages/pages/forstudents/%D0%A3%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D0%B5%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0.pdf

8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

8.1. Перечень программного обеспечения

- ОС Windows;
- Офисный пакет OpenOffice.org.

8.2. Электронная информационно-образовательная среда

- <http://web-apkipr.ru>

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Информационно-образовательная среда Академии, включает в себя электронные информационно-образовательные ресурсы, обеспечивающие освоение обучающимися образовательных программ полностью или частично независимо от места нахождения обучающихся.

Рабочее место педагогического работника оборудовано персональным компьютером и компьютерной периферией (веб-камерой, микрофоном и др.).

Формирование информационно-образовательной среды осуществляется с помощью системы дистанционного обучения и других средств коммуникаций в сети «Интернет». Для эффективного использования дистанционных образовательных технологий Академия предоставляет обучающимся и педагогическим работникам доступ к системе дистанционного обучения через личный кабинет и, также, при необходимости, через другие средства коммуникации.

Необходимым минимальным условием использования дистанционных образовательных технологий является наличие интернет - браузера и подключения к сети «Интернет». Академия обеспечивает наличие качественного доступа педагогических работников к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть Интернет).