

*На правах рукописи*

Минобрнауки России  
Бузулукский гуманитарно-технологический институт (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Оренбургский государственный университет»

Кафедра биоэкологии и техносферной безопасности

**Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

*«Теория и технологии физического воспитания детей»*

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Начальное образование

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Бузулук 2023

Составитель  А.П. Девяткина

Методические указания рассмотрены и одобрены на заседании кафедры биоэкологии и техносферной безопасности, протокол № 6 от 16.02.2023 г.

Заведующий кафедрой  А.Н. Егоров

Методические указания являются приложением к рабочей программе по дисциплине «Теория и технологии физического воспитания детей»

## Содержание

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 1     | Пояснительная записка.....   | 4  |
| 1.1   | Цели и задачи дисциплины.....  | 4  |
| 1.2   | Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины.....          | 5  |
| ..... |  |    |
| 2     | Виды занятий и особенности их проведения при изучении дисциплины.....          | 6  |
| ..... |  |    |
| 3     | Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов..... | 6  |
| 3.1   | Правила конспектирования лекционного материала.....                            | 7  |
| 3.2   | Рекомендации по работе с литературой.....                                      | 7  |
| 3.3   | Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям.....           | 8  |
| ..    |  |    |
| 3.3.1 | Примерная тематика и содержание практических занятий.....                      | 9  |
| 3.4   | Методические рекомендации по подготовке и написанию реферата.....              | 20 |
| 3.6   | Методические рекомендации по подготовке к промежуточной аттестации .....       | 23 |
| 4     | Критерии оценивания самостоятельной работы студентов.....                      | 24 |

## **1. Пояснительная записка**

Самостоятельные занятия призваны помочь студентам в закреплении материала, овладении различными формами самопроверки, в выполнении индивидуальных заданий, способствуют формированию умений акцентировать внимание на детальном рассмотрении вопросов и разделов, представляющих особую сложность. Самостоятельная работа необходима, т.к. большое значение придается развитию и совершенствованию навыков самоконтроля и потребности студентов обращаться к разным видам профессиональной деятельности. Известно, что необходимые качества будущего педагога формируются в основном за счет индивидуальных усилий и самообразования личности.

Для того чтобы сделать процесс обучения результативным, разработаны методические рекомендации для освоения дисциплины и методические указания к семинарским (практическим) занятиям, обеспечивающие решение следующих задач:

- создание условий для самостоятельной работы студентов заочной формы обучения при изучении курса «Теория и технологии физического воспитания детей»;

- углубление и расширение знаний студентов в области методики обучения и воспитания дошкольников;

- углубление и расширение знаний студентов о специфике методики обучения и воспитания дошкольников, совершенствование речевых умений студентов, в том числе связанных с работой над текстом.

### **1.1 Цели и задачи дисциплины**

Цель (цели) освоения дисциплины: создание условий, для формирования целостного представления о сущности процесса физического воспитания и его специфики в системе дошкольного образования.

Задачи:

- формирование систематизированных знаний в области теории и технологии физического воспитания детей, о содержании, основных задачах и методах, взаимосвязях с другими отраслями научного знания;

- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой в области физического воспитания детей;

- развитие практических умений осуществлять диагностику и контроль сенсорного развития и физической подготовленности дошкольников;

- развитие практических умений и навыков анализа, планирования и организации процесса физического воспитания дошкольников;

- формирование системы практических умений диагностировать и оценивать эффективность процесса физического воспитания в дошкольной образовательной организации.

### **1.2. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения**

## **дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

**ОПК-5** Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении:

**ПК-5-В-1** Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к планируемым результатам обучающихся в конкретной образовательной области;

**ОПК-5-В-2** Обеспечивает объективность и достоверность оценки планируемых результатов освоения программы дошкольного образования обучающихся в конкретной образовательной области;

**Знать:** формы и методы контроля и оценки здоровья детей дошкольного возраста, способы объективного оценивания знаний обучающихся физической культуре на основе тестирования том числе ИКТ.

**Уметь:** контролировать результаты образовательной деятельности физического воспитания дошкольников.

**Владеть:** современными способами контроля и оценки физического воспитания в условиях психолого-педагогические технологий и информационно-коммуникационных технологий.

**ОПК-6** Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями:

**ОПК-6-В-1** Осуществляет отбор и применяет психолого-педагогические технологии с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;

**ОПК-6-В-2** Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся;

**ОПК-6-В-3** Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития;

**Знать:** основы содержания психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

**Уметь:** использовать психолого-педагогические технологии, методы и средства физического воспитания, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся;

**Владеть:** психолого-педагогическими технологиями, методами и средствами физического воспитания с целью обеспечения планируемого уровня личностного и профессионального развития обучающегося с учетом индивидуальных особенностей.

## **2. Виды занятий и особенности их проведения при изучении дисциплины**

По курсу «Теория и технологии физического воспитания детей» предусмотрены лекционные занятия, на которых дается основной систематизированный материал, и практические занятия. Распределение занятий по часам представлено в рабочей программе дисциплины.

Практические занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов.

Практическая работа заключается в выполнении студентами самостоятельно или под руководством преподавателя комплекса учебных заданий, направленных на совершенствование компетенций студентов, необходимых для современных специалистов.

Тематика семинарских (практических) занятий представлена в методических указаниях к данному виду работы и соответствует рабочей программе дисциплины.

### **3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов**

Целью самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов является совершенствование профессиональной компетенции на уровне, необходимом для современных специалистов; совершенствование методической грамотности.

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Теория и технологии физического воспитания детей» обеспечивает закрепление знаний, полученных студентами в процессе лекционных и практических занятий;

Самостоятельная работа является обязательной для каждого студента.

В самостоятельную работу, обеспечивающую подготовку к текущим аудиторным занятиям включаются такие формы, как:

- работа с конспектом лекций;
- работа над учебным материалом (учебниками, первоисточниками, дополнительной литературой);
- использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета;
- подготовка устных ответов на практическом (семинарском) занятии;
- ответы на контрольные вопросы и др.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы могут быть:

- чтение текста учебника, первоисточника, дополнительной литературы;
- решение практических ситуаций, выполнение письменных заданий;
- конспектирование текста; выписки из текста;
- ознакомление с нормативными документами;
- работа с конспектом лекций (обработка текста; повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

- составление плана и тезисов ответа; составление таблиц для систематизации учебного материала; изучение нормативных материалов; ответы на контрольные вопросы; аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование и др.).

### **3.1 Правила конспектирования лекционного материала**

Лекции дают систематизированные основы научных знаний об основных достижениях языковедческой дисциплины и выступают пассивной формой работы по отношению к обучающимся, т.к. основная нагрузка в данном случае ложится на преподавателя. Тем не менее, обучающийся должен готовиться к лекции, т.к. заранее ознакомившись с материалом предстоящего занятия, он будет гораздо более осмысленно воспринимать новый материал. К тому же преподаватель может не давать на лекции ту информацию, которая изложена в учебниках, и, следовательно, доступна для самостоятельного изучения обучающихся, а сосредоточиться на раскрытии каких-либо дополнительных сведений по теме.

#### Правила и приемы конспектирования лекций:

1. Конспектирование лекций ведется в специально отведенной для этого тетради, каждый лист которой должен иметь поля (4-5 см) для дополнительных записей.

2. Необходимо записывать тему и план лекций, рекомендуемую литературу к теме. Записи разделов лекции должны иметь заголовки, подзаголовки, красные строки. Для выделения разделов, выводов, определений, основных идей можно использовать цветные карандаши, маркеры и фломастеры.

3. Названные в лекции ссылки на первоисточники необходимо отмечать на полях.

4. В конспекте дословно записываются определения понятий, категорий и законов. Остальное должно быть записано своими словами.

5. Каждому студенту необходимо выработать и использовать допустимые сокращения наиболее распространенных терминов и понятий. Однако чрезмерное увлечение сокращениями может привести к тому, что со временем в них будет трудно разобраться. В конспект следует заносить всё, что преподаватель пишет на доске, представляет в слайдовом формате, также рекомендуемые схемы, таблицы, диаграммы и т.д. Нужно иметь в виду, что изучение и отработка прослушанных лекций без промедления значительно экономит время и способствует лучшему усвоению материала.

### **3.2 Рекомендации по работе с литературой**

Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к контрольным работам, тестированию, зачету. Она включает проработку лекционного материала – изучение рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, предложенных преподавателем схем (при их демонстрации), основных

источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект должен быть выполнен в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать, не относящиеся к теме информацию или рисунки.

Конспекты по учебной, научной или периодической литературе при самостоятельной подготовке к занятиям должны быть выполнены также аккуратно, содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с учебной, научной и периодической литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы, которые).

Работу с литературой следует начинать с анализа рабочей программы дисциплины, в которой перечислены основная и дополнительная литература, учебно-методические издания необходимые для изучения дисциплины.

Выбрав нужный источник, следует найти интересующий раздел по оглавлению или алфавитному указателю, а также одноименный раздел конспекта лекций или учебного пособия. В случае возникших затруднений в понимании учебного материала следует обратиться к другим источникам, где изложение может оказаться более доступным. Необходимо отметить, что работа с литературой не только полезна как средство более глубокого изучения любой дисциплины, но и является неотъемлемой частью профессиональной деятельности будущего выпускника.

### **3.3 Методические рекомендации при подготовке к практическим занятиям (семинарам)**

Практические занятия являются одним из видов занятий при изучении курса дисциплины «Теория и технологии физического воспитания детей» и включают самостоятельную подготовку студентов по заранее предложенному плану темы, конспектирование предложенной литературы, составление схем, таблиц, работу со словарями, учебными пособиями, первоисточниками, подготовку докладов, решение задач и проблемных ситуаций.

Целью практических занятий является закрепление, расширение, углубление теоретических знаний, полученных на лекциях и в ходе самостоятельной работы, развитие познавательных способностей.

Задачей практического занятия является формирование навыков самостоятельного мышления и публичного выступления при изучении темы, умения обобщать и анализировать фактический материал, сравнивать различные точки зрения, определять и аргументировать собственную позицию. Основой этого вида занятий



является изучение первоисточников, повторение теоретического материала, решение проблемно-поисковых вопросов. В процессе подготовки к практическим занятиям обучающийся овладевает:

- 1) самостоятельной работой с научной, учебной литературой, научными изданиями, справочниками;
- 2) находит, отбирает и обобщает, анализирует информацию;
- 3) выступает перед аудиторией;
- 4) рационально усваивает категориальный аппарат.

Самоподготовка к практическим занятиям включает такие виды деятельности как:

- 1) самостоятельная проработка конспекта лекции, учебников, учебных пособий, учебно-методической литературы;
- 2) конспектирование обязательной литературы; работа с первоисточниками (является основой для обмена мнениями, выявления непонятного);
- 3) выступления с докладами (работа над домашними заданиями и их защита);
- 4) подготовка к опросам, к экзамену.

#### **Перечень практических занятий и пояснения к ним.**

### **3.3.1 Примерная тематика и содержание практических занятий**

#### **Тема 1. Предмет теории физического воспитания**

##### **Вопросы для изучения**

1. Понятия теории физического воспитания.
2. Методологическая, психолого-педагогическая и естественно-научная основы методики физического воспитания как научной и учебной дисциплины; связь с другими науками: гуманитарными, естественными, изучающими процесс развития ребенка.
3. Методы исследования в теории и технологии физического воспитания.

##### ***Учебно-исследовательские задания***

1. Сравните содержание определений понятий: физическая культура, физическое развитие, физическая подготовка, физическая подготовленность, физическое совершенствование, физическое образование, двигательная деятельность, спорт по А.В. Кенеман, Э.Я. Степаненко-вой, О.С. Филипповой. Задание оформите в виде таблицы.

| Понятия ТМФВ | А.В. Кенеман,<br>Д.В. Хухлаева | Э.Я. Степаненкова | О.С. Филиппова |
|--------------|--------------------------------|-------------------|----------------|
|              |                                |                   |                |

2. Определите содержание методов исследования в теории физического воспитания. Сопоставьте их с содержанием методов педагогического исследования. Определите общее и различия.

#### **Тема 2. Становление и развитие теорий и технологий физического воспитания дошкольников**

##### **Вопросы для изучения**

1. Характеристика элементарной системы физического воспитания при первобытно-общинном строе и в античном периоде.
2. Авторские школы и концепции физического воспитания (Дж. Локк, Жан-Жак Руссо, И.Г. Песталоцци).
3. Национально-буржуазные системы физического воспитания (Ф.Л. Ян, П.Х. Линг, Ф. Аморос).
4. Физическое воспитание в России с древнейших времен до второй половины XIX века.
5. Создание и развитие в России системы физического воспитания со второй половины XIX до начала XX века.
6. Становление и развитие отечественной системы физического воспитания с начала XX века до настоящего времени.

#### **Учебно-исследовательские задания**

1. Составьте обобщающую таблицу «Проблемы физического воспитания дошкольников», в которой необходимо определить проблемы по физическому воспитанию детей, и укажите ученых, работающих над решением данных проблем.
2. Сравните системы физического воспитания в зарубежных странах и России (до XX в.) и заполните таблицу «Сравнительная характеристика систем физического воспитания в европейских странах и России».

| Название системы | Цели и задачи | Формы и средства | Содержание |
|------------------|---------------|------------------|------------|
|                  |               |                  |            |

3. Изучите вклад ученых (Л.И. Чулицкая-Тихеева, Е.Г. Леви-Гориневский, А.И. Быкова, М.Ю. Кистяковская, А.В. Кенеман, Д.В. Хух-лаева, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Н.Т. Терехова, Е.Н. Вавилова, Э.Я. Степаненкова, М.П. Голощекина, Л.Н. Пустынникова, Л.В. Кар-манова, М.А. Рунова, Г.П. Юрко) в развитие теории и технологии физического воспитания детей дошкольного возраста. Сгруппируйте ученых по предмету их исследований.

### **Тема 3. Обоснование комплексного решения задач физического воспитания в дошкольном возрасте**

#### **Вопросы для изучения**

1. Цель физического воспитания.
2. Оздоровительные задачи.
3. Образовательные задачи.
4. Воспитательные задачи.

#### **Учебно-исследовательские задания**

1. Составьте схему «Цель и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста».
2. Сравните подходы к определению содержания задач А.В. Кенеман, Э.Я. Степаненковой, С.О. Филипповой.

### **Тема 4. Средства физического воспитания дошкольника**

#### **Вопросы для изучения**

1. Физическое упражнение – основное средство физического воспитания дошкольников.
2. Психогигиенические факторы как средство физического воспитания.
3. Эколого-природные факторы.

#### **Учебно-исследовательские задания**

1. Заполните таблицу.

| Средства            | Цель |
|---------------------|------|
| Физическое упражне- |      |
| Психогигиенические  |      |
| Эколого-природные   |      |

2. Составьте схемы: характеристика физических упражнений; биомеханические характеристики физических упражнений; классификация физических упражнений; классификация физических упражнений по структурному признаку.

#### **Тема 5. Основы обучения и развития ребенка в процессе физического воспитания**

##### **Вопросы для изучения**

1. Единство обучения, воспитания и развития ребенка в процессе физического воспитания.
2. Характеристика принципов обучения.
3. Характеристика методов и приемов обучения.
4. Закономерности формирования двигательных навыков у детей в процессе обучения.
5. Этапы обучения детей физическим упражнениям.

#### **Учебно-исследовательские задания**

1. Составьте таблицу, в которой представлен перечень принципов физического воспитания, и дайте им характеристику.
2. Составить схему «Методы обучения движениям», в которой должна быть отражена характеристика понятия «метод», виды методов, их приемы, цели.
3. Составьте схему «Стадии формирования двигательного навыка».
4. Составьте таблицу «Последовательность обучения детей физическим упражнениям»

| Этапы | Цель | Методы |
|-------|------|--------|
| 1     |      |        |
| 2     |      |        |
| 3     |      |        |

#### **Тема 6. Технология воспитания физических качеств у детей дошкольного возраста**

##### **Вопросы для изучения**

1. Определение быстроты.
2. Значение быстроты.
3. Формы проявления быстроты.
4. Задачи, направленные на развитие быстроты.
5. Специфические принципы подбора упражнений и игр.

6. Упражнения для развития максимального темпа бега.
7. Упражнения для развития умения поддерживать темп бега.
8. Упражнения для обучения быстрому темпу бега.
9. Определение ловкости.
10. Факторы, влияющие на проявление ловкости.
11. Применение ловкости человеком.
12. Показатели ловкости.
13. Пути развития ловкости.
14. Приемы, повышающие ловкость.
15. Принципы использования упражнений для развития ловкости на занятиях.
16. Упражнения на развитие «ручной умелости».
17. Определение силы.
18. Факторы, влияющие на развитие мышечной силы.
19. Значение силы в жизни.
20. Задачи по развитию силы у дошкольников.
21. Группы упражнений для развития силы.
22. Планирование упражнений на развитие силы.
23. Положения туловища, предпочтительные в силовых упражнениях.
24. Особенности упражнений на развитие силы для детей 3–4 лет.
25. Определение выносливости.
26. Специальная и общая выносливость.
27. Упражнения (3), развивающие общую выносливость.
28. Требования к подбору циклических упражнений.
29. Упражнения, соответствующие требованиям к подбору циклических упражнений.

30. Основной метод развития выносливости.

Признаки определения утомления.

#### *Учебно-исследовательские задания*

Составьте комплекс упражнений на развитие отдельных физических качеств у детей дошкольного возраста.

Изучите уровень развития физических качеств у детей дошкольного возраста

### **Тема 7. Организация двигательного режима в дошкольных учреждениях**

#### **Вопросы для изучения**

1. Понятие «Двигательный режим».
2. Нормы СанПиН по вопросам организации двигательного режима.
3. Составление двигательного режима для каждой возрастной группы.

#### *Учебно-исследовательские задания*

1. Составить двигательный режим для разных возрастных групп.
2. Изучить двигательный режим в группе детского сада: определить его соответствие требованиям СанПиН.

### **Тема 8. Ходьба. Общая характеристика. Программные требования и технология обучения в разных возрастных группах**

### Вопросы для изучения

1. Характеристика ходьбы.
2. Показатели ходьбы.
3. Виды ходьбы.
4. Программные требования к ходьбе детей разных возрастных групп.

### Учебно-исследовательские задания

1. Изучите теоретический материал и представьте основное его содержание в таблицах «Упражнения по ходьбе в разных возрастных группах», «Техника выполнения основных видов ходьбы».

#### Упражнения по ходьбе в разных возрастных группах

| Параметры оценки | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст |
|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Особенно-        |                 |                 |                 |
| Виды             |                 |                 |                 |

#### Техника выполнения основных видов ходьбы

| Вид ходьбы | Техника выполнения | Положение рук | Имитационные движения |
|------------|--------------------|---------------|-----------------------|
|            |                    |               |                       |

2. Выявите уровень развития ходьбы у детей дошкольного возраста (прил. 6).

## Тема 9. Бег: общая характеристика, программные требования и технология обучения в разных возрастных группах

### Вопросы для изучения

1. Характеристика бега.
2. Показатели бега.
3. Виды бега.
4. Программные требования к бегу в каждой возрастной группе.

### Учебно-исследовательские задания

1. Изучите теоретический материал и представьте основное его содержание в таблицах «Упражнения в беге в разных возрастных группах», «Техника выполнения основных видов бега».

#### Упражнения в беге для разных возрастных групп

| Параметры оценки       | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст |
|------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Особенности выполнения |                 |                 |                 |
| Виды бега              |                 |                 |                 |

#### Техника выполнения основных видов бега

| Вид бега | Тех- | Положе- | Имитационные движения |
|----------|------|---------|-----------------------|
|          |      |         |                       |

2. Выявите уровень развития бега у детей дошкольного возраста.

## Тема 10. Оздоровительный бег, его значение и особенности проведения в дошкольном возрасте

### Вопросы для изучения

1. Правила организации оздоровительных пробежек.
2. Техника оздоровительного бега.
3. Место проведения беговых тренировок.
4. Требования к одежде.
5. Подготовка к беговым тренировкам.
6. Длительность и темп бега.
7. Технология организации беговых тренировок.

Формы фиксации материала – конспект по вопросам.

## Тема 11. Технология обучения прыжкам детей дошкольного возраста

### Вопросы для изучения

1. Характеристика прыжка.
2. Элементы техники прыжка.
3. Виды прыжков.
4. Технология обучения прыжкам.

### Учебно-исследовательские задания

1. Изучить технологию обучения дошкольников прыжкам и заполнить таблицу.

| Элементы исправления и формирования   | Способы и методы исправления |
|---|------------------------------|
| Подпрыгивание<br>1. Отрыв ног от земли.<br>2. Развитие прыгучести   |                              |
| Спрыгивание<br>1. Правильное исходное положение.<br>2. Боязнь высоты.<br>3. Прогибание спины во время полета.<br>4. Отталкивание вверх-вперед |                              |
| Прыжок в длину с места<br>1. Развитие прыгучести.<br>2. Оптимальная траектория полета.<br>3. Понимание прыжка «на дальность»                  |                              |

|  |  |
|--|--|
| Прыжок в длину с разбега<br>1. Отталкивание в определенном месте.<br>2. Определение толчковой ноги.<br>3. Расстояние для разбега.<br>4. Отталкивание не толчковой ногой.<br>5. Прямолинейность разбега |  |
| Прыжок в высоту с разбега<br>1. Активизация толчка.<br>2. Приземление на пятку и перенос прямых ног.<br>3. Точное отталкивание.<br>4. Точное приземление на пятку                                      |  |
| Прыжки через скакалку<br>1. Страх перед вбеганием  |  |

2. Выявите уровень развития умения прыгать в длину с места у детей дошкольного возраста.

## **Тема 12. Технология обучения метанию детей дошкольного возраста**

### **Вопросы для изучения**

1. Характеристика метания.
2. Элементы техники метания.
3. Виды метания и способы.
4. Технология обучения метанию.

### ***Учебно-исследовательские задания***

1. Составьте конспект по опорным вопросам. Обучение метанию вдаль
  - С какого возраста начинается обучение метанию вдаль?
  - Элементы обучения в первой младшей группе.
  - Элементы обучения во второй младшей группе.
  - Обучение правильному замаху.
  - Обучение исходному положению.
  - Элементы обучения в средней группе.
  - Новый прием для предотвращения отведения локтя в сторону.
  - Обучение прицеливанию.
  - Элементы обучения в старшей группе.
  - Обучение переносу тяжести.
  - Обучение сгибанию ног в конце замаха и выпрямлению их при броске.
  - Обучение движению кистью.
  - Обучение выполнению упражнения в определенном темпе.
  - Трудный элемент в обучении метанию способом «из-за спины через плечо». Какие ошибки могут возникнуть? Как их предотвратить?
    - Обучение метанию в цель
    - В какую цель метают дети первой младшей группы?
    - В какую цель метают дети второй младшей группы?

- Какой способ метания появляется в средней группе? Этапы обучения этому способу.

- Какие способы появляются в старшей группе? Последовательность обучения этим способам.

- Обучение метанию битой.

2. Выявите уровень развития владения метанием у детей дошкольного возраста.

### **Тема 13. Технология развития равновесия у дошкольников**

#### **Вопросы для изучения**

1. Понятие «равновесие».

2. Виды равновесия.

3. Критерии равновесия.

4. Характеристика наиболее устойчивого положения тела у человека.

5. Пути повышения ОЦТТ.

6. Пути уменьшения площади опоры.

7. Пути смещения линии ОЦТТ.

8. Задачи по развитию равновесия у дошкольников (на каждую задачу подобрать одно упражнение).

#### ***Учебно-исследовательские задания***

1. Разработайте комплекс упражнений, направленный на развитие равновесия у дошкольников.

2. Изучите уровень развития равновесия у детей дошкольного возраста.

### **Тема 14. Технология обучения общеразвивающим упражнениям**

#### **Вопросы для изучения**

1. Понятие ОРУ.

2. Значение ОРУ.

3. Классификация ОРУ (по анатомическому признаку, методической направленности, степени физической помощи взрослого, использованию предметов).

4. Требования к отбору упражнений.

5. Последовательность расположения упражнений в комплексе.

6. Методы и приемы обучения ОРУ.

#### ***Учебно-исследовательские задания***

1. Изучите технологию обучения детей общеразвивающим упражнениям и заполните таблицы.

Задачи обучения ОРУ в разных возрастных группах

Младшая группа

Средняя группа

Старшая группа

Последовательность обучения ОРУ в разных возрастных группах



|                   |                  |                               |                          |
|-------------------|------------------|-------------------------------|--------------------------|
| Возрастная группа | Организация      | Раздача и сбор пособий        | Методы и приемы обучения |
|                   | Круг, колонны... | Какие пособия и как раздаются |                          |

2. Составьте комплексы общеразвивающих упражнений для детей дошкольного возраста (младший, средний, старший возраст).

## **Тема 15. Строевые упражнения**

### **Вопросы для изучения**

1. Значение строевых упражнений в физическом развитии детей.
2. Виды строевых упражнений.
3. Технология обучения строевым упражнениям в разных возрастных группах.

### ***Учебно-исследовательские задания***

1. Составьте схему «Строевые упражнения», в которой будут отражены виды строевых упражнений и способы перестроения, поворотов.
2. Разработайте и изготовьте демонстрационный материал для детей «Модели перестроения».

## **Тема 16. Подвижная игра как средство и метод физического воспитания**

### **Вопросы для изучения**

1. Понятие «подвижная игра», ее отличие от упражнения.
2. Значение подвижной игры.
3. Классификации подвижных игр.
4. Технология обучения подвижным играм в разных возрастных группах.
5. Роль подвижной игры в совершенствовании основных движений.
6. Совершенствование двигательных навыков в упражнениях и играх с использованием элементов соревнования и творческих заданий.

### ***Учебно-исследовательские задания***

1. Изучите характеристику подвижных игр в разных возрастных группах и заполните таблицу.

#### **Характеристика подвижных игр в разных возрастных группах**

| Возраст детей   | Характеристика подвижной игры |
|-----------------|-------------------------------|
| Младший возраст |                               |
| Средний возраст |                               |
| Старший возраст |                               |

2. Понаблюдайте за проведением подвижной игры в одной из групп детского сада. Составьте фотозапись проведенной игры и сделайте анализ по схеме.

3. Разработайте конспект проведения новой игры. Оформите его в следующей форме.

|                           |                     |
|---------------------------|---------------------|
| Алгоритм объяснения новой | Объяснения педагога |
| Сообщение названия игры   |                     |
| Сюжет игры                |                     |
| Организация игровых усло- |                     |
| Показ движений            |                     |
| Распределение ролей       |                     |
| Размещение играющих       |                     |
| Объяснение правил игры    |                     |
| Закрепление правил        |                     |
| Ход игры                  |                     |
| Подведение итогов         |                     |

4. Составьте картотеку подвижных игр в форме таблицы.

| Названия игр                | Вторая младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная |
|-----------------------------|-----------------------|----------------|----------------|------------------|
| Игры с бегом                |                       |                |                |                  |
| Прыжками                    |                       |                |                |                  |
| Лазанием                    |                       |                |                |                  |
| Метанием                    |                       |                |                |                  |
| Ориентировка в пространстве |                       |                |                |                  |

## Тема 17. Технология обучения дошкольников элементам спортивных игр

### Вопросы для изучения

1. Особенности проведения занятий с дошкольниками по обучению элементам спортивных игр.
2. Технология обучения баскетболу.
3. Технология обучения бадминтону.
4. Технология обучения волейболу.
5. Технология обучения городкам.
6. Технология обучения теннису.
7. Технология обучения футболу.

### Учебно-исследовательские задания

1. Задание выполняется индивидуально или в парах. Необходимо разработать презентацию «Технология обучения дошкольников спортивной игре» (игра определяется по желанию) для консультации молодых специалистов. В презентации освещаются вопросы: краткая история развития игры, правила игры для дошкольников, элементы обучения, упражнения и игры на закрепление навыков. Подготовиться к представлению презентации для однокурсников.

2. По результатам всех выступлений заполните обобщающую таблицу.

Технология обучения (название игры)

|                   |  |
|-------------------|--|
| Элементы обучения | Игры и упражнения на формирование и закрепление элементов игры |
|-------------------|--|

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

## **Тема 18. Технология обучения дошкольников спортивным упражнениям**

### **Вопросы к изучению**

1. Технология обучения катанию на санках.
2. Технология обучения скольжению по ледяным дорожкам.
3. Технология обучения ходьбе на лыжах.
4. Технология обучения катанию на коньках.
5. Технология обучения катанию на велосипеде.
6. Технология обучения катанию на самокатах.
7. Технология обучения катанию на роликовых коньках.
8. Технология обучения плаванию.

### **Учебно-исследовательское задание**

1. Заполните таблицу, используя основной источник.

| Вид спортивного упражнения, его | Элементы техники | Методические рекомендации |
|---------------------------------|------------------|---------------------------|
|                                 |                  |                           |

## **Тема 19. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду**

### **Вопросы для изучения**

1. Физкультурное занятие – основная форма организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду.
2. Типы занятий.
3. Содержание и структура занятия.
4. Физкультурные занятия на воздухе.
5. Способы организации детей на занятиях.
6. Общая и моторная плотность занятия.
7. Утренняя гимнастика. Типы утренней гимнастики.
8. Подбор упражнений в комплексе утренней гимнастики.
9. Технология проведения утренней гимнастики.
10. Физкультурная минутка.
11. Гимнастика после сна.
12. Активный отдых.
13. Самостоятельная двигательная деятельность.
14. Задания на дом.

### **Учебно-исследовательские задания**

1. Составьте по результатам наблюдения фотозапись всех форм физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.
2. Разработайте конспекты всех основных форм физкультурно-оздоровительной работы в детском саду.

3. Сравните технологии организации и проведения физкультурных праздников и развлечен. Определите общее и различие.

## **Тема 20. Массаж, его виды, технология проведения с детьми раннего возраста**

### **Вопросы для изучения**

1. Физиологическое действие массажа.
2. Физиологическое действие движений.
3. Основные физиологические предпосылки при выборе и назначении физических мероприятий.
4. Безусловные рефлексы новорожденного.
5. Техника работы (приемы массажа):
6. поглаживание рук, ног, живота, спины;
7. растирание ног, живота, стоп;
8. разминание ног, спины;
9. похлопывание спины, стоп;
10. активные упражнения: укладывание на живот, разгибание позвоночника, ползание, поворот со спины на живот, положение пловца, «парение» на животе, «парение» на спине;
11. пассивные упражнения: скрещивание рук на груди, «бокс», скользящие шаги;
12. вибрационный массаж грудной клетки.

### ***Учебно-исследовательское задание***

1. Разработайте комплекс упражнений и массажа для детей от рождения до 6 месяцев; от 6 месяцев до 1 года; от 1 года до 2 лет.

## **3.4 Методические рекомендации по подготовке и написанию реферата**

Реферат это 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.

Тематика рефератов определяется рабочими программами и фондами оценочных средств учебной дисциплины «Теория и технология физического воспитания детей», однако студент может проявить свою инициативу.

Различают несколько видов рефератов по их тематике и целевому назначению: литературный (обзорный), методический, информационный, библиографический, полемический и др.

При написании реферата от студента требуется умение выделить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения, используемые автором (или авторами).

Структура реферата должна включать следующие составные части:

1. Титульный лист.

2. Оглавление (план, содержание).
3. Введение.
4. Основная часть работы (разделяется на главы и подглавы).
5. Заключение (выводы)
6. Список использованной литературы.
7. Приложения (если имеются).

#### 1. Титульный лист

Работа начинается с титульного листа, на котором указывается название вуза, факультета и кафедры, на которой выполнена работа, фамилия, имя и отчество студента (полностью), курс и группа, название и вид работы (реферат), данные о руководителе, город и год выполнения работы.

2. Содержание (оглавление) - это наглядная схема, перечень всех без исключения заголовков работы с указанием страниц. Заголовки должны быть написаны так, чтобы по расположению можно было судить об их соотношении между собой по значимости (главы, разделы, параграфы, и т.п.)

#### 3. Введение.

Обоснование выбора темы:

- актуальность, связь с настоящим, значимость в будущем;
- новые, современные подходы к решению проблемы;
- наличие противоречивых точек зрения на проблему в науке и желание в них разобраться;
- противоположность бытовых представлений и научных данных о заинтересованном факте;
- личные мотивы и обстоятельства возникновения интереса к данной теме;
- цель и значимость темы.

#### 4. Основная часть работы (основное содержание):

- сущность проблемы или изложение объективных научных сведений по теме реферата;
- критический обзор источников;
- собственные версии, сведения, оценки.

#### 5. Заключение:

- основные выводы;
- результаты и личная значимость проделанной работы;
- перспективы продолжения работы над темой.

#### 6. Список использованной литературы.

Это один из важнейших элементов реферата, позволяющий проверить автора и помогающий отыскать основную литературу, в которой можно получить ответы на интересующие вопросы, если эти вопросы не раскрыты в реферате, но интересуют читателя. Авторы, на которых делается ссылка по тексту, обязательно должны быть в списке литературы и наоборот. Список литературы оформляется согласно алфавиту: первым записывается автор с фамилией начинающийся на «А» и т.д.

#### 7. Приложения

В приложения включается второстепенный материал, например анкеты, первичные результаты измерений, схемы и т.п.

Требования к оформлению текстового материала.

Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А 4 (210x 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегль 14, через 1,5 интервал при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 20мм, нижнее – 20мм, левое – 30мм, правое – 20мм. Нумерация страниц производится внизу листа по центру. Титульный лист нумерации не подлежит. Общий объем реферата не должен превышать 20 страниц и не менее 10 страниц для печатного текста.

Оформление ссылок на источники.

Связь списка литературы с текстом осуществляется с помощью ссылок, для нумерации которых используются арабские цифры.

Постраничный вариант: в нижней части работы страницы (под основным текстом) под соответствующим номером сноски указываются выходные данные источника.

Внутристраничный вариант: в тексте работы после приведенной цитаты в скобках указывается номер источника по общему библиографическому списку.

Библиографическое описание научно-методической литературы в списке.

Список составляют на отдельном листе. Этот список нумеруют арабскими цифрами с точкой и составляют в следующей последовательности: официальные документы (федеральные законы, указы Президента РФ, постановления Правительства РФ и т.п.), материалы сессий, конференций в хронологическом порядке и далее по алфавиту остальные источники: книги, статьи, авторефераты, источники из Интернета и др.

Структура библиографического описания включает в себя следующие элементы: фамилия и инициалы автора, название, место издания, издательство, год, общее количество страниц издания или номера страниц, на которых расположен использованный материал.

Фамилию автора следует указывать в именительном падеже.

Название книги, статьи, газеты и других источников следует приводить в том виде, в каком оно дано на титульном листе (без кавычек).

Наименование места издания необходимо приводить в именительном падеже. Допускается сокращенное название следующих городов: Москва (М.), Ленинград (Л.), Санкт-Петербург (СПб.), Ростов-на-Дону (Ростов н/Д), Нижний Новгород (Н. Новгород).

Для получения положительной оценки рефераты обязательно подлежат защите, т.е. подготовить доклад по времени на 5-6 минут, затем ответить на вопросы.

### **3.5 Методические рекомендации при подготовке к промежуточной аттестации**

Процедура проведения оценочных мероприятий имеет следующий вид:

#### **Текущий контроль**

#### **Промежуточная аттестация (зачет)**

Зачет проводится по расписанию сессии.

Форма проведения зачета – устная или сдача тестов.

Требование к содержанию ответа – дать краткий, но обоснованный с позиций дисциплины четкий ответ на поставленный вопрос.

Количество вопросов на зачете – 2.

Результаты аттестации заносятся в экзаменационно-зачетную ведомость и зачетную книжку студента (при получении зачета).

Студенты, не прошедшие промежуточную аттестацию по графику сессии, должны ликвидировать задолженность в установленном порядке. Общее распределение часов аудиторных занятий и самостоятельной работы по темам дисциплины и видам занятий приведено в рабочей программе дисциплины в разделе «Содержание дисциплины».

Залогом успешного освоения этой дисциплины является обязательное посещение лекционных и практических занятий, так как пропуск одного (тем более, нескольких) занятий может осложнить освоение разделов курса. На практических занятиях материал, изложенный на лекциях, закрепляется при подготовке доклада и защите реферата.

Непременной сопутствующей процедурой преподавания любой дисциплины являлся контроль уровня усвоения учебного материала. В настоящее время среди разнообразных форм контроля в учебном процессе стали активно применяться тестовые задания, которые позволяют относительно быстро определить уровень знаний студента.

Тестовые задания является одной из наиболее научно обоснованных процедур для выявления реального качества знания у испытуемого студента. Впрочем, тестирование не может заменить собой другие педагогические средства контроля, используемые сегодня преподавателями. В их арсенале остаются устные экзамены, контрольные работы, опросы студентов и другие разнообразные средства. Они обладают своими преимуществами и недостатками и поему они наиболее эффективны при их комплексном применении в учебной практике. По этой причине каждое из перечисленных средств применяется преподавателями на определенных этапах изучения дисциплины.

Самое главное преимущество тестов – в том, что они позволяют преподавателю и самому студенту при самоконтроле провести объективную и независимую оценку уровня знаний в соответствии с общими образовательными требованиями. Наиболее важным положительным признаком тестового задания является однозначность интерпретации результатов его выполнения. Благодаря этому процедура проверки может быть доведена до высокого уровня автоматизма с минимальными временными затратами. При проведении тестирования степень сложности предлагаемых вопросов определяются преподавателем в зависимости от уровня подготовленности группы. Однако все варианты тестовых заданий содержат группы вопросов по различным эпохам отечественной истории, что предполагает наличие у студентов знаний по всему курсу.

Тестовые задания разрабатываются преподавателем в соответствии с рабочей программой, что позволяет оценить знания студентов по разделам курса. Тесты представляют собой форму контроля и оценки текущих знаний студентов и уровень

освоения ими учебного материала. Тесты представлены по всем темам, изучаемым в рамках программы. Тестовый материал можно использовать:

- студентами при подготовке к зачету в форме самопроверки знаний;
- преподавателями для проверки знаний в качестве формы промежуточного контроля на семинарских занятиях;
- для проверки остаточных знаний студентов, изучивших данный курс.

Тестовые задания рассчитаны на самостоятельную работу без использования вспомогательных материалов. Для выполнения тестового задания, прежде всего, следует внимательно прочитать поставленный вопрос. После ознакомления с вопросом следует приступать к прочтению предлагаемых вариантов ответа. Необходимо прочитать все варианты и в качестве ответа следует выбрать лишь один индекс (цифровое обозначение), соответствующий правильному ответу. Тесты составлены таким образом, что в каждом из них, как правило, правильным является лишь один из вариантов. Выбор должен быть сделан в пользу наиболее правильного ответа.

На выполнение теста отводится ограниченное время. Оно может варьироваться в зависимости от уровня тестируемых, сложности и объема теста.

Как правило, время выполнения тестового задания определяется из расчета 30-45 секунд на один вопрос. Задачей теста является набор максимально возможного количества баллов текущей успеваемости.

Результаты аттестации заносятся в экзаменационно-зачетную ведомость и зачетную книжку студента (при получении экзамена).

#### **4. Критерии оценивания самостоятельной работы студентов**

##### **Критерии оценивания устного ответа:**

– оценка **«отлично»** выставляется, если студент не только глубоко и прочно усвоил весь программный материал, но и проявил знания, выходящие за его пределы, почерпнутые из дополнительных источников (учебная литература, научно-популярная литература, научные статьи и монографии, сборники научных трудов и интернет-ресурсы и т. п.); умеет самостоятельно обобщать программный материал, не допуская ошибок, проанализировать его с точки зрения различных школ и взглядов; увязывает знания с практикой; приводит примеры, демонстрирующие глубокое понимание материала или проблемы;

– оценка **«хорошо»** выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и последовательно его излагает, увязывает с практикой, не допуская существенных неточностей в ответе на вопросы;

– оценка **«удовлетворительно»** выставляется, если студент усвоил только основной программный материал, но не знает отдельных положений, в ответе допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала;

– оценка **«неудовлетворительно»** выставляется, если студент не знает значительной части основного программного материала, в ответе допускает существенные ошибки, неправильные формулировки.

##### **Критерии оценивания тестовых заданий:**



- 85% – 100% правильных ответов – «отлично»;
- 66% – 84% правильных ответов – «хорошо»;
- 50% – 65% правильных ответов – «удовлетворительно»;
- менее 50% правильных ответов – «неудовлетворительно».

При подведении итогов по выполненной работе рекомендуется проанализировать допущенные ошибки, прокомментировать имеющиеся в тестах неправильные ответы.

### **Критерии оценивания письменной работы студентов**

Для определения фактических оценок по каждому заданию выставляются следующие оценки:

- оценка **«отлично»** выставляется, если студент демонстрирует полный и правильный ответ, изложенный в определенной логической последовательности; если студент свободно оперирует лингвистическими законами; анализирует языковые и правовые явления, используя различные источники информации; делает творчески обоснованные выводы. Допускается одна-две несущественные ошибки;

- оценка **«хорошо»** выставляется, если студент демонстрирует полный и правильный ответ, изложенный в определенной логической последовательности; если студент умеет оперировать лингвистическими законами; анализирует языковые и правовые явления; делает обоснованные выводы. Допускаются одна-две ошибки;

- оценка **«удовлетворительно»** выставляется, если студент демонстрирует частично правильный и неполный ответ; нарушена логика ответа; если студент знает лингвистические законы, но оперирует ими слабо;

- оценка **«неудовлетворительно»** выставляется, если ответы односложные «да», «нет»; аргументация отсутствует либо ошибочны ее основные положения; большинство важных фактов отсутствует, выводы не делаются.

### **Критерии оценивания ответов на вопросы текущего контроля:**

**Отметка «5»** ставится, если

- отвечающий полно излагает изученный материал, даёт правильные определения языковых понятий;

- обнаруживает понимание материала, способен обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;

- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

**Отметка «4»** ставится, если студент даёт ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же и исправляет, и 1-2 недочёта при речевом оформлении ответа.

**Отметка «3»** ставится, если учащийся обнаруживает знание и понимание основных положений вопроса, но

- излагает материал неполно и допускает неточности в определении языковых понятий или формулировке правил;

- не умеет обосновать свои суждения и привести собственные примеры;

– излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в речевом оформлении ответа.

**Отметка «2»** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части материала вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил беспорядочно и неуверенно излагает материал.

**Критерии оценивания ответов на вопросы текущего контроля:**

- оценка «**зачтено**» выставляется обучающемуся, если вопрос раскрыт, во время дискуссии высказывается собственная точка зрения на обсуждаемую проблему, демонстрируется способность аргументировать доказываемые положения и выводы.

- оценка «**не зачтено**» выставляется, если обучающийся не способен доказать и аргументировать собственную точку зрения по вопросу, не способен сослаться на мнения ведущих специалистов по обсуждаемой проблеме.