

АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД  
КРАСНОДАР  
Муниципальное казённое учреждение муниципального образования город Краснодар  
«КРАСНОДАРСКИЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»  
Юридический адрес: Коммунаров ул., 150, г. Краснодар, 350000  
Фактический адрес: ул. Дунайская, д.

## РЕЦЕНЗИЯ

на методическую разработку «Сюжетно- тематические занятия как  
средство развития интереса к физическим упражнениям у детей  
дошкольного возраста»»

МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №168»  
инструктора по физической культуре  
Фроловой Елены Анатольевны

Дошкольный возраст- один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребенка. Именно в этот период закладываются основы здоровья, формируется интерес к физической культуре и спорту. Естественным спутником жизни детей является игра, которая обладает великой воспитательной силой и способствует формированию у дошкольников двигательных умений и навыков. Одной из форм развития двигательных умений и навыков у детей являются сюжетно- тематические занятия, которые способствуют воспитанию интереса к процессу выполнения физических упражнений.

С целью укрепления здоровья детей, формирования у них устойчивой потребности в регулярной физической деятельности, особую актуальность приобретает поиск средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы с детьми в дошкольных организациях. Сюжетные занятия содержат целостную сюжетно- игровую ситуацию, отражающую окружающий мир ребенка.

Педагогом методической разработки подобраны сюжетно- тематические занятия «Курочка Ряба», «Покататься я хочу», «Прогулка в осенний сад», «Самолет», «На корабле», «Мы спортсмены», картотека подвижных игр. Сюжетно- тематические занятия помогают обеспечить каждому ребенку постоянный тренинг положительных эмоций, чувств, переживаний, воображения.

Применение в практике сюжетно- тематических занятий позволит повысить эффективность процесса физического воспитания, оказать положительное влияние на динамику развития двигательных умений и навыков, а также на формирование интереса детей к занятиям физической культурой.

Методическая разработка представляет интерес и может быть рекомендована для работы педагогам, инструкторам по физической культуре дошкольных образовательных организаций.

Ведущий специалист ОАиПДО

Н.В.Храмцова

Подпись Н.В.Храмцовой удостоверяю

Директор МКУ КНМЦ



А.В.Шевченко

№ 643 от 07.05.2024 г.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**МАТЕРИАЛЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ  
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ  
КОНФЕРЕНЦИИ  
(15 ноября 2023 г.)**

Краснодар  
2023

УДК 796.071(06)  
ББК 75.1я73  
А43

*Печатается по решению редакционно-издательского совета  
Кубанского государственного университета  
физической культуры, спорта и туризма*

**Редакционная коллегия:**

доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина  
доктор биологических наук, профессор И.Н. Калинина  
доктор педагогических наук, профессор В.В. Костюков  
кандидат педагогических наук, доцент О.Н. Костюкова  
доктор педагогических наук, профессор Б.Ф. Курдюков  
кандидат педагогических наук, доцент О.Г. Лызарь  
кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Пархоменко  
доктор экономических наук, профессор З.М. Хашева

**А 43 Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта // Материалы всероссийской научно-практической конференции (15 декабря 2023 г.): материалы конференции / ред. коллегия: Н.И. Дворкина, И.Н. Калинина, В.В. Костюков, О.Н. Костюкова, Б.Ф. Курдюков, О.Г. Лызарь, Е.А. Пархоменко, З.М. Хашева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2023. – 500 с.**

ISBN 978-5-94215-679-4

**УДК 796.071(06)  
ББК 75.1я73**

**ISBN 978-5-94215-679-4**

© КГУФКСТ, 2023  
© Коллектив авторов, 2023  
© Экоинвест, оформление, 2023



А.И. Невмывака ХАРАКТЕРИСТИКА КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПОЛЕВЫХ ИГРОКОВ В МИНИ-ФУТБОЛЕ СЛЕПЫХ 5×5 (В1) .....	206
Е.И. Ончукова, Е.А. Фролова СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОУ НА ОСНОВЕ ФИТНЕСА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ГТО 1 СТУПЕНИ .....	211
В.Г. Петрякова ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СУДЕНТОВ .....	213
С.В. Седоченко ОБЗОР ИНСТРУМЕНТОВ МОТИВИРОВАНИЯ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ ДЛЯ ВОВЛЕЧЕНИЯ В СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ .....	217
О.С. Трофимова, Т.С. Пегушина СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ В ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ DANSEMIX С ЖЕНЩИНАМИ 30–35 ЛЕТ В ФИТНЕС-КЛУБЕ .....	222
О.С. Трофимова, Т.С. Пегушина ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ DANSEMIX В ПРОЦЕССЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ЖЕНЩИНАМИ 30–35 ЛЕТ .....	224
Н.Н. Черевешник, Н.А. Ерохина, Э.А. Шумейко МОТИВАЦИОННАЯ ПОТРЕБНОСТЬ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.....	227
<b>МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА, ИННОВАЦИОННЫЕ ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ .....</b>	<b>231</b>
А.А. Желтов, А.В. Белый СПОРТ ПРОТИВ СТАРЕНИЯ: МЕТОДЫ ПРОДЛЕНИЯ МОЛОДОСТИ .....	231
Я.Е. Бугаец, Е.А. Сальникова, Ю.В. Плужник ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПЛАВАНИЕМ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	234
Я.Е. Бугаец, М.В. Малука, Т.А. Исаенко ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА С БОЛЕЗНЬЮ АЛЬЦГЕЙМЕРА .....	237
О.К. Падин, С.В. Коваленко ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ .....	240

3. Попенко, К.С. Спортивная подготовка высококвалифицированных футболистов с нарушением зрения: монография. / К.С. Попенко, А.С. Махов – Йошкар-Ола: «Типография Правительства Республики Марий-Эл», 2022. – 224 с.

4. Селитренникова, Т.А. Обоснование тестового контроля за уровнем развития координационных способностей спортсменов с нарушением зрения / Т.А. Селитренникова, Г.И. Дерябина, В.Л. Лернер [и др.] // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2016 - № 4 (15). – С. 47-52.

5. Функциональные особенности и координационные способности спортсменов с ограниченными физическими возможностями: монография / П.С. Горулев, Э.Р. Румянцева, А.С. Гареева и др. – М.: Издательский дом Академия Естествознания, 2018. – 158 с.

6. Halleman, A. Development of independent locomotion in children with a severe visual impairment // Research in developmental disabilities. – 2011. – Т. 32. – №. 6. – С. 2069-2074.

УДК: 373.203.71

## СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОУ НА ОСНОВЕ ФИТНЕСА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ГТО 1 СТУПЕНИ

Е.И. Ончукова<sup>1</sup>, Е.А. Фролова<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма

<sup>2</sup> Детский сад комбинированного вида № 168

**Аннотация.** В работе представлено методическое обоснование применения различных направлений и средств фитнеса в процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста. Актуальным является применение различных новых подходов в организации занятий по подготовке к выполнению норм ГТО в рамках ФГОС ДО.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, комплекс ГТО, фитнес, дети дошкольного возраста, средства фитнеса.

На современном этапе развития процесса физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, все чаще возникает потребность в подборе эффективных средств двигательной активности, которые бы с одной стороны учитывали интересы детей, а с другой стороны готовили бы их к выполнению первой ступени комплекса ГТО, как показателя сформированности двигательных навыков и физических качеств [5]. В процессе изменения системы образования и внедрения федеральных государственных стандартов по уровню образования, актуальным остается вопрос об оценке уровня физической подготовленности выпускников дошкольных учреждений. Таким универсальным средством оценки можно считать 1 ступень всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Данное обстоятельство стало возможным в связи с изменениями параметров оценки в нем и изменениями подходов к дифференциации уровней физической подготовленности в зависимости от возрастных периодов.



В научных работах различных педагогов отмечается, что в старшем дошкольном периоде недостаточно уделяется внимание развитию физических качеств, а в большей мере весь процесс физического воспитания направлен на совершенствование основных двигательных навыков. В следствии этого обстоятельства, при поступлении в школу у детей отмечаются проблемы с освоением двигательного материала. В связи с этим актуальным становится вопрос подготовки детей к выполнению норм ГТО по окончании дошкольного учреждения, при этом не превратив процесс физического воспитания в академический урок в условиях школьного обучения [2].

В ряде работ предлагается модернизировать процесс физического воспитания и использовать фитнес как эффективную систему повышения физических качеств и развития двигательных качеств. В связи с вышесказанным, в сложившихся условиях востребованным направлением является организация физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в дошкольном учреждении на основе применения различных направлений детских фитнес-программ [1, 3, 4].

Известно, что оценка физической подготовленности детей 6-7 лет в комплексе ГТО происходит по показателям развития основных физических качеств, в соответствии возрастным возможностями. Следовательно, необходимо производить отбор средств фитнеса и планирования нагрузки в соответствии с данным обстоятельством [6,7]. Изучив основные данные научных исследований о направленности различных программ детского фитнеса, для осуществления процесса подготовки к выполнению 1 ступени ГТО рекомендуется использовать следующие программы :

- для развития скоростных способностей – подвижные игры, классическая аэробика под темп музыки 136 акц/мин, эстафеты с нестандартным оборудованием;

- выносливость – танцевальная аэробика в основной части занятия не менее 20 минут под темп музыки 120-126 акц/мин.

- скоростно – силовые способности – выполнение упражнений с отягощением собственного тела по методу круговой тренировки, функциональная тренировка с элементами атлетической гимнастики, упражнения на системе турников, при физическом контроле инструктора физического воспитания, адаптированные упражнения по системе Пилатес.

- гибкость –игровой стретчинг, динамическая йога;

- ловкость и координационные способности - элементы боди-балета, фитбол-аэробика, танцевальная аэробика, подвижные игры и задания.

При планировании процесса физического воспитания на основе фитнеса следует учитывать специфические принципы физической культуры. Необходимо осуществлять постепенное внедрение средств фитнеса в режимные моменты в течение всего дня, начиная с утренней гигиенической гимнастики и оканчивая дополнительными секциями на основе платных образовательных услуг.



### Список литературы

1. Горбунова, Е. И. Программа физического воспитания детей-левшей старшего дошкольного возраста "Левшонок" : Учебно-методическое пособие / Е.И. Горбунова, Ю.К. Чернышенко, Е. М. Бердичевская. – Краснодар : Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2009. – 98 с.
2. Дворкина, Н. И. Методика использования подвижных игр в процессе подготовки младших школьников к сдаче норм ГТО I ступени / Н. И. Дворкина, П. В. Головкин // Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и их решения : Сборник материалов Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, Волгоград, 21–22 октября 2020 года. – Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2020. – С. 84-87.
3. Маринович, М. А. Влияние занятий современными фитнес-технологиями на физическую подготовленность детей старшего дошкольного возраста / М.А. Маринович, О.С. Трофимова // Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма : Сборник статей VII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 8 июня 2021 года. – Казань: Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2021. – С. 184-185.
4. Ончукова, Е. И. Эффективность занятий танцевальным фитнесом на физическое состояние детей 6-8 лет / Е. И. Ончукова, Я. А. Манакова, В. Ю. Фролова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2021. – № 1. – С. 196-198.
5. Романенко, Н. И. Использование средств фитнеса в физическом воспитании населения / Н. И. Романенко, Я. А. Манакова, С. А. Горбунова // Состояние, проблемы и пути совершенствования спортивной и оздоровительной тренировки в гимнастике, танцевальном спорте и фитнесе : Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 28–29 октября 2022 года. – Казань: Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – С. 226-228.
6. Сударь, В. В. Эффективность применения физкультурно-оздоровительной программы в условиях дошкольного образовательного учреждения / В. В. Сударь, И. В. Голикова // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 18 февраля 2021 года. – Краснодар: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2021. – С. 228-230.
7. Трофимова, О. С. Влияние занятий фитбол-аэробики на физическую подготовленность детей старшего дошкольного возраста / О. С. Трофимова, Я. А. Никитина, М. А. Маринович // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2018. – № 32-1. – С. 87-90.

УДК: 796.011.3

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СУДЕНТОВ

В.Г. Петрякова

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма

**Аннотация.** В статье представлены результаты педагогического эксперимента по применению комплексов упражнений плиометрической и сило-



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Фролова  
Елена Анатольевна**

прошел(а) повышение квалификации в (на)

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Частном учреждении профессиональной образовательной организации  
«Кубанский техникум экономики и недвижимости»

**231201343970**

*Документ о квалификации*

по дополнительной профессиональной программе

Организация физического воспитания детей  
в соответствии с ФГОС ДО

с 16.11.2022г. по 30.11.2022г.

Регистрационный номер

2920

в объеме

*72 (семьдесят два) учебных часа*

Город

Краснодар

Дата выдачи

07 декабря 2022 года



Мусиенко А.В.

Разночинцева Я.И.



Общество с ограниченной ответственностью  
«Центр непрерывного образования и инноваций»

# УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

783104127838

*Документ о квалификации*

Регистрационный номер

78/110-1821

Город

Санкт-Петербург

Дата выдачи

15 апреля 2024 года

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Фролова  
Елена Анатольевна**

прошел(а) повышение квалификации в (на)

отделении дополнительного профессионального образования  
Общества с ограниченной ответственностью  
«Центр непрерывного образования и инноваций»  
в период с 01 апреля 2024 года по 15 апреля 2024 года

по дополнительной профессиональной программе

«Инструктор по физической культуре: использование  
элементов детского фитнеса на занятиях»

в объёме 72 часа



Руководитель

*[Signature]*  
В.В.Завражин

Секретарь

*[Signature]*  
А.С.Романюк



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Краснодарский институт повышения квалификации  
и профессиональной переподготовки»

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

**232418902696**

*Документ о квалификации*

Регистрационный номер

16-38/2106-23

Город

Краснодар

Дата выдачи

21 июня 2023 года

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Фролова  
Елена Анатольевна

в период с 05.06.2023г. по 21.06.2023г.

прошел(а) повышение квалификации в (на)

АНО ДПО «Краснодарский институт повышения  
квалификации и профессиональной переподготовки»

по дополнительной профессиональной программе

Внедрение ФОП дошкольного образования в  
образовательную практику дошкольной образовательной  
организации

в объёме

72 часа



Руководитель

Секретарь

Чуба А.Н.

Максимова С.М.



Департамент образования администрации  
муниципального образования город Краснодар



# Благодарственное письмо

Инструктору по физической культуре  
МБДОУ МО г. Краснодар  
«Детский сад № 168»  
Е.А.Фроловой

**УВАЖАЕМАЯ**

**Елена Анатольевна**

Департамент образования администрации муниципального образования город Краснодар в связи с празднованием Дня воспитателя и всех дошкольных работников выражает Вам благодарность за добросовестный труд, значительный вклад в развитие системы дошкольного образования города Краснодара.

Хочется особенно отметить Ваш профессионализм и ответственное отношение к делу.

Желаем Вам успехов и благополучия!

Директор департамента

А.С.Некрасов

Краснодар, 2019

Департамент образования администрации  
муниципального образования город Краснодар



*Почетная Грамота*  
награждается

**Фролова**  
**Елена Анатольевна**

*инструктор по физической культуре муниципального бюджетного  
дошкольного образовательного учреждения муниципального образования  
город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 168»*

*за добросовестный труд, профессиональное мастерство,  
значительный вклад в развитие системы  
дошкольного образования города Краснодара  
и в связи с празднованием Дня воспитателя  
и всех дошкольных работников.*

*Директор департамента*

*А.С.Некрасов*

*Приказ от 23 сентября 2020 № 1310  
г.Краснодар*

