

Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Приморский краевой институт развития образования»
(ГАУ ДПО ПК ИРО)

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой ПиПВ
М.С. Назаров
«18» 02 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по научно-исследовательской и учебно-методической работе ГАУ ДПО ПК ИРО
О.Б. Богданова

2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
повышения квалификации
«Физическое развитие детей в ДОО»**

Владивосток
2025

Раздел 1. Характеристика программы

1.1. Цель реализации программы.

Совершенствование профессиональных компетенций педагогов ДОО в области физического развития детей дошкольного возраста. Изучение современных подходов, технологий и методик физического воспитания дошкольников.

1.2. Планируемые результаты обучения

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Общепедагогическая функция. Обучение. Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)	Организация и проведение физкультурных и оздоровительных мероприятий для детей дошкольного возраста, интеграция региональных особенностей в процесс, а также развитие у детей основных физических качеств (координация, гибкость, сила и выносливость) с использованием эффективных методов современных технологий.	Основные принципы и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста. Нормативные требования и санитарно-эпидемиологические стандарты, касающиеся физического воспитания в ДОО. Возрастные особенности физического развития детей и подходы к организации занятий в зависимости от этих особенностей. Методики и технологии развития координации, гибкости, силы и выносливости у дошкольников. Региональные особенности Приморского края, которые можно использовать при планировании и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.	Разрабатывать и проводить физкультурные занятия с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Интегрировать региональный компонент в физкультурно-оздоровительные мероприятия и занятия (с использованием местных природных объектов, культурных и этнографических традиций).

1.3. Категория обучающихся: инструктора по физическому развитию, педагоги дошкольных организаций

1.4. Форма обучения: очно.

1.5. Срок освоения программы: 24 академических часа.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план.

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Виды учебных занятий, учебных работ		Самостоятельная работа, час	Формы контроля
			Лекция, час	Интерактивное (практическое) занятие, час		

1.	Входной контроль	1	0	0	1	Тестирова ние
2.	Модуль 1. Теоретические основы физического развития детей дошкольного возраста	5	4	1	0	Практиче ская работа
2.1.	Возрастные особенности физического развития детей 3–7 лет.	2	1	1	0	
2.2.	Нормативно- правовые аспекты организации физкультурно- оздоровительной работы в ДОО.	1	1	0	0	
2.3.	Основы физиологии и анатомии детей дошкольного возраста.	2	2	0	0	
3.	Модуль 2. Современные технологии и методы физического воспитания в ДОО	5	1	4	0	Практиче ская работа
3.1.	Игровые технологии в физическом развитии дошкольников.	1	0	1	0	
3.2.	Программа «Шаг за шагом» для формирования двигательных навыков.	2	1	1	0	
3.3.	Развитие координации, гибкости, силы и выносливости через физические упражнения.	2	0	2	0	
4.	Модуль 3. Организация и проведение физкультурных мероприятий	4	2	2	0	Практиче ская работа

	ДОО					
4.1.	Проведение утренней гимнастики и физкультурных минуток.	1	0	1	0	
4.2.	Планирование и реализация спортивных праздников, дней здоровья.	2	1	1	0	
4.3.	Обеспечение безопасности при проведении физкультурных занятий.	1	1	0	0	
5.	Модуль 4. Региональный компонент: особенности физического воспитания детей в Приморском крае	5	1	4	0	Практическая работа
5.1.	Учет природно-климатических условий Приморского края (морской климат, горные районы) при планировании физической активности.	2	1	1		
5.2.	Использование традиционных видов активности региона: туризм, скандинавская ходьба, экологические тропы.	1	0	1		
5.3.	Элементы физического воспитания на основе культурного наследия Приморского края (подвижные игры коренных народов, спортивные	1	0	1		

	традиции региона).					
5.4.	Интеграция региональной специфики в физкультурно-оздоровительные мероприятия и занятия.	1	0	1		
6.	Модуль Интеграция физического воспитания с образовательной программой ДОО	5. 2	1	1	0	Практическая работа
6.1.	Использование физкультуры в интегрированных занятиях (музыка, логопедическая работа).	1	0	1	0	
6.2.	Работа с родителями по вопросам физического развития.	1	1	0	0	
6.	Итоговая аттестация	2	0	2	0	Проект
7.	Итого	24	9	14	1	

2.2. Рабочая программа

1. Входной контроль. Определить уровень знаний слушателей о теоретических основах и практических аспектах физического развития дошкольников, их умение ориентироваться в нормативных документах и применять базовые методы работы.

2. Теоретические основы физического развития детей дошкольного возраста

2.1 Взрастные особенности физического развития детей 3–7 лет. (лекция – 1 ч. Практическая работа – 1 ч.)

Лекция. Лекция посвящена основным особенностям физического развития детей дошкольного возраста. Рассматриваются ключевые аспекты роста и развития, включая формирование опорно-двигательного аппарата, мышечной системы и двигательной активности. Особое внимание уделяется разнице в потребностях детей разных возрастных групп и принципам организации физической нагрузки, соответствующей возрастным нормам.

Практическая работа. Уметь составлять план физкультурного занятия с учетом возрастных особенностей. Подбирать упражнения, соответствующие физическому и психомоторному развитию дошкольников. Грамотно структурировать физкультурное занятие.

2.2. Нормативно-правовые аспекты организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОО. (лекция – 1 ч.)

Лекция. Изучение основных положений, нормативно-правовых актов, регламентирующие деятельность инструктора в дошкольной организации, ознакомление с основными положениями ФГОС ДО. Изучение прав и обязанностей участников образовательного процесса.

2.3. Основы физиологии и анатомии детей дошкольного возраста. (лекция – 2 ч.)

В лекции рассматриваются базовые принципы анатомии и физиологии детей дошкольного возраста. Акцент сделан на особенности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, которые определяют их реакцию на физическую нагрузку. Лектор объяснит, как физиологические процессы влияют на выбор физических упражнений и режим дня.

3. Современные технологии и методы физического воспитания в ДОО.

3.1. Игровые технологии в физическом развитии дошкольников. (практическая работа – 1 ч.)

Практическая работа. Уметь использовать современные методики физического воспитания при составлении игровых упражнений.

3.2. Программа «Шаг за шагом» для формирования двигательных навыков. (лекция – 1 ч., практическая работа – 1 ч.)

Лекция посвящена программе «Шаг за шагом», направленной на последовательное развитие двигательных навыков у детей дошкольного возраста. Слушатели узнают, как строить занятия, ориентируясь на индивидуальный уровень подготовки ребенка, и как использовать данную программу для системного развития физических качеств.

Практическая работа. Уметь разрабатывать игровые упражнения, направленные на развитие координации движений. Адаптировать физические упражнения в игровой форме для дошкольников.

3.3. Развитие координации, гибкости, силы и выносливости через физические упражнения. (практическая работа – 2 ч.)

Практическая работа. Научиться разрабатывать комплекс физических упражнений направленный на развитие координации, гибкости, силы и выносливости.

4. Организация и проведение физкультурных мероприятий в ДОО.

4.1. Проведение утренней гимнастики и физкультурных минуток. (практическая работа – 1 ч.)

Практическая работа. Научиться проводить утреннюю гимнастику в соответствии с возрастными особенностями дошкольников. Уделить внимание в разработке гимнастики на повышение бодрости и улучшение настроения, и подготовку к активной деятельности.

4.2. Планирование и реализация спортивных праздников, дней здоровья. (лекция – 1 ч., практическая работа – 1 ч.)

Лекция посвящена этапам планирования и проведения крупных физкультурных мероприятий. Рассматриваются идеи для спортивных праздников, их структура и способы вовлечения детей, педагогов и родителей. Особое внимание уделяется созданию атмосферы праздника и организации безопасного пространства.

Практическая работа. Развить навык планирования и организации физкультурных мероприятий. Научить включать в сценарий элементы соревновательной и игровой деятельности, обеспечивая увлекательный и оздоровительный процесс для детей дошкольного возраста.

4.3. Обеспечение безопасности при проведении физкультурных занятий. (лекция – 1 ч.)

Лекция акцентирует внимание на правилах обеспечения безопасности детей во время физической активности. Слушатели изучат основные риски, связанные с проведением занятий, способы их минимизации, а также требования к оборудованию и подготовке помещений.

5. Региональный компонент: особенности физического воспитания детей в Приморском крае.

5.1. Учет природно-климатических условий Приморского края (морской климат, горные районы) при планировании физической активности. (лекция – 1 ч., практическая работа – 1 ч.)

Лекция раскрывает особенности климатических условий Приморского края и их влияние на физическое развитие дошкольников. Обсуждаются идеи использования местной природы для организации активных прогулок, туристических походов и закаливающих процедур.

Практическая работа. Научиться системно интегрировать региональный компонент в работу инструктора по физической культуре.

5.2. Использование традиционных видов активности региона: туризм, скандинавская ходьба, экологические тропы. (практическая работа – 1 ч.)

Практическая работа. Уметь разрабатывать подвижные игры с учётом природных и культурных особенностей региона.

5.3. Элементы физического воспитания на основе культурного наследия Приморского края (подвижные игры коренных народов, спортивные традиции региона). (практическая работа – 1 ч.)

Практическая работа. Научиться использовать элементы национальных и краеведческих традиций в физическом воспитании детей.

5.4. Интеграция региональной специфики в физкультурно-оздоровительные мероприятия и занятия. (практическая работа – 1 ч.)

Практическая работа. Уметь интегрировать региональный компонент в физкультурные занятия.

6. Интеграция физического воспитания с образовательной программой ДОО.

6.1. Использование физкультуры в интегрированных занятиях (музыка, логопедическая работа). (практическая работа – 1 ч.)

Практическая работа. Освоить методы разработки комплекса упражнений для гармоничного развития физических качеств дошкольников. Изучить правильный подбор упражнений, соответствующих возрастным возможностям детей, и их сочетание в рамках одного занятия.

6.2. Работа с родителями по вопросам физического развития. (лекция – 1 ч.)

Лекция посвящена методам вовлечения родителей в процесс физического воспитания детей. Рассматриваются формы работы с семьей, такие как консультации, совместные спортивные мероприятия и рекомендации по организации двигательной активности дома.