УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
05.06.2026 Аниськова О. Е

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ *к зачету*
по учебной дисциплине«Фитнес для детей дошкольного возраста»
для студентов 3 курса дневной формы получения образования специальности 6-05-1012-01 «Физическая культура»,
профизилации "Физическая культура дошкольников"
на 2026/2027 учебный год
Форма проведения: устная

1. Современные фитнес-технологии для детей дошкольного возраста.
2. Тенденции и перспективы развития современных технологий оздоровительной физической культуры в Республике Беларусь.
3. Классификация средств детского фитнеса для детей дошкольного возраста.
4. Характеристика основных видов детского фитнеса.
5. Характеристика гимнастических упражнений, используемых на занятиях по фитнесу.
6. Подбор гимнастических упражнений для занятий по фитнесу с учетом возрастных особенностей занимающихся.
7. Классификация спортивного оборудования и тренажеров для занятий по фитнесу с детьми дошкольного возраста.
8. Материально-техническое обеспечение необходимое для занятий по фитнесу в учреждениях дошкольного образования.
9. Требования к подбору спортивного оборудования и тренажеров для занятий по фитнесу с детьми дошкольного возраста.
10. Факторы, обусловливающие эффективное планирование занятий по фитнесу в учреждениях дошкольного образования.
11. Принципы разработки тематического плана работы по программе «Детский фитнес».
12. Технология разработки плана-конспекта физкультурного занятия по фитнесу.
13. Цель проведения занятий по фитнесу с детьми дошкольного возраста в учреждениях дошкольного образования и в кружках на дополнительных занятиях.
14. Характеристика образовательных, оздоровительных и воспитательных задач занятий по фитнесу.
15. Взаимосвязь умственного, нравственного, эстетического и физического воспитания на занятиях по фитнесу с детьми дошкольного возраста.
16. Задачи и содержание подготовительной части занятия, использование специальных танцевально-ритмических, дыхательных упражнений.

17. Задачи и содержание основной части занятия, особенности проведения упражнений игрового стретчинга, ритмопластики, степ-аэробики и др.

18. Задачи и содержание заключительной части занятия, особенности проведения упражнений на восстановление, растяжку, расслабление, рефлексии.

19. Характеристика специфических принципов физического воспитания детей дошкольного возраста.

20. Характеристика методов развития физических качеств на занятиях по фитнесу.

21. Особенности применения методов наглядного и словесного воздействия, проблемного обучения, творческих заданий.

22. Характеристика основных направлений детского фитнеса.

23. Организация и проведение физкультурных занятий степ-аэробикой с детьми старшего дошкольного возраста в физкультурном зале.

24. Педагогические условия реализации задач на занятиях степ-аэробикой.

25. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям на степ-платформе.

26. Правила безопасности при правоведении занятий на степ-платформе.

27. Дозирование физической нагрузки на занятиях степ-аэробикой с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.

28. Организация и проведение физкультурных занятий фитбол-гимнастикой с детьми дошкольного возраста в физкультурном зале.

29. Виды мячей для проведения занятий фитбол-гимнастикой.

30. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям с использованием медицинского мяча – фитбола.

31. Теория и практика использования фитбольных мячей на физкультурных занятиях в учреждении дошкольного образования.

32. Приемы регулирования эмоциональной и физической нагрузки при проведении физкультурных занятий по фитнесу с детьми дошкольного возраста.

33. Дозирование физической нагрузки на занятиях фитбол-гимнастикой с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.

34. Правила безопасности при правоведении занятий на фитболах с детьми дошкольного возраста.

35. Подбор музыкального сопровождения в соответствии с тематикой занятий по фитнесу и применением различного оборудования и инвентаря.

36. Приемы регулирования эмоциональной и физической нагрузки при проведении физкультурных занятий по фитнесу с детьми дошкольного возраста.

37. Характеристика игрового направления детского фитнеса.

38. Характеристика танцевального направления детского фитнеса.

39. Принципы организации образовательной деятельности по детскому фитнесу.

40. Методы организации образовательной деятельности по детскому фитнесу.

41. Структура и содержание занятий по фитнесу с детьми дошкольного возраста.

42. Планирование и учет занятий по фитнесу в учреждениях дошкольного образования.

43. Спортивное оборудование и тренажеры для занятий по фитнесу с детьми дошкольного возраста.

44. Программно-методическое обеспечение детского фитнеса в учреждениях дошкольного образования.

45. Методика проведения занятий фитнесом с детьми дошкольного возраста.

46. Личностно-ориентированный подход на занятиях по фитнесу с детьми дошкольного возраста.

Рассмотрены на заседании кафедры ЛФК и ФКД протокол № 13 от 05.06.02026 г