

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

Кафедра биоэкологии и техносферной безопасности

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **ДИСЦИПЛИНЫ**

*«Б1.Д.Б.33 Теория и технологии физического воспитания детей»*

Уровень высшего образования

**БАКАЛАВРИАТ**

Направление подготовки

*44.03.01 Педагогическое образование*

(код и наименование направления подготовки)

*Дошкольное образование*

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

*Бакалавр*

Форма обучения

*Заочная*

Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.Б.33 Теория и технологии физического воспитания детей» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры педагогического образования  
протокол № 8 от "17" марта 2026 г.

Декан факультета экономики и права  
наименование факультета



О.Н. Григорьева  
расшифровка подписи

Исполнители:

Доцент кафедры общепрофессиональных и технических дисциплин  
должность



М.А. Вильданова  
расшифровка подписи

Ст. преподаватель кафедры БэТБ  
должность



А.П. Девяткина  
расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

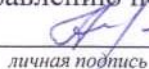
Заместитель директора по НМР



М. А. Зорина  
расшифровка подписи

Председатель методической комиссии по направлению подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование

код наименование



Н.А. Гаврилова  
расшифровка подписи

Уполномоченный по качеству кафедры



И.В. Балан  
расшифровка подписи

© М.А. Вильданова, А.П. Девяткина 2026 г.  
© Бузулукский гуманитарно-технологический институт  
(филиал) ОГУ, 2026 г.

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

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

### Задачи:

- формировать систематизированные знания в области теории и технологии физического воспитания детей, о содержании, основных задачах и методах, взаимосвязях с другими отраслями научного знания;
- развивать навыки самостоятельной работы с учебной и научной литературой в области физического воспитания детей;
- развивать практические умения осуществлять диагностику и контроль сенсомоторного развития и физической подготовленности дошкольников;
- развивать практические умения и навыки анализа, планирования и организации процесса физического воспитания дошкольников;
- формировать систему практических умений диагностировать и оценивать эффективность процесса физического воспитания в дошкольной образовательной организации.

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.11 Тайм-менеджмент, Б1.Д.Б.13 Физическая культура и спорт, Б1.Д.Б.14 Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья, Б1.Д.Б.18 Педагогика, Б1.Д.Б.21 Технология и организация воспитательных практик (классное руководство), Б1.Д.В.1 Техники и технологии игровой деятельности*

Постреквизиты дисциплины: *Б2.П.Б.П.1 Педагогическая практика, Б2.П.В.П.1 Преддипломная практика*

## 3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
ПК*-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК*-1-В-1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета) ПК*-1-В-2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ПК*-1-В-3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций <b>Знать:</b> структуру, состав и дидактические единицы физического воспитания детей. <b>Уметь:</b> осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС <b>Владеть:</b> разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы,

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
		приемы и технологии обучения, в том числе информационные.
ПК*-2 Способен использовать современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества образовательного процесса	<p>ПК*-2-В-1 Осуществляет поиск и внедрение в практику эффективных методик и технологий организации образовательной деятельности в соответствии с целевыми задачами образования</p> <p>ПК*-2-В-2 Выбирает формы, средства, технологии организации образовательного процесса, обеспечивающие достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся в соответствии с основной образовательной программой</p> <p>ПК*-2-В-3 Обеспечивает достоверность и объективность оценки эффективности реализации методик и технологий, исходя из личностных, метапредметных и предметных достижений обучающихся в соответствии с целевыми задачами организации образовательного процесса</p>	<p><b><u>Знать:</u></b> эффективные методики и технологии организации образовательной деятельности в соответствии с целевыми задачами физического воспитания.</p> <p><b><u>Уметь:</u></b> осуществлять отбор форм, средств, технологии организации образовательного процесса физического воспитания, обеспечивающие достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся в соответствии с основной образовательной программой</p> <p><b><u>Владеть:</u></b> навыком достоверной и объективной оценки эффективности реализации методик и технологий, исходя из личностных, метапредметных и предметных достижений обучающихся в соответствии с целевыми задачами организации образовательного процесса физического воспитания.</p>

## 4 Структура и содержание дисциплины

### 4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	9 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>Контактная работа:</b>	<b>14,25</b>	<b>14,25</b>
Лекции (Л)	6	6
Практические занятия (ПЗ)	8	8
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
<b>Самостоятельная работа:</b> - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий; - изучение разделов курса в системе электронного обучения; - подготовка к практическим занятиям и т.п.	<b>93,75</b>	<b>93,75</b>
<b>Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)</b>	<b>зачет</b>	

Разделы дисциплины, изучаемые в 9 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Теоретические основы физического воспитания детей.	20	1	2	-	16
2	Основы обучения и развития детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания.	30	1	2	-	26
3	Технологии физического воспитания детей.	26	2	2	-	22
4	Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.	32	2	2	-	24
	Итого:	108	6	8		94
	Всего:	108	6	8		94

## 4.2 Содержание разделов дисциплины

### Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания детей.

Теория и технология физического воспитания как научная и учебная дисциплина. Определение теории физического воспитания детей как науки об общих закономерностях физического воспитания ребенка, предмет и специфика изучения. Основные направления и принципы организации исследований в физическом воспитании. Методы исследований, их характеристика. Приемы обработки и интерпретации экспериментальных данных. Понятие системы физического воспитания (цели, задачи, средства, формы организации). Цель физического воспитания детей. Закономерности развития детского организма. Задачи физического воспитания. Средства физического воспитания. Понятие «средства физического воспитания». Комплексное использование средств как необходимое условие успешного решения задач гармоничного развития детей, формирования здорового образа жизни.

### Раздел 2. Основы обучения и развития детей в процессе физического воспитания.

Формирование двигательных навыков и воспитание физических качеств. Понятие «двигательные умения», «двигательные навыки», их физиологическая и психологическая сущность. Закономерности формирования двигательных навыков. Принципы физического воспитания детей. Общие принципы образования детей в области физической культуры. Принципы организации педагогического процесса по физической культуре в образовательном учреждении. Методы и приемы обучения

физическим упражнениям Особенности использования различных методов на разных этапах овладения двигательным действием.

### **Раздел 3. Технологии физического воспитания детей.**

Понятие, значение и характеристика основных движений. Виды основных движений. Технологии обучения основным движениям. Последовательность обучения каждому виду основных движений в разные возрастные периоды.

Технологии обучения основным движениям Определение понятия «общеразвивающие упражнения». Характеристика общеразвивающих упражнений Классификация общеразвивающих упражнений. Методические приемы обучения общеразвивающим упражнениям с учетом возрастных особенностей.

Технологии обучения общеразвивающим упражнениям. Обучения строевым упражнениям Понятие, значение и характеристика строевых упражнений. Их место в процессе физического воспитания детей разных возрастных групп. Технологии обучения подвижным играм Подвижная игра – основное средство и метод воспитания физической культуры детей. Понятие «подвижная игра». Технологии обучения спортивным упражнениям. Понятие «спортивные упражнения». Виды спортивных упражнений.

### **Раздел 4. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.**

Физкультурные занятия. Понятие «спортивные упражнения». Виды спортивных упражнений. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня. Физическое воспитание в семье. Планирование и учет работы по физическому воспитанию детей. Планирование. Значение планирования. Требования к планированию. Типы и виды планирования. Принципы планирования. Содержание перспективного планирования. Организация работы по физическому воспитанию в дошкольном учреждении Функциональные обязанности лиц, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья. Показатели двигательной активности. Диагностика физической подготовленности. Оценка эффективности работы учреждения по физическому воспитанию. Формирование здорового образа жизни дошкольника Понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни». Факторы, влияющие на здоровье. Структурные компоненты здорового образа жизни. Диагностика сформированности здорового образа жизни у детей.

#### **4.3 Практические занятия (семинары)**

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Средства физического воспитания детей	2
2	2	Основы обучения и развития детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания	2
3	3	Технология воспитания физических качеств у детей	2
4	4	Формы организации физкультурно-оздоровительной работы	2
		Итого:	8

### **5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

#### **5.1 Основная литература**

1. Методика физического воспитания детей: учебник [Электронный ресурс]/ М.Н. Дедулевич, В.А. Шишкина. – Минск: РИПО, 2016. – 328 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463279/>.

2. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : в 2 ч. / Д.С. Алхасов. – Москва; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – Ч. 2. – 342 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429261>.

## 5.2 Дополнительная литература

1. Теория и технология физического воспитания детей: методические рекомендации [Электронный ресурс] / О. Г. Чугайнова, М. Ю. Парамонова; Московский педагогический государственный университет. - Москва: МПГУ, 2016. - 112 с. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book%20&id=471791>.

2. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста: учебное пособие [Электронный ресурс]/ Т.К. Ким; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. – Москва: МПГУ, 2015. – 204 с.– Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472914>.

3. Физическое воспитание детей с низким уровнем готовности к обучению в школе: учебное пособие [Электронный ресурс]/ Ф.Р. Козицына, Л.Г. Харитоновна ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2003. – 55 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274642>.

4. Педагогические модели физического воспитания учебное пособие [Электронный ресурс]/ И.В. Манжелей. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 199 с.– Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426946>.

## 5.3 Периодические издания

Социально-гуманитарные знания: журнал. - Москва : АНО Редакция журнала Социально-гуманитарные знания, 2019

Педагогика: журнал. - Москва : ООО Педагогика, 2019

## 5.4 Интернет-ресурсы

1. <http://www.ict.edu.ru/> - Информационно-коммуникационные технологии в образовании.
2. <http://vospitatel.ru/> - Всероссийский сайт педагогов ДОУ.
3. <https://dohcolonoc.ru/> - Сайт для воспитателей детских садов.
4. <http://www.fizkultura-vsem.ru/> - Физкультура для всех: для детей и взрослых
5. <http://www.fizkult-ura.ru/> - Сайт проекта «ФизкультУРА»
6. <https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/?subscribe=yes> – «Открытое образование», МО-ОК: «Физическая культура».

## 5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

- RED OS;
- LibreOffice;
- Chromium браузер;
- Яндекс браузер;
- Веб-приложение «Универсальная система тестирования БГТИ»

## 6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа оснащены стационарным или переносным мультимедиа-проекторами и проекционным экраном, переносным ноутбуком, кафедрой, посадочными местами для обучающихся, рабочим местом преподавателя, учебной доской.

Аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещение для самостоятельной работы оснащены комплектами ученической мебели, компьютерами с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в

электронную информационно-образовательную среду ОГУ и филиала, электронные библиотечные системы.