

ЛИСТ  
согласования рабочей учебной программы по дисциплине  
МДК.01.03 Практикум по совершенствованию двигательных умений и  
навыков

Специальность среднего профессионального образования:  
44.02.01 Дошкольное образование

СОГЛАСОВАНО:

Нач. УМО филиала



А.С. Демченко  
«20» мая 2022 г.

Заведующая библиотекой филиала



М.В. Фуфалько  
«20» мая 2022 г.

Нач. ИВЦ (программно-  
информационное обеспечение  
образовательной программы)



В.А. Ткаченко  
«20» мая 2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....   | 5  |
| 1.1. Область применения программы .....   | 5  |
| 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: .....   | 5  |
| 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины: 5   |    |
| 1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Перечень формируемых компетенций) .....   | 7  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....  | 11 |
| 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....   | 11 |
| 2.2. Структура дисциплины: .....  | 11 |
| 2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины .....  | 12 |
| Составить таблицу усложнений основных видов движений, строевых, общеразвивающих по разным возрастным группам .....  | 13 |
| 2.4. Содержание разделов дисциплины .....   | 14 |
| 2.4.1. Занятия лекционного типа .....   | 14 |
| 2.4.2. Занятия семинарского типа .....  | 15 |
| 2.4.3. Практические занятия .....   | 15 |
| 2.4.4. Содержание самостоятельной работы (Примерная тематика рефератов) .....   | 16 |
| 2.4.5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине .....   | 18 |
| 3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ .....   | 21 |
| 3.1. Образовательные технологии при проведении лекций .....   | 21 |
| 3.2. Образовательные технологии при проведении практических занятий .....   | 22 |
| 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ .....  | 24 |
| 4.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков» ..... | 24 |
| 4.2. Перечень необходимого программного обеспечения .....   | 24 |
| 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....   | 25 |
| 5.1. Основная литература .....  | 25 |
| 5.2. Дополнительная литература .....  | 25 |
| 5.3. Периодические издания .....  | 26 |
| 5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины .....  | 26 |
| 6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ .....  | 28 |
| ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ .....  | 28 |
| 7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ .....   | 31 |
| 7.1. Паспорт фонда оценочных средств .....  | 31 |
| 7.2. Критерии оценки знаний .....   | 32 |
| 7.3. Оценочные средств для проведения текущей аттестации .....  | 32 |
| 7.4. Оценочные средств для проведения промежуточной аттестации .....  | 34 |
| 7.4.1. Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации .....  | 35 |
| 4 семестр - дифференцированный зачёт .....  | 35 |
| 8. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....  | 41 |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины МДК.01.03 Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование

## 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Дисциплина входит в профессиональный цикл ПМ.01 Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребёнка и его физического развития. Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и навыки, сформированные на дисциплинах. Для освоения дисциплины «Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин: «Анатомия и возрастная и физиология», «Основы педиатрии и гигиены», «Безопасность жизнедеятельности», «Теории обучения и воспитания», «Психология дошкольного возраста» и др.

## 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен **иметь практический опыт:**

- планирование режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников;
- организации и проведения режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепление здоровья;
- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей;
- организации и проведения наблюдений за изменениями в самочувствии детей во время их пребывания в образовательной организации;
- взаимодействия с медицинским персоналом образовательной организации по вопросам здоровья детей;
- диагностики результатов физического воспитания и развития;
- наблюдения и анализа мероприятий по физическому воспитанию;
- разработки предложений по коррекции процесса физического воспитания;

### **уметь:**

- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;
- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;

- организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации, определять способы введения ребенка в условия образовательной организации;

- создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна в соответствии с возрастом;

- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;

- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;

- использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса;

- показывать детям физические упражнения, ритмические движения под музыку;

- определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательной организации;

- определять способы педагогической поддержки воспитанников;

- анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), мероприятий двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) в условиях образовательной организации;

**знать:**

- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;

- особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);

- теоретические основы режима дня;

- методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;

- теоретические основы двигательной активности;

- основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;

- методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;

- особенности детского травматизма и его профилактику;

- требования к организации безопасной среды в условиях дошкольного образовательной организации;

- требования к хранению спортивного инвентаря и оборудования, методику их использования;

- наиболее распространенные детские болезни и их профилактику;

- особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии;

- основы педагогического контроля состояния физического здоровья и психического благополучия детей;

- особенности адаптации детского организма к условиям образовательной организации;
- теоретические основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию;
- методику проведения диагностики физического развития детей.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 260 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 172 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 88 часа.

#### **1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Перечень формируемых компетенций)**

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за образовательного процесса.

ПК 1.3 Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.

ПК 5.1 Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.

ПК 5.3 Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 5.4 Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений.

| № п.п. | Индекс компетенции | Содержание компетенции (или её части)  | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны  |  |  |
|--------|--------------------|--|--|--|--|
|        |                    |  | знать  | уметь  | иметь практический опыт  |
| 1.     | ОК 7               | Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за образовательного процесса. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;</li> <li>- методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;</li> <li>- особенности детского травматизма и его профилактики;</li> <li>- требования к организации</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;</li> <li>- определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательной</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей.</li> </ul> |

|    |        |  |  |  |  |
|----|--------|--|--|--|--|
|    |        |  | безопасной среды в условиях дошкольной образовательной организации.  | организации;<br>- определять способы педагогической поддержки воспитанников.   |  |
| 2. | ПК 1.3 | Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;</li> <li>- особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);</li> <li>- теоретические основы режима дня;</li> <li>- методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;</li> <li>- наиболее распространенные детские болезни и их профилактику;</li> <li>- особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации,</li> <li>- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;</li> <li>- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;</li> <li>- использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирование режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников;</li> <li>- организации и проведения режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепление здоровья;</li> <li>- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей.</li> </ul> |
| 3. | ПК5.1  | Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;</li> <li>- теоретические</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- диагностики результатов физического воспитания и развития;</li> <li>- разработки предложений по коррекции процесса физического воспитания.</li> </ul>   |

|    |        |   |  |   |   |
|----|--------|---|--|---|---|
|    |        |   | основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию.  |   |   |
| 4. | ПК 5.3 | Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;</li> <li>- теоретические основы двигательной активности;</li> <li>- основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;</li> <li>- методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;</li> <li>- особенности адаптации детского организма к условиям образовательной организации;</li> <li>- теоретические основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию;</li> <li>- методику проведения диагностики физического развития детей.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;</li> <li>- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;</li> <li>- организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации, определять способы введения ребенка в условия образовательной организации;</li> <li>- анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), мероприятий двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) в условиях образовательной организации.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>диагностики результатов физического воспитания и развития;</li> <li>наблюдения и анализа мероприятий по физическому воспитанию;</li> <li>разработки предложений по коррекции процесса физического воспитания.</li> </ul> |
| 5. | ПК 5.4 | Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание,</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-определять способы контроля за состоянием здоровья,</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>диагностики результатов физического воспитания и развития;</li> </ul>  |

|  |  |  |   |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
|  |  |  | <p>питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);</p> <p>- основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;</p> <p>- теоретические основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию;</p> <p>- методику проведения диагностики физического развития детей.</p> | <p>изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательной организации;</p> <p>- анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), мероприятий двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) в условиях образовательной организации.</p> | <p>наблюдения и анализа мероприятий по физическому воспитанию;</p> <p>разработки предложений по коррекции процесса физического воспитания.</p> |
|--|--|--|---|--|--|



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы  | Всего часов | Семестры<br>4 семестр |
|---|-------------|-----------------------|
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>   | 172         | 172                   |
| В том числе:  |             |                       |
| занятия лекционного типа  | 42          | 42                    |
| практические занятия  | 130         | 130                   |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>   | 88          | 88                    |
| в том числе:  |             |                       |
| Курсовая работа   |             |                       |
| Реферат   | 30          | 30                    |
| Самостоятельная внеаудиторная работа в виде домашних практических заданий, индивидуальных заданий, самостоятельного подбора и изучения дополнительного теоретического материала и др. | 40          | 40                    |
| Консультации  | 18          | 18                    |
| Вид промежуточной аттестации  | диф.зачёт   | диф.зачёт             |
| Вид итоговой аттестации (экзамен)   |             |                       |
| Общая трудоемкость  | 260         | 260                   |

### 2.2. Структура дисциплины:

| Наименование разделов и тем  | Всего      | Количество аудиторных часов |                                     | Самостоятельная работа студента (час) |
|--|------------|-----------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
|  |            | Теоретическое обучение      | Практические и лабораторные занятия |                                       |
| Раздел 1. Общие вопросы теории физического воспитания и развития ребёнка.      | 50         | 22                          | 10                                  | 18                                    |
| Раздел 2. Теоретико-практические основы развития физических качеств.           | 52         | 18                          | 16                                  | 18                                    |
| Раздел 3. Двигательные умения, навыки.   | 50         | 24                          | 6                                   | 20                                    |
| Раздел 4. Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста. | 58         | 36                          | 6                                   | 16                                    |
| Раздел 5. Подвижные игры и элементы спортивных игр.                            | 50         | 30                          | 4                                   | 16                                    |
| Курсовая работа (при наличии)  |            |                             |                                     |                                       |
| <b>Всего по дисциплине</b>   | <b>260</b> | <b>130</b>                  | <b>42</b>                           | <b>88</b>                             |

### 2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся.   | Объем часов   | Уровень освоения |     |
|--|---|---|------------------|-----|
| 1  | 2   | 3   |                  |     |
| <b>4 семестр</b>   |   |   |                  |     |
| <b>Тема 1.1. Общие вопросы теории физического воспитания и развития ребёнка.</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>50</b>   |                  |     |
|  | <b>Лекции</b>   | <b>10</b>   |                  |     |
|  | 1   | Задачи и средства физического воспитания дошкольников. Характеристика движений. Классификация физических упражнений.  | 2                | 1-2 |
|  | 2   | Методы обучения физическим упражнениям. Словесные методы и приёмы. Практические методы и приемы обучения.   | 2                | 1-2 |
|  | 3   | Здоровье сберегающие технологии в ДОУ.  | 2                | 1-2 |
|  | 4   | Современные направления и инновационные системы образования и развития дошкольника.   | 4                | 1-2 |
|  | <b>Практические (лабораторные) занятия</b>  |   | <b>22</b>        |     |
|  | 1   | Объективная обусловленность цели и задач общественными и возрастными особенностями. Зависимость задач от объективных и субъективных возможностей в конкретных социальных условиях.  | 4                | 1-2 |
|  | 2   | Роль двигательной активности в жизни человека. Характеристика средств физического воспитания.   | 6                | 1-2 |
|  | 3   | Развитие теории «Инновация» в практике физического дошкольного воспитания детей. Методика использования средств физической культуры с оздоровительной, воспитательной, образовательной направленностью: физические упражнения, массаж, закаливание (Л. Д. Глазырина). | 6                | 1-2 |
|  | 4   | Использование нетрадиционных методов обучения и воспитания детей дошкольного возраста.  | 6                | 1-2 |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |   | <b>18</b>        |     |
|  | 1. Подготовка реферата по теме.<br>2. Изучить и конспектировать современные программы по разделу физическая культура.<br>3. Составление собственной программы по разделу «физическая культура». |   | 14               |     |
|  | Консультация  |   | 4                |     |
|  | <b>Тема 1.2. Теоретико-практические основы развития физических качеств.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>52</b>        |     |
| <b>Лекции</b>  |   | <b>16</b>   |                  |     |
| 1  |   | Определения понятия физических (двигательных) качеств. Средства и методы развития физических качеств. <b>Выносливость</b> : определение понятия, формы проявления, виды и возрастные периоды развития.  | 4                | 1-2 |
| 2  |   | <b>Сила</b> : определение понятия, формы проявления. <b>Быстрота</b> : определение понятия, формы и разновидности проявления быстроты.  | 4                | 1-2 |
| 3  |   | <b>Ловкость</b> (координационные способности): определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. <b>Гибкость (подвижность в суставах)</b> : определение понятия, формы проявления гибкости и факторы, влияющие на ее проявление.   | 4                | 1-2 |
| 4  |   | Диагностика выявления уровня развития физических качеств у детей. Контрольные упражнения и тестовые задания для определения уровня развития физических качеств.   | 4                | 1-2 |
| <b>Практические (лабораторные) занятия</b>                                       |   | <b>18</b>   |                  |     |
| 1  |   | Общие требования к выбору методов. Практические методы обучения, их значение.   | 6                | 1   |
| 2  |   | Специфические методы физического воспитания. Игровой и соревновательной методы.   | 6                | 1   |
| 3  |   | Контрольные упражнения и тестовые задания для определения уровня развития физических качеств у детей дошкольного возраста.  | 6                | 1   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>  |   | <b>18</b>   |                  |     |

|   |   |  |           |     |
|---|---|--|-----------|-----|
|   | 1. Подготовить рисунок-схему целостного, систематизированного изображения методов физического воспитания.<br>2. Подготовить тезисы для выступления.<br>3. Подготовка реферата по теме.  | 14   |           |     |
|   | Консультация  | 4  |           |     |
| <b>Тема 1.3. Двигательные умения, навыки.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>50</b>  |           |     |
|   | <b>Лекции</b>   | <b>6</b>   |           |     |
|   | 1   | Формирование двигательных навыков. Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения.   | 2         | 2   |
|   | 2   | Формирование двигательных умений.  | 2         | 2   |
|   | 3   | Особенности развития моторики ребенка от 0 до 7 лет.   | 2         | 2   |
|   | <b>Практические (лабораторные) занятия</b>  |  | <b>24</b> |     |
|   | 1   | Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения: роль сознания и эмоций при обучении движениям; влияние музыки на совершенствование двигательных навыков. | 6         | 2   |
|   | 2   | Особенности проведения пальчиковой гимнастики различных возрастных групп.  | 6         | 2   |
|   | 3   | Особенности проведения гимнастики стретчинг в режиме дня. Упражнения для коррекции осанки.   | 6         | 1-2 |
|   | 4   | Упражнения для профилактики плоскостопия. Гимнастика для глаз.   | 6         | 1-2 |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |  | <b>20</b> |     |
|   | 1. Составление краткого конспекта по теме.<br>2. Подготовка реферата по теме.<br>3. Подготовить 10 пальчиковых игр для разных групп.<br>4. Подготовить и записать по 10 упражнений направленных на профилактику плоскостопия. Упражнения на формирования правильной осанки. |  | 16        |     |
| Консультация  |   | 4  |           |     |
| <b>Тема 1.4. Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста.</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>58</b>  |           |     |
|   | <b>Лекции</b>   | <b>6</b>   |           |     |
|   | 1   | Гимнастика в системе физического воспитания. Виды гимнастики и характеристика их как специфических средств разностороннего педагогического воздействия на детей.                         | 2         | 1   |
|   | 2   | Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Классификация ОРУ. Методика обучения строевым упражнениям. Анализ программ по разделу «гимнастика».  | 4         | 1-2 |
|   | <b>Практические (лабораторные) занятия</b>  |  | <b>36</b> |     |
|   | 1   | Составить таблицу усложнений основных видов движений, строевых, общеразвивающих по разным возрастным группам.  | 6         | 2-3 |
|   | 2   | Обучение общеразвивающие упражнения (ОРУ). Обучения строевым упражнениям.  | 6         | 2   |
|   | 3   | Значение основных движений. Циклические и ациклические движения. Методика обучения ходьбе. Методика обучению бегу, обследование уровня навыка бега.                                      | 6         | 2   |
|   | 4   | Специфика обучению детей метанию и определение сформированности навыков метания.   | 6         | 2   |
|   | 5   | Методика обучения детей прыжкам и обследование навыков прыжка.   | 6         | 2   |
|   | 6   | Методика обучения лазанию, перелазанию.  | 6         | 2   |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |  | <b>16</b> |     |
|   | 1. Составление комплексов упражнений в парах, в движении.<br>2. Составить развернутые тезисы по указанным вопросам плана.<br>3. Прочитать дополнительную литературу, сделать краткие выписки.<br>4. Выписать виды построений и перестроений в старшем возрасте.             |  | 14        |     |
|   | Консультация  |  | 2         |     |
|   | <b>Тема 1.5.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>58</b> |     |
| <b>Лекции</b>   |   | <b>4</b>   |           |     |

|   |   |  |            |     |
|---|---|--|------------|-----|
| Подвижные игры и элементы спортивных игр. | 1   | Виды подвижных игр, их сравнительная характеристика. Создание теории и методики подвижной игры (П. Ф. Лесгафт, В. В. Гориневский, Е. И. Аркин и др.) Место элементов спортивных игр в занятиях физической культурой детей старшего дошкольного возраста. | 2          | 2   |
|   | 2   | Содержание и методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах, их специфика. Специфика педагогических требований и методика проведения игр с элементами спорта. Содержание и методика обучения элементам спортивных игр.                    | 2          | 2   |
|   | <b>Практические (лабораторные) занятия</b>  |  | <b>30</b>  |     |
|   | 1   | Классификация подвижных игр. Методика проведения подвижных игр в разных группах.   | 6          | 1-2 |
|   | 2   | Подвижные игры рекомендуемые “Программой воспитания и обучения в детском саду”, альтернативными и региональными программами.   | 6          | 2   |
|   | 3   | Воспитание навыков самоорганизации детей в подвижных играх. Русские народные подвижные игры.   | 6          | 2   |
|   | 4   | Построение, организация и методика проведения занятий с элементами спортивных игр.   | 6          | 2   |
|   | 5   | Планирование спортивных игр и упражнений на прогулке.  | 6          | 2   |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |  | <b>16</b>  |     |
|   | 1. Подготовка реферата по теме<br>2. Построить таблицу классификации подвижных игр.<br>3. Составить конспект подвижной игры с вариантами усложнения. Анализ конспектов по подвижной игре. Анализ программ по разделу «Подвижная игра».<br>4. Подготовить план-конспект спортивной игры для детей старшего дошкольного возраста. |  | 12         |     |
| Консультация                              |   | 4  |            |     |
| <b>Всего</b>                              |   |  | <b>260</b> |     |

*Уровень освоения: 1 - легкий, 2 - относительно легкий, 3 — сложный.*

## 2.4. Содержание разделов дисциплины

### 2.4.1. Занятия лекционного типа

| № раздела        | Наименование раздела  | Содержание раздела   | Форма текущего контроля |
|------------------|---|--|-------------------------|
| 1                | 2   | 3  | 4                       |
| <i>4 семестр</i> |   |  |                         |
| 1                | Общие вопросы теории физического воспитания и развития ребёнка. | Задачи и средства физического воспитания дошкольников. Характеристика движений. Классификация физических упражнений. Современные направления и инновационные системы образования и развития дошкольника. Методы обучения физическим упражнениям. Словесные методы и приёмы. Практические методы и приемы обучения. Здоровье сберегающие технологии в ДОУ.  | Р, У, Т                 |
| 2                | Теоретико-практические основы развития физических качеств.      | Определения понятия физических (двигательных) качеств. Средства и методы развития физических качеств. <b>Выносливость:</b> определение понятия, формы проявления, виды и возрастные периоды развития выносливости. <b>Сила:</b> определение понятия, формы проявления. <b>Быстрота:</b> определение понятия, формы и разновидности проявления быстроты. <b>Ловкость</b> (координационные способности): определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. <b>Гибкость (подвижность в суставах):</b> определение понятия, формы проявления гибкости и факторы, влияющие на ее проявление. Диагностика выявления | Р, У, Т                 |

| № раздела | Наименование раздела   | Содержание раздела   | Форма текущего контроля |
|-----------|--|--|-------------------------|
| 1         | 2  | 3  | 4                       |
|           |  | уровня развития физических качеств у детей. Контрольные упражнения и тестовые задания для определения уровня развития физических качеств.  |                         |
| 3         | Двигательные умения, навыки.   | Формирование двигательных навыков. Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения. Формирование двигательных умений. Особенности развития моторики ребенка от 0 до 7 лет.  | Р, У, КР,Т              |
| 4         | Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста. | Гимнастика в системе физического воспитания. Виды гимнастики и характеристика их как специфических средств разностороннего педагогического воздействия на детей. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Классификация ОРУ. Методика обучения строевым упражнениям. Анализ программ по разделу «гимнастика».   | КР, У                   |
| 5         | Подвижные игры и элементы спортивных игр.                            | Виды подвижных игр, их сравнительная характеристика. Создание теории и методики подвижной игры (П. Ф. Лесгафт, В. В. Гориневский, Е. И. Аркин и др.) Место элементов спортивных игр в занятиях физической культурой детей старшего дошкольного возраста. Содержание и методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах, их специфика. Специфика педагогических требований и методика проведения игр с элементами спорта. Содержание и методика обучения элементам спортивных игр. | У, Р                    |

#### 2.4.2. Занятия семинарского типа не предусмотрены

#### 2.4.3. Практические занятия

| №                | Наименование раздела  | Наименование практических (лабораторных) работ  | Форма текущего контроля |
|------------------|---|---|-------------------------|
| <i>4 семестр</i> |   |   |                         |
| 1                | 2   | 3   | 4                       |
| 1.               | Общие вопросы теории физического воспитания и развития ребёнка. | <p>Объективная обусловленность цели и задач общественными и возрастными особенностями. Зависимость задач от объективных и субъективных возможностей в конкретных социальных условиях.</p> <p>Роль двигательной активности в жизни человека. Характеристика средств физического воспитания.</p> <p>Развитие теории «Инновация» в практике физического дошкольного воспитания детей. Методика использования средств физической культуры с оздоровительной, воспитательной, образовательной направленностью: физические упражнения, массаж, закаливание (Л. Д. Глазырина).</p> <p>Использование нетрадиционных методов обучения и воспитания детей дошкольного возраста.</p> | ПР,У,Т                  |
| 2.               | Теоретико-практические основы развития физических качеств.      | <p>Общие требования к выбору методов. Практические методы обучения, их значение.</p> <p>Специфические методы физического воспитания. Игровой и соревновательной методы.</p>   | ПР,У                    |

|    |   |  |      |
|----|---|--|------|
|    |   | Контрольные упражнения и тестовые задания для определения уровня развития физических качеств у детей дошкольного возраста.   |      |
| 3. | Двигательные умения, навыки   | Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения: роль сознания и эмоций при обучении движениям; влияние музыки на совершенствование двигательных навыков.<br>Особенности проведения пальчиковой гимнастики различных возрастных групп.<br>Особенности проведения гимнастики стретчинг в режиме дня. Упражнения для коррекции осанки.<br>Упражнения для профилактики плоскостопия. Гимнастика для глаз.  | ПР,Т |
| 4. | Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста | Составить таблицу усложнений основных видов движений, строевых, общеразвивающих по разным возрастным группам.<br>Обучение общеразвивающие упражнения (ОРУ). Обучения строевым упражнениям.<br>Значение основных движений. Циклические и ациклические движения. Методика обучения ходьбе. Методика обучению бегу, обследование уровня навыка бега.<br>Специфика обучению детей метанию и определение сформированности навыков метания.<br>Методика обучения детей прыжкам и обследование навыков прыжка.<br>Методика обучения лазанию, перелазанию. | ПР,У |
| 5. | Подвижные игры и элементы спортивных игр                            | Классификация подвижных игр. Методика проведения подвижных игр в разных группах.<br>Подвижные игры рекомендуемые “Программой воспитания и обучения в детском саду”, альтернативными и региональными программами.<br>Воспитание навыков самоорганизации детей в подвижных играх. Русские народные подвижные игры.<br>Построение, организация и методика проведения занятий с элементами спортивных игр.<br>Планирование спортивных игр и упражнений на прогулке.  | ПР,У |

#### 2.4.4. Содержание самостоятельной работы (Примерная тематика рефератов)

##### 4 семестр

1. Физическое упражнение - основное специфическое средство физического воспитания.
2. Физические упражнения, их, классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на организм занимающихся.
3. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники, фазы движения).
4. Пространственные и пространственно-временные характеристики движений, их педагогическое значение.
5. Ритм как комплексная характеристика техники движений, его педагогическое значение.
6. Неспецифические средства физической культуры, их характеристика.
7. Принципы обучения в физическом воспитании.

8. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков.
9. Перенос двигательных навыков (понятие, виды переноса).
10. Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям.
11. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и устранения ошибок.
12. Общая характеристика двигательных способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация, закономерности развития).
13. Основы развития физических качеств и методика их обследования.
14. Игра в физическом воспитании, её разновидности и характеристика.
15. Гимнастика в системе физического воспитания, её разновидности и характеристика.
16. Туризм в физическом воспитании в разные возрастные периоды и его особенности.
17. Методы и приёмы обучения движениям, их характеристика и классификация.
18. Развитие силовых способностей (понятие; формы проявления; факторы, их специфика).
19. Воспитание скоростных способностей, их характеристика и виды.
20. Воспитание ловкости как двигательного качества и методика её развития.
21. Выносливость как физическое качество и методика её развития.
22. Развитие гибкости и пути воздействия на некоторые свойства телосложения.
23. Характеристика осанки и методика её коррекции.
24. Формирование специальных знаний как компонента физического образования детей, основные требования к методике формирования знаний.
25. Методика обучения строевым упражнениям с учетом возрастных особенностей детей.
26. Специфика обучения детей метанию и определение сформированности навыков метания.
27. Методика обучения детей бегу и обследование уровня навыков бега.
28. Методика обучения детей прыжкам и обследование навыков прыжка.
29. Методика проведения подвижных игр в разные периоды жизни детей.
30. Содержание и методика обучения детей элементам игры в баскетбол.
31. Общая характеристика спортивных упражнений, их значение и виды. Формы проведения спортивных упражнений с детьми (на примере одного вида).
32. Врачебно-педагогический контроль в процессе проведения занятий по физической культуре.
33. Методика проведения физкультурных занятий в разных возрастных группах.
34. Виды планирования и учёта работы по физической культуре, их характеристика.
35. Современные программы по физическому воспитанию детей, их характеристика.

## 2.4.5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является важнейшей формой учебно-познавательного процесса.

Основная цель самостоятельной работы студента при изучении дисциплины – закрепить теоретические знания, полученные в ход лекционных занятий, а также сформировать практические навыки подготовки в области базовых и новых физкультурно-спортивных видов деятельности с методикой оздоровительной тренировки.

Самостоятельная работа студента в процессе освоения дисциплины включает:

- изучение основной и дополнительной литературы по курсу;
- самостоятельное изучение некоторых вопросов (конспектирование);
- работу с электронными учебными ресурсами;
- изучение материалов периодической печати, интернет ресурсов;
- подготовку к тестированию;
- подготовку к практическим (лабораторным) занятиям,
- самостоятельное выполнение домашних заданий,
- подготовку реферата (доклада, эссе) по одной из проблем курса.

**На самостоятельную работу студентов отводится 88 часов учебного времени.**

| № | Наименование раздела, темы, вида СРС                            | Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы   |
|---|---|---|
| 1 | 2   | 3   |
| 1 | Общие вопросы теории физического воспитания и развития ребёнка. | <p>Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания дошкольников : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09380-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/427722">http://www.biblio-online.ru/bcode/427722</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> <p>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> <p>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> |
| 2 | Теоретико-практические  | Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания:  |



|   |  |   |
|---|--|---|
|   | основы развития физических качеств.                                  | <p>оздоровительные технологии физического воспитания дошкольников : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09380-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/427722">http://www.biblio-online.ru/bcode/427722</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> <p>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> <p>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p>  |
| 3 | Двигательные умения, навыки.   | <p>Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания дошкольников : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09380-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/427722">http://www.biblio-online.ru/bcode/427722</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> <p>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> <p>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> |
| 4 | Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста. | <p>Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания дошкольников : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09380-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/427722">http://www.biblio-online.ru/bcode/427722</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p> <p>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).</p>  |

|   |   |  |
|---|---|--|
|   |   | 09.09.2020).<br>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).  |
| 5 | Подвижные игры и элементы спортивных игр. | Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания дошкольников : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09380-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/427722">http://www.biblio-online.ru/bcode/427722</a> (дата обращения: 09.09.2020).<br>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020).<br>Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/424124">http://www.biblio-online.ru/bcode/424124</a> (дата обращения: 09.09.2020). |

Кроме перечисленных источников студент может воспользоваться поисковыми системами сети Интернет по теме самостоятельной работы.

Для освоения данной дисциплины и выполнения предусмотренных учебной программой курса заданий по самостоятельной работе студент может использовать следующее учебно-методическое обеспечение:

-методические рекомендации преподавателя к практическим (лабораторным) занятиям;

-методические рекомендации преподавателя к выполнению самостоятельных домашних заданий.

Началом организации любой самостоятельной работы должно быть привитие навыков и умений грамотной работы с учебной и научной литературой. Этот процесс, в первую очередь, связан с нахождением необходимой для успешного овладения учебным материалом литературой. Студент должен уметь пользоваться фондами библиотек и справочно-библиографическими изданиями.

Студенты для полноценного освоения учебного курса должны составлять конспекты как при прослушивании его теоретической (лекционной) части, так и при подготовке к практическим (лабораторным) занятиям. Желательно, чтобы конспекты лекций записывались в логической последовательности изучения курса и содержались в одной тетради.

### 3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Для реализации компетентного подхода предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

В процессе преподавания применяются образовательные технологии развития критического мышления. Обязательны компьютерные лабораторные практикумы по разделам дисциплины.

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются компьютерное тестирование, тематические презентации, интерактивные технологии.

#### 3.1. Образовательные технологии при проведении лекций

(Обучение: лично – деятельностное обучение, проективное обучение, игровое обучение, концентрированное обучение, дифференцированное обучение, развивающее обучение, активное обучение, контекстное обучение, проблемное обучение, здоровье-сберегающее обучение и др.)

| №  | Тема   | Виды применяемых образовательных технологий                                  | Кол. час |
|----|--|--|----------|
| 1. | Задачи и средства физического воспитания дошкольников. Характеристика движений. Классификация физических упражнений.   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение     | 2        |
| 2  | Методы обучения физическим упражнениям. Словесные методы и приёмы. Практические методы и приемы обучения.  | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги | 2        |
| 3  | Здоровье сберегающие технологии в ДОУ.   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций                           | 2        |
| 4  | Современные направления и инновационные системы образования и развития дошкольника   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций                           | 4        |
| 5  | Определения понятия физических (двигательных) качеств. Средства и методы развития физических качеств. <b>Выносливость:</b> определение понятия, формы проявления, виды и возрастные периоды развития выносливости.   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение     | 4        |
| 6  | <b>Сила:</b> определение понятия, формы проявления. <b>Быстрота:</b> определение понятия, формы и разновидности проявления быстроты.   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение *   | 4        |
| 7  | <b>Ловкость</b> (координационные способности): определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. <b>Гибкость (подвижность в суставах):</b> определение понятия, формы проявления гибкости и факторы, влияющие на ее проявление. | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение     | 4        |
| 8  | Диагностика выявления уровня развития физических качеств у детей. Контрольные упражнения и тестовые задания для определения уровня развития физических качеств.  | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций                           | 4        |
| 9  | Формирование двигательных навыков. Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения.   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций                           | 2        |

|    |  |  |   |
|----|--|--|---|
| 10 | Формирование двигательных умений.  | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций                             | 2 |
| 11 | Особенности развития моторики ребенка от 0 до 7 лет.   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги   | 2 |
| 12 | Гимнастика в системе физического воспитания. Виды гимнастики и характеристика их как специфических средств разностороннего педагогического воздействия на детей.   | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги * | 2 |
| 13 | Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Классификация ОРУ. Методика обучения строевым упражнениям. Анализ программ по разделу «гимнастика».  | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение       | 4 |
| 14 | Виды подвижных игр, их сравнительная характеристика. Создание теории и методики подвижной игры (П. Ф. Лесгафт, В. В. Гориневский, Е. И. Аркин и др.) Место элементов спортивных игр в занятиях физической культурой детей старшего дошкольного возраста. | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги   | 2 |
| 15 | Содержание и методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах, их специфика. Специфика педагогических требований и методика проведения игр с элементами спорта. Содержание и методика обучения элементам спортивных игр.                    | Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение       | 2 |

### 3.2. Образовательные технологии при проведении практических занятий

#### 4 семестр

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | Объективная обусловленность цели и задач общественными и возрастными особенностями. Зависимость задач от объективных и субъективных возможностей в конкретных социальных условиях.  | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением.  | 4 |
| 2 | Роль двигательной активности в жизни человека. Характеристика средств физического воспитания.   | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Составление конспекта занятия по заданию преподавателя.        | 6 |
| 3 | Развитие теории «Инновация» в практике физического дошкольного воспитания детей. Методика использования средств физической культуры с оздоровительной, воспитательной, образовательной направленностью: физические упражнения, массаж, закаливание (Л. Д. Глазырина). | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Составление конспекта занятия по заданию преподавателя.        | 6 |
| 4 | Использование нетрадиционных методов обучения и воспитания детей дошкольного возраста.  | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением.  | 6 |
| 5 | Общие требования к выбору методов. Практические методы обучения, их значение.   | Составление комплекса упражнений для обучения техники видов.  | 6 |
| 6 | Специфические методы физического воспитания. Игровой и соревновательной методы.   | Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств.                                     | 6 |
| 7 | Контрольные упражнения и тестовые задания для определения уровня развития физических качеств у детей дошкольного возраста   | Составление контрольных тестовых заданий для разных возрастных групп.   | 6 |
| 8 | Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения: роль сознания и эмоций при обучении движениям; влияние музыки на совершенствование двигательных навыков   | Контрольные тесты-упражнения. Оценка уровня двигательной подготовленности занимающихся. Составление плана конспекта | 6 |

|    |   |  |   |
|----|---|--|---|
|    |   | музыкального сопровождения на занятии физкультурой.  |   |
| 9  | Особенности проведения пальчиковой гимнастики различных возрастных групп.   | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятия.  | 6 |
| 10 | Особенности проведения гимнастики стретчинг в режиме дня. Упражнения для коррекции осанки.  | Составление конспекта занятия по заданию преподавателя. Проведение занятия по гимнастике в разных возрастных группах.  | 6 |
| 11 | Упражнения для профилактики плоскостопия. Гимнастика для глаз.  | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятия.  | 6 |
| 12 | Составить таблицу усложнений основных видов движений, строевых, общеразвивающих по разным возрастным группам.                                       | Составление конспекта занятия по заданию преподавателя. Проведение занятия.  | 6 |
| 13 | Обучение общеразвивающие упражнения (ОРУ). Обучения строевым упражнениям.   | Контрольные тесты-упражнения. Оценка уровня двигательной подготовленности занимающихся.  | 6 |
| 14 | Значение основных движений. Циклические и ациклические движения. Методика обучения ходьбе. Методика обучению бегу, обследование уровня навыка бега. | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятия.  | 6 |
| 15 | Специфика обучению детей метанию и определение сформированности навыков метания.  | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением.   | 6 |
| 16 | Методика обучения детей прыжкам и обследование навыков прыжка.  | Построить таблицу классификации двигательных действий ребёнка. Подготовить план-конспект занятия по обучению детей прыжкам.  | 6 |
| 17 | Методика обучения лазанию, перелазанию.   | Подготовить план-конспект занятия по обучению детей лазаниям. Эстафеты на занятии физкультурой в ДОУ.  | 6 |
| 18 | Классификация подвижных игр. Методика проведения подвижных игр в разных группах.  | Построить таблицу классификации подвижных игр.   | 6 |
| 19 | Подвижные игры рекомендуемые “Программой воспитания и обучения в детском саду”, альтернативными и региональными программами.                        | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Провести анализ “Программы воспитания и обучения в детском саду”. Анализ программ по разделу «Подвижная игра».                | 6 |
| 20 | Воспитание навыков самоорганизации детей в подвижных играх. Русские народные подвижные игры.  | Составить конспект подвижной игры с вариантами усложнения. Анализ конспектов по подвижной игре. Подготовить план-конспект спортивной игры для детей старшего дошкольного возраста. | 6 |
| 21 | Построение, организация и методика проведения занятий с элементами спортивных игр.  | Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятия.  | 6 |
| 22 | Планирование спортивных игр и упражнений на прогулке.   | Подготовить план-конспект спортивной игры для детей старшего дошкольного возраста.   | 6 |

## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков»

Реализация учебной дисциплины осуществляется в спортивном зале ФОК «Буревестник» ул. Троицкая 232:

Баскетбольная и волейбольная площадки – 2; гимнастический зал; шведские стенки – 3; зал единоборств — 1; брусья параллельные –3; теннисные столы – 3; кольца гимнастические – 1 комплект; перекладина гимнастическая – 1; гимнастическое бревно – 3; канат – 2; «козел» гимнастический – 1; «конь» гимнастический – 2; тренажеры — 6; мячи — 48; маты — 22.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий ул.Набережная 6:

6 беговых дорожек (400м по кругу); легкоатлетическое ядро с секторами для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, метания копья.

Оборудование учебного кабинета методики физического воспитания:

Доска меловая; наглядные пособия.

### 4.2. Перечень необходимого программного обеспечения

1. 7-zip; (лицензия на англ. <http://www.7-zip.org/license.txt>)
2. Adobe Acrobat Reader; (лицензия - <https://get.adobe.com/reader/?loc=ru&promoid=KLXME>)
3. Adobe Flash Player; (лицензия - <https://get.adobe.com/reader/?loc=ru&promoid=KLXME>)
4. Apache OpenOffice; (лицензия - <http://www.openoffice.org/license.html>)
5. Google Chrome;(лицензия - [https://www.google.ru/chrome/browser/privacy/eula\\_text.html](https://www.google.ru/chrome/browser/privacy/eula_text.html))
7. LibreOffice (в свободном доступе);
8. Mozilla Firefox.(лицензия - <https://www.mozilla.org/en-US/MPL/2.0/>)

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Основная литература

1. Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания дошкольников : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09380-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/427722> (дата обращения: 09.09.2020).

2. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/424124> (дата обращения: 09.09.2020).

Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/424124> (дата обращения: 09.09.2020).

### 5.2. Дополнительная литература

1. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/423973> (дата обращения: 09.09.2020).

2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 224 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/415746> (дата обращения: 09.09.2020).

3. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/424770> (дата обращения: 09.09.2020).

4. Завьялова, Т. П. Теоретические и методические основы организации различных видов деятельности детей. Туризм в детском саду : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 228 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05362-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/415945> (дата обращения: 09.09.2020).

5. Дошкольное образование. Практикум по дисциплинам профессионального учебного цикла (мдк. 01. 02, 02. 04, 02. 05, 03. 02, 03. 04, 03. 05) : учебное пособие для среднего профессионального образования / О. М. Газина [и др.] ; под редакцией О. М. Газиной, В. И. Яшиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 111 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08287-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/424742> (дата обращения: 09.09.2020).

### 5.3. Периодические издания

1. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=56927>

2. Культура физическая и здоровье. □ URL: [https://e.lanbook.com/journal/2337#journal\\_name](https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name)

3. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=27127>

4. Теория и практика физической культуры. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34113949>

5. Физическая культура, спорт □ наука и практика. □ URL: [https://e.lanbook.com/journal/2290#journal\\_name](https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name) .

6. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: <http://elibrary.ru/c> <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013>; [https://e.lanbook.com/journal/2694#journal\\_name](https://e.lanbook.com/journal/2694#journal_name).

7. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661>

### 5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1 ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red).

2 ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.

3 ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт.



– URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.

4 ЭБС «Znanium.com» [учебные, научные, научно-популярные материалы различных издательств, журналы] : сайт. – URL: <http://znanium.com/>.

5 ЭБС «BOOK.ru» [учебные издания – коллекция для СПО] : сайт. – URL: <https://www.book.ru/cat/576>.

6 Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.

7 Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» [российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования; большая часть изданий – свободного доступа] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.

8 Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на русском языке) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: <http://dlib.eastview.com>.

9 КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.

10 Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.

11 Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru>.

12 Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [для преподавания и изучения учебных дисциплин начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://school-collection.edu.ru>.

13 Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.

14 Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

15 Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

## 6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков» нацелена на формирование профессиональных компетенций. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен **иметь практический опыт:**

- планирование режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников;
- организации и проведения режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепление здоровья;
- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей;
- организации и проведения наблюдений за изменениями в самочувствии детей во время их прибывания в образовательной организации;
- взаимодействия с медицинским персоналом образовательной организации по вопросам здоровья детей;
- диагностики результатов физического воспитания и развития;
- наблюдения и анализа мероприятий по физическому воспитанию;

Обучение студентов осуществляется по традиционной технологии (лекции, практики) с включением инновационных элементов.

С точки зрения используемых методов лекции подразделяются следующим образом: информационно-объяснительная лекция, повествовательная, лекция-беседа, проблемная лекция и т.д.

Устное изложение учебного материала на лекции должно конспектироваться. Слушать лекцию нужно уметь – поддерживать своё внимание, понять и запомнить услышанное, уловить паузы. В процессе изложения преподавателем лекции студент должен выяснить все непонятные вопросы. Записывать содержание лекции нужно обязательно – записи помогают поддерживать внимание, способствуют пониманию и запоминанию услышанного, приводит знание в систему, служат опорой для перехода к более глубокому самостоятельному изучению предмета.

Методические рекомендации по конспектированию лекций:

- запись должна быть системной, представлять собой сокращённый вариант лекции преподавателя. Необходимо слушать, обдумывать и записывать одновременно;
- запись ведётся очень быстро, чётко, по возможности короткими выражениями;
- не прекращая слушать преподавателя, нужно записывать то, что необходимо усвоить. Нельзя записывать сразу же высказанную мысль преподавателя, следует её понять и после этого кратко записать своими словами или словами преподавателя. Важно, чтобы в ней не был потерян основной смысл сказанного;
- имена, даты, названия, выводы, определения записываются точно;
- следует обратить внимание на оформление записи лекции. Для каждого предмета заводится общая тетрадь. Отличным от остального цвета следует

выделять отдельные мысли и заголовки, сокращать отдельные слова и предложения, использовать условные знаки, буквы латинского и греческого алфавитов, а также некоторые приёмы стенографического сокращения слов.

Практические занятия проводятся в основном по схеме:

- составление комплекса упражнений по разделу ;
- запись упражнений для развития физических качеств;
- сдача контрольных тестов.

Цель практического занятия - научить студентов применять теоретические знания при решении практических задач на основе реальных данных.

На практических занятиях преобладают следующие методы:

- вербальные (преобладающим методом должно быть объяснение);
- практические (письменные задания, групповые задания, сдача контрольных нормативов).

Важным для студента является умение рационально подбирать необходимую учебную литературу. Основными литературными источниками являются:

- библиотечные фонды филиала КубГУ;
- электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»;
- электронная библиотечная система Издательства «Лань».

Поиск книг в библиотеке необходимо начинать с изучения предметного каталога и создания списка книг, пособий, методических материалов по теме изучения.

Просмотр книги начинается с титульного листа, следующего после обложки. На нём обычно помещаются все основные данные, характеризующие книгу: название, автор, выходные данные, данные о переиздании и т.д. На обороте титульного листа даётся аннотация, в которой указывается тематика вопросов, освещённых в книге, определяется круг читателей, на который она рассчитана. Большое значение имеет предисловие книги, которое знакомит читателя с личностью автора, историей создания книги, раскрывает содержание.

Прочив предисловие и получив общее представление о книге, следует обратиться к оглавлению. Оглавление книги знакомит обучаемого с содержанием и логической структурой книги, позволяет выбрать нужный материал для изучения. Год издания книги позволяет судить о новизне материала. В книге могут быть примечания, которые содержат различные дополнительные сведения. Они печатаются вне основного текста и разъясняют отдельные вопросы. Предметные и алфавитные указатели значительно облегчают повторение изложенного в книге материала. В конце книги может располагаться вспомогательный материал. К нему обычно относятся инструкции, приложения, схемы, ситуационные задачи, вопросы для самоконтроля и т.д.

Для лучшего представления и запоминания материала целесообразно вести записи и конспекты различного содержания, а именно:

- пометки, замечания, выделение главного;
- план, тезисы, выписки, цитаты;
- конспект, рабочая запись, реферат, доклад, лекция.

Читать учебник необходимо вдумчиво, внимательно, не пропуская текста, стараясь понять каждую фразу, одновременно разбирая примеры, схемы, таблицы, рисунки, приведённые в учебнике.

Одним из важнейших средств, способствующих закреплению знаний, является краткая запись прочитанного материала – составление конспекта.

Конспект – это краткое связное изложение содержания темы, учебника или его части, без подробностей и второстепенных деталей. По своей структуре и последовательности конспект должен соответствовать плану учебника. Поэтому важно сначала составить план, а потом писать конспект в виде ответа на вопросы плана. Если учебник разделён на небольшие озаглавленные части, то заголовки можно рассматривать как пункты плана, а из текста каждой части следует записать те мысли, которые раскрывают смысл заголовка.

Требования к конспекту:

- краткость, сжатость, целесообразность каждого записываемого слова;
- содержательность записи- записываемые мысли следует формулировать кратко, но без ущерба для смысла. Объём конспекта, как правило, меньше изучаемого текста в 7-15 раз;

– конспект может быть как простым, так и сложным по структуре – это зависит от содержания книги и цели её изучения.

Методические рекомендации по конспектированию:

- прежде чем начать составлять конспект, нужно ознакомиться с книгой, прочитать её сначала до конца, понять прочитанное;

- на обложке тетради записываются название конспектируемой книги и имя автора, составляется план конспектируемого текста;

- записи лучше делать при прочтении не одного-двух абзацев, а целого параграфа или главы;

- конспектирование ведётся не с целью иметь определённые записи, а для более полного овладения содержанием изучаемого текста, поэтому в записях отмечается и выделяется всё то новое, интересное и нужное, что особенно привлекло внимание;

- после того, как сделана запись содержания параграфа, главы, следует перечитать её, затем снова обращаться к тексту и проверить себя, правильно ли изложено содержание.

Техника конспектирования:

- конспектируя книгу большого объёма, запись следует вести в общей тетради;

- на каждой странице слева оставляют поля шириной 25-30 мм для записи коротких подзаголовков, кратких замечаний, вопросов;

- каждая страница тетради нумеруется;

- для повышения читаемости записи оставляют интервалы между строками, абзацами, новую мысль начинают с «красной» строки;

- при конспектировании широко используют различные сокращения и условные знаки, но не в ущерб смыслу записанного. Рекомендуется применять общеупотребительные сокращения, например: м.б. – может быть; гос. – государственный; д.б. – должно быть и т.д.

- не следует сокращать имена и названия, кроме очень часто повторяющихся;

- в конспекте не должно быть механического переписывания текста без продумывания его содержания и смыслового анализа.

Для написания реферата необходимо выбрать тему, согласовать ее с преподавателем, подобрать несколько источников по теме, выполнить анализ источников по решению проблемы, обосновать свою точку зрения на решение проблемы.

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

### 7.1. Паспорт фонда оценочных средств

| № п/п | Контролируемые разделы (темы) дисциплины                            | Код контролируемой компетенции (или ее части)   | Наименование оценочного средства                              |
|-------|---|---|---|
| 1.    | Общие вопросы теории физического воспитания и развития ребёнка      | ПК 5.1 Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.<br>ПК5.3 Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.  | Реферат, контрольная работа                                   |
| 2.    | Теоретико-практические основы развития физических качеств.          | ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за образовательного процесса<br>ПК 5.3 Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.   | Реферат, практическая (лабораторная) работа                   |
| 3.    | Двигательные умения, навыки.  | ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за образовательного процесса.<br>ПК 1.3 Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.<br>ПК 5.1 Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.<br>ПК 5.4 Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений.   | Реферат, практическая (лабораторная) работа, тестовые задания |
| 4.    | Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста | ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за образовательного процесса.<br>ПК 1.3 Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.<br>ПК 5.1 Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.<br>ПК 5.3 Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.<br>ПК 5.4 Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений. | Реферат, практическая (лабораторная) работа                   |
| 5.    | Подвижные игры и элементы спортивных игр.                           | ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за образовательного процесса.  | Реферат, практическая (лабораторная) работа, тестовые         |

| № п/п | Контролируемые разделы (темы) дисциплины | Код контролируемой компетенции (или ее части)   | Наименование оценочного средства |
|-------|--|---|----------------------------------|
|       |  | ПК 1.3 Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.<br>ПК 5.1 Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.<br>ПК 5.4 Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений. | задания.                         |

## 7.2. Критерии оценки знаний

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных самостоятельных заданий.

**Реферат.** Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Реферат оценивается по количеству обработанных источников, глубине анализа проблемы, качеству обоснования авторской позиции, глубине раскрытия темы.

### Тестирование.

#### Критерии оценки знаний студентов в целом по дисциплине:

«отлично» - выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания учебной программы дисциплины и умение уверенно применять их на практике при решении конкретных задач, свободное и правильное обоснование принятых решений;

«хорошо» - выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, умеет применять полученные знания на практике, но допускает в ответе или в решении задач некоторые неточности;

«удовлетворительно» - выставляется студенту, показавшему фрагментарный, разрозненный характер знаний, недостаточно правильные формулировки базовых понятий, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, но при этом он владеет основными разделами учебной программы, необходимыми для дальнейшего обучения и может применять полученные знания по образцу в стандартной ситуации;

«неудовлетворительно» - выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания учебной программы дисциплины, допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий дисциплины и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач.

## 7.3. Оценочные средства для проведения текущей аттестации

Текущий контроль может проводиться в форме:

- фронтальный опрос
- индивидуальный устный опрос
- письменный контроль
- тестирование по теоретическому материалу
- практическая (лабораторная) работа
- защита реферата, эссе
- защита выполненного задания,
- разработка проблемы курса (доклад)

| Форма аттестации                   | Знания   | Умения  | Владения (навыки)  | Личные качества студента   | Примеры оценочных средств                |
|------------------------------------|--|---|--|--|--|
| Устный (письменный) опрос по темам | Контроль знаний по определенным проблемам  | Оценка умения различать конкретные понятия  | Оценка навыков работы с литературными источниками                                  | Оценка способности оперативно и качественно отвечать на поставленные вопросы   | Контрольные вопросы по темам прилагаются |
| Рефераты                           | Контроль знаний по определенным проблемам  | Оценка умения различать конкретные понятия  | Оценка навыков работы с литературными источниками                                  | Оценка способности к самостоятельной работе и анализу литературных источников  | Темы рефератов прилагаются               |
| Практические (лабораторные) работы | О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни | использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, для достижения жизненных и профессиональных целей | Показать владение техникой и выполнить контрольные нормативы по разделам программы | организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество; определять цели и задачи, планировать учебные занятия; проводить учебные занятия по физической культуре. | Темы контрольных нормативов прилагаются  |
| Тестирование                       | Контроль знаний по определенным проблемам  | Оценка умения различать конкретные понятия  |  | Оценка способности оперативно и качественно отвечать на поставленные вопросы   | Тестовые задания прилагаются             |

## 7.4. Оценочные средств для проведения промежуточной аттестации

### Промежуточная аттестация

| Форма аттестации                   | Знания  | Умения  | Владение (навыки)   | Личные качества студента                              | Примеры оценочных средств                    |
|------------------------------------|---|---|---|---|--|
| 4 семестр-дифференцированный зачёт | <p>- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;</p> <p>-особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);</p> <p>- теоретические основы режима дня;</p> <p>- методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;</p> <p>-наиболее распространенные детские болезни и их профилактику;</p> <p>- особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии.</p> | <p>- организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации,</p> <p>- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;</p> <p>- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;</p> <p>- использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса.</p> | <p>- планирование режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников;</p> <p>- организации и проведения режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепление здоровья;</p> <p>- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей.</p> | Оценка способности грамотно и четко излагать материал | Темы вопросов и тестовых заданий прилагаются |



## 7.4.1. Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации

### 4 семестр - дифференцированный зачёт

1. Задачи и средства физической культуры детей дошкольного и младшего школьного возраста.
2. Физическое упражнение - основное специфическое средство физического воспитания.
3. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на организм занимающихся.
4. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники, фазы движения).
5. Пространственные и пространственно-временные характеристики движений, их педагогическое значение.
6. Ритм как комплексная характеристика техники движений, его педагогическое значение.
7. Неспецифические средства физической культуры, их характеристика.
8. Принципы обучения в физическом воспитании.
9. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков.
10. Перенос двигательных навыков (понятие, виды переноса).
11. Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям.
12. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и устранения ошибок.
13. Общая характеристика двигательных способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация, закономерности развития).
14. Основы развития физических качеств и методика их обследования.
15. Игра в физическом воспитании, её разновидности и характеристика.
16. Гимнастика в системе физического воспитания, её разновидности и характеристика.
17. Методы и приёмы обучения движениям, их характеристика и классификация.
18. Развитие силовых способностей (понятие; формы проявления; факторы, их специфика).
19. Воспитание скоростных способностей, их характеристика и виды.
20. Воспитание ловкости как двигательного качества и методика её развития.
21. Выносливость как физическое качество и методика её развития.
22. Развитие гибкости и пути воздействия на некоторые свойства телосложения.
23. Характеристика осанки и методика её коррекции.
24. Методика обучения строевым упражнениям с учетом возрастных особенностей детей.
25. Специфика обучения детей метанию и определение сформированности навыков метания.
26. Методика обучения детей бегу и обследование уровня навыков бега.
27. Методика обучения детей прыжкам и обследование навыков прыжка.
28. Методика проведения подвижных игр в разные периоды жизни детей.

29. Общая характеристика спортивных упражнений, их значение и виды. Формы проведения спортивных упражнений с детьми ( на примере одного вида).

30. Врачебно-педагогический контроль в процессе проведения занятий по физической культуре.

### **Тестовые задания по дисциплине.**

#### **Инструкция: Выберите единственный правильный ответ**

1. Способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее интенсивности – это ...

1) выносливость 2) сила 3) ловкость 4) быстрота

2. Способность быстро овладевать новыми, незнакомыми движениями (способность обучаться) называется ...

1) выносливость 2) сила 3) ловкость 4) быстрота

3. Перестроение – это ...

1) размещение занимающихся в разных местах зала без точно установленного интервала, но не ближе вытянутых рук;

2) действия занимающихся по команде или распоряжению педагога для принятия определенного положения в строю;

3) построение, при котором дети стоят один возле другого, интервал между локтевыми суставами равен ширине ладони, лицом к центру;

4) переходы из одного строя в другой.

4. Построение в рассыпную – это ...

1) действия занимающихся по команде или распоряжению педагога для принятия определенного положения в строю

2) размещение занимающихся в разных местах зала без точно установленного интервала, но не ближе вытянутых рук

3) переходы из одного строя в другой

4) построение, при котором дети стоят один возле другого, интервал между локтевыми суставами равен ширине ладони, лицом к центру

5. Шеренга – это ...

1) строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону;

2) размещение друг за другом в затылок на определенном расстоянии;

3) удобное и целесообразное размещение занимающихся на спортивной площадке, в зале или другом месте;

4) размещение занимающихся в разных местах зала без точно установленного интервала, но не ближе вытянутых рук

6. Равнение по ориентирам используется ...

1) в младшей группе 2) в средней группе 3) в старшей группе 4) в подготовительной к школе группе

7. Построение по росту используется ...

1) в младшей группе 2) в средней группе 3) в старшей группе 4) в подготовительной к школе группе

8. Расчеты на первый-второй и перестроению из одной шеренги в две обучают ...

1) в младшей группе 2) в средней группе 3) в старшей группе 4) в

подготовительной  
к школе группе

9. Равнение типа «спрячьтесь друг за другом» используется...

1) в младшей группе 2) в средней группе 3) в старшей группе 4) в подготовительной  
к школе группе

10. Количество общеразвивающих упражнений в комплексе для младшей группы ...

1) 2-3 упражнения 2) 4 упражнения 3) 5 упражнений 4) 6-8 упражнений

11. Для детей второй младшей группы соответствует следующее упражнение...

1) наклониться, хлопнуть по голени сзади 3) наклониться, хлопнуть по коленям  
2) пружинистые наклоны вперед 4) поворот с разведением рук в сторону

12. Для детей старшей группы соответствует следующее упражнение...

1) поворот с отведением руки в сторону 3) поворот с разведением рук в сторону  
2) поворот, руки на поясе 4) пружинистые наклоны вперед

13. Первое упражнение в комплексе дается ...

1) для брюшного пресса 2) для плечевого пояса 3) для мышц спины 4) для ног

14. Для мышц спины соответствует следующее упражнение ...

1) приседание с обхватом колен  
2) повороты с отведением руки в сторону  
3) поднимание рук вверх и отведение одной из ноги на носок  
4) хлопок над головой с подниманием на носки

15. Для брюшного пресса и ног соответствует следующее упражнение ...

1) приседание с обхватом колен 3) наклониться вперед, хлопнуть по коленям сзади  
2) хлопок над головой с подниманием на носки 4) повороты с отведением руки в сторону

16. В упражнениях для мышц спины в средней группе используется следующее исходное положение ног ...

1) основная стойка 2) ноги на ширине плеч 3) ноги вместе 4) ноги на ширине ступни

17. Для упражнения «приседание с прямой спиной» используется следующее исходное положение ног ...

1) ноги на ширине плеч 2) основная стойка 3) ноги вместе 4) сидя, ноги вперед

18. В комплексе первым должно стоять следующее упражнение ...

1) хлопок над коленом согнутой ноги 3) хлопки вперед и за спиной  
2) поворот с разведением рук в стороны 4) приседание с обхватом колен

19. Ходьбе перекатом с пятки на носок начинают обучать ...

1) с первой младшей группы 2) со второй младшей группы 3) со средней группы  
4) со старшей группы 5) с подготовительной к школе группы

20. Прыжкам через длинную скакалку начинают обучать ...

1) с первой младшей группы 2) со второй младшей группы 3) со средней группы  
4) со старшей группы 5) с подготовительной к школе группы

21. В прыжках в длину с места приземление происходит ...

1) на носки 2) с пятки на всю ступню 3) с носка на всю ступню 4) на пятки

22. В прыжках в высоту с места, в высоту с разбега, подпрыгивании, спрыгивании, приземление осуществляется ...

1) с пятки на всю ступню 2) на носки 3) с носка на всю ступню 4) на пятки

23. Для сбора детей старшей группы на подвижную игру можно ...
- 1) начать игру с 3-5 детьми
  - 2) использовать предварительную договоренность детей об игре и сочинение ими правил игры
  - 3) разделить по звеньям и предложить собраться по сигналу
  - 4) использовать звонок в колокольчик
24. Объяснение подвижной игры в младшей группе происходит ...
- 1) в процессе игры 2) до начала игры 3) краткое напоминание 4) по частям
25. Командные соревнования проводятся, начиная ...
- 1) с первой младшей группы
  - 2) со второй младшей группы
  - 3) со средней группы 4) со старшей группы
26. Воспитатель осуществляет косвенное руководство игрой ...
- 1) в первой младшей группе
  - 2) во второй младшей группе
  - 3) в средней группе 4) в старшей и подготовительной к школе группе
27. Ребенка на роль водящего можно выбрать, начиная ...
- 1) с первой младшей группы
  - 2) со второй младшей группы
  - 3) со средней группы 4) со старшей группы
28. Катание на двухколесном велосипеде практикуется ...
- 1) со второй младшей группы
  - 2) со средней группы 3) со старшей группы 4) с подготовительной к школе группы
29. Катание на двухколесном велосипеде (по прямой, по кругу, змейкой, затормозить) воспитатель организует ...
- 1) во второй младшей группе 2) в средней группе 3) в старшей группе
  - 4) в подготовительной к школе группе
  - 5) во всех возрастных группах
30. Длительность занятий в старшей группе по обучению катанию на роликовых коньках составляет ...
- 1) 4-6 мин 2) 5-8 мин 3) 8-10 мин 4) 10-15 мин
31. Длина ледяной дорожки в младшей группе составляет ...
- 1) 0,5-1 м 2) 1-1,5 м 3) 3-4 м 4) 8 м 5) 12-15 м
32. Спортивные упражнения вводятся ...
- 1) в младшей группе 2) в средней группе 3) в старшей группе 4) в подготовительной к школе группе
33. К наглядным методам и приемам обучения относятся ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) объяснение 2) показ физических упражнений 3) имитация (подражание) 4) строго регламентированные упражнения 5) музыка, песни 6) беседа
34. К словесным методам и приемам обучения относятся ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) объяснение 2) показ физических упражнений 3) подача команд и распоряжений 4) разучивание упражнений по частям 5) беседа 6) вопросы к детям
35. К практическим методам и приемам обучения относятся ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*

- 1) зрительные ориентиры (предметы, разметка поля)
  - 2) строго регламентированные упражнения
  - 3) соревновательный прием 4) сюжетный рассказ
  - 5) непосредственная помощь воспитателя 6) разучивание упражнений в целом
36. Для организации строевых упражнений с детьми старшего дошкольного возраста используются следующие команды: ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) Группа, стой... раз, два! 2) За Катей шагайте вперед
  - 3) В обход по залу шагом... Марш! 4) В колонну по одному... Становись!
37. Для детей 3-4 лет характерны следующие особенности выполнения ходьбы ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) ходят четко, ритмично, с хорошей координацией движений
  - 2) ходят, широко расставляя ноги, балансируя руками, разводя их в стороны
  - 3) уверенный широкий шаг
  - 4) делая шаги, не полностью выпрямляют ноги
  - 5) стопы сводят параллельно или слегка повернутыми носками внутрь
38. Для детей 5 лет характерны следующие особенности выполнения ходьбы ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) устанавливается определённая ритмичность 4) свободно двигаются
  - 2) четкая координация движений 5) движения рук неритмичные
  - 3) осанка остается напряженной 6) ориентировка в различных условиях
39. К циклическим видам движений относятся ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) ходьба 2) прыжки 3) бег 4) метание 5) ползание
40. Для детей 4 лет характерны следующие особенности выполнения бега ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) бег легкий, естественный, ритмичный
  - 2) улучшается координация движений рук и ног
  - 3) хорошая осанка
  - 4) совершенствуется полетность, ритмичность
  - 5) непринужденное положение рук, головы, туловища
  - 6) недостаточная длина шага
41. Упражнения в беге различаются ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) по способу выполнения 2) по степени физической нагрузки
  - 3) по способу организации детей 4) по построению
  - 5) по направлению
42. При выполнении спрыгиваний детям характерны следующие ошибки ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) руки бездействуют 4) сильно наклоняют голову
  - 2) жесткое приземление на прямые ноги 5) при отталкивании низко садятся
  - 3) одновременное отталкивание
43. При выполнении прыжка в длину с разбега детям характерны следующие ошибки ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) разбег на всей ступне 4) не фиксируют *и.п.*
  - 2) отсутствует взмах руками 5) недостаточный вынос ног вперед
  - 3) нет ускорения 6) остановка перед толчком
44. При выполнении прыжка в высоту детям характерны следующие ошибки ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*

- 1) неравномерный, непрямолинейный разбег 4) одновременное отталкивание
  - 2) руки бездействуют 5) остановка перед планкой
  - 3) разбег на всей ступне 6) неправильное направление толчка
45. Способ приземления «с пятки на ступню» используется при выполнении следующих видов прыжков ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) прыжок в длину с места 2) прыжок через скакалку
  - 3) прыжок в высоту с разбега 4) прыжок в длину с разбега
46. Для бросания предмета характерны следующие способы выполнения ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) вниз 2) в цель 3) вперед
  - 4) в стороны 5) вверх 6) на дальность
47. Существуют следующие способы метания предмета... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) из-за спины через плечо 4) «чашечка»
  - 2) одновременным хватом с двух сторон 5) прямой рукой сверху
  - 3) прямой рукой снизу 6) прямой рукой сбоку
48. Для ловли предмета характерны следующие способы выполнения ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) снизу (1-2 руками) 2) «чашечка» 3) из-за спины
  - 4) одновременным хватом с двух сторон
  - 5) из-за головы 6) одновременным хватом сверху и снизу
49. Требования к катанию предмета следующие ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) энергично отталкивать предмет
  - 2) толчок производить пальцами выпрямленных рук, сопровождая ими движение мяча
  - 3) сочетать необходимое направление с силой толчка
  - 4) выдерживать прямолинейное направление
  - 5) толчок преимущественно кистью руки
  - 6) соотносить силу толчка с расстоянием
50. Статическое равновесие – это ... *(укажите не менее двух вариантов ответа)*
- 1) пройти по скамейке, перешагивая через предметы
  - 2) стойки на носках
  - 3) пройти по скамейке с предметом в руке
  - 4) приседания на носках
  - 5) ходьба по прямой дорожке, ограниченной линиями
  - 6) стоя на месте, подняться на носки и постоять, сохраняя равновесие

## 8. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Материалы лекционных занятий

#### 4 семестр

#### Словарь терминов (глоссарий)

**Тема: «Общие вопросы теории физического воспитания ребёнка».**

**Гимнастика в ДОУ** – это система специально подобранных физических упражнений и научно разработанных методических положений, направленных на решение задач всестороннего развития и оздоровления ребёнка.

**Гигиеническая физическая культура**– это различные формы физической культуры, включенные в рамки повседневного быта (утренняя гимнастика, прогулки, физические упражнения в режиме дня, не связанные со значительными нагрузками.)

**Духовные ценности физической культуры.** К ним относятся наука о физическом воспитании и спорте; сеть учебных заведений, готовящих кадры по физической культуре, произведения искусства, посвящённые физической культуре и спорту (живопись, скульптура, музыка, кино); система управления в сфере физической культуры.

**Здоровье** - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

**Материальные ценности** физической культуры. К ним относятся созданные для обеспечения занятий физическими упражнениями различные спортсооружения, оборудование, инвентарь и уровень физического совершенства людей, включая их спортивные достижения.

**Спорт в узком понимании** можно определить как собственно соревновательную деятельность, специфической формой которой является система соревнований, исторически сложившаяся в области физической культуры как специальная сфера выявления и унифицированного сравнения человеческих возможностей

**Спорт в широком понимании** представляет собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности.

**Соревнования** — важный фактор познания человеческих возможностей и формирования этических взаимоотношений, а также форма общения между людьми или группами людей.

**Спортивное достижение** — это показатель спортивного мастерства и способностей спортсмена, выраженный в конкретных результатах.

**Спортивная тренировка** расширилось и сейчас понимается как планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей.

**Спортивная форма** — это высшая степень подготовленности спортсмена, характеризующаяся его способностью к одновременной реализации в соревновательной деятельности различных сторон подготовленности (спортивно-технической, физической, тактической, психической).

**Под термином «физическая культура»** понимают органическую часть культуры общества и личности, рациональное использование человеком

двигательной активности в качестве фактора оптимизации своего состояния и развития, физической подготовки к жизненной практике.

**Оздоровительно-реабилитационная физическая культура** - это специально направленное использование физических упражнений в качестве средств лечения заболеваний и восстановления функций организма, нарушенных или утраченных вследствие заболеваний, травм, переутомления или других причин.

**Тренированность** характеризуется степенью функционального приспособления организма к предъявляемым тренировочным нагрузкам, которое возникает в результате систематических физических упражнений и способствует повышению работоспособности человека.

**Физическая культура** – часть общей культуры, совокупность материальных и духовных ценностей общества, накопленных в процессе общественно-исторической практики.

**Физическое воспитание** – педагогический процесс, направленный на достижение физического совершенства.

**Физическое развитие** – это естественный процесс постепенного изменения форм и функций организма человека.

**Ценностный аспект** физической культуры представлен обширной совокупностью материальных и духовных ценностей, специально созданных для эффективной физкультурной деятельности.

**Физическое образование** – одна из сторон физического воспитания, направленная на овладение специальными знаниями, двигательными навыками и умениями.

**Физическая подготовленность** – это уровень развития двигательных навыков, умений, физических качеств.

**Физическая рекреация** – использование физических упражнений и естественных сил природы в целях восстановления работоспособности, активного отдыха, развлечения.

**Физическое совершенство** – идеал физического развития и физической подготовленности, соответствующий требованиям жизни.

**Физическое самовоспитание** – целенаправленный процесс сознательной работы над собой, направленной на улучшение состояния здоровья, физического развития и подготовленности, организации здорового образа жизни.

**Соревновательный метод** - это регламентированный правилами способ сопоставления сил в борьбе за превосходство.

**Тема: «Методика физического воспитания и развития ребёнка».**

**Методика обучения физическим упражнениям** – специальная система методов и методических приёмов, созданная для изучения конкретного двигательного действия.

**Физическое упражнение** – двигательное действие, созданное и применяемое для физического совершенствования человека.

**Художественная гимнастика** – состоит из строевых, ОРУ и некоторых видов основных движений, различные танцевальные движения с предметами и без них, проводимые под музыкальное сопровождение.

**Тема: «Основы обучения и развития ребёнка в процессе физического воспитания».**



**Быстрота** – способность человека совершать двигательные действия с минимальным для данных условий затрат времени.

**Выносливость** - способность организма бороться с утомлением, вызванным мышечной деятельностью.

**Гибкость** - способность человека выполнять движения с большой амплитудой.

**Двигательное умение** – это такой уровень овладения двигательным действием, при котором управление движениями осуществляется при активной роли мышления.

**Двигательный навык** – это степень овладения действием, при котором управление движениями происходит автоматизировано.

**Общеразвивающие упражнения** – это специальные упражнения, задачей которых является формирование правильной осанки, укрепление всего опорно-двигательного аппарата, улучшение кровообращения, дыхания, обменных процессов, деятельности НС.

**Осанка** - это привычное положение тела при сидении, стоянии.

**Сила** – это способность преодолевать внешние сопротивления или противодействовать ему посредством мышечных напряжений.

**Физические качества** – это индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека.

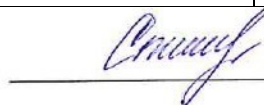
ЛИСТ

изменений рабочей учебной программы по дисциплине  
**МДК.01.03 Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков**

Дополнения и изменения, вносимые в рабочую программу дисциплины на 2022/2023 уч.г.

| Основания внесения дополнений и изменений                        | Раздел РПД, в который вносятся изменения  | Содержание вносимых дополнений, изменений |
|--|---|---|
| Предложение работодателя   |   |   |
| Предложение составителя программы                                |   |   |
| Приобретение новой литературы, обновление перечня литературы ЭБС | п.5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины | Обновление списка литературы              |

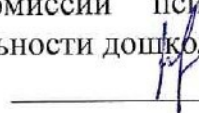
Составитель: преподаватель



А. А. Стаценко

Утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии психолого-педагогических дисциплин и специальных дисциплин специальности дошкольное образование, протокол №10 от «19» мая 2022 г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии психолого-педагогических дисциплин и специальных дисциплин специальности дошкольное образование



А. С. Евтушенко  
«19» мая 2022 г.

СОГЛАСОВАНО:

Нач. УМО филиала



А.С. Демченко  
«20» мая 2022 г.

Заведующая библиотекой филиала



М.В. Фуфалько  
«20» мая 2022 г.

Нач. ИВЦ (программно-информационное обеспечение образовательной программы)



В.А. Ткаченко  
«20» мая 2022 г.

