

## Программа учебной дисциплины 5.6 «Теория и технология физического воспитания ребенка»

### 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является теоретическая и практическая подготовка обучающихся (слушателей) в области изучения теории и технологии физического воспитания ребенка и применения полученных навыков в педагогической деятельности.

### 2. Планируемые результаты освоения дисциплины

№ п/п	Компетенции	Знать	Уметь	Владеть
1.	ПК-1.1	закономерности и принципы, методы, средства и формы осуществления образовательной деятельности	осуществлять целеполагание и планирование образовательной деятельности в соответствии с реализуемой образовательной программой и индивидуальными особенностями обучающихся	организации педагогического процесса в разных возрастных группах; способами использования возможностей образовательной среды для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса
2.	ПК-1.3	особенности каждого возрастного периода детей для осуществления обучения, воспитания и развития в образовательных учреждениях дошкольного образования	организовывать образовательный и воспитательный процессы, учитывая возрастные, социальные и психофизические особенности обучающихся	образовательными технологиями, позволяющими реализовывать образовательные программы в соответствии с ФГОС ДО
3.	ПК-2.1	особенности применения методов и технологий воспитания и обучения с детьми раннего и	использовать современные методы и технологии воспитания и обучения с учетом возрастных и индивидуальных	навыками разработки и реализации образовательной программы по физическому воспитанию в

		дошкольного возраста при учете их индивидуальных различий	особенностей детей раннего и дошкольного возраста	соответствии с ФГОС ДО с учетом специфики дошкольной образовательной организации
--	--	--	--	---

### 3. Содержание дисциплины

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Вид	Содержание
1.	Теоретические основы физического воспитания и развития детей	6 часов	Сам. работа	Теория и технология физического воспитания как научная и учебная дисциплина. Цели и задачи физического воспитания дошкольников. Развитие и становление систем ФВ в России. Развитие и становление систем ФВ за рубежом. Особенности психофизического развития ребенка от рождения до 7 лет. Средства физического воспитания. Физические упражнения - основное средство физического воспитания и развития детей
2.	Основы обучения и развития детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания	4 часа	Лекция	Формирование двигательных навыков. Воспитание физических качеств у дошкольников. Принципы физического воспитания дошкольников. Методы и приемы обучения физическим упражнениям.
3.	Технологии физического воспитания детей дошкольного возраста	4 часа	Практ.	Технологии обучения основным движениям. Технология обучения общеразвивающим упражнениям. Технологии обучения строевым упражнениям. Технологии обучения подвижным играм. Подвижные игры в развитии творчества у детей. Технологии обучения дошкольников элементам спортивных игр. Технология обучения детей спортивным упражнениям
4.	Формы организации физического воспитания в дошкольной образовательной организации	4 часа		Физкультурные занятия. Физкультурные занятия на воздухе. Сюжетные физкультурные занятия в дошкольном образовательном учреждении (по возрастным группам). Способы организации детей на занятиях. Физкультурное занятия - основная форма обучения физическим упражнениям. Общая и моторная плотность занятия. Утренняя

				гимнастика. Типы утренней гимнастики. Технология проведения утренней гимнастики. Физкультурные минутки в различных видах деятельности. Гимнастика после сна. Активный отдых детей. Самостоятельная двигательная активность детей. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня дошкольной образовательной организации. Физкультурные праздники.
		6 часов	Сам. работа	Физическое воспитание в семье. Массаж, его виды, технология проведения с детьми раннего возраста. Планирование и учет работы по физическому воспитанию детей. Организация работы по физическому воспитанию в дошкольной образовательной организации. Диагностические методики физической подготовленности детей. Диагностика физического развития ребёнка
		<b>Итого:</b>	<b>24 часа</b>	

#### **4. Формы аттестации и оценочные материалы**

Форма аттестации – зачёт.

**Список тестовых заданий к зачёту:**

##### **1. Процесс формирования и изменения на протяжении жизни**

**естественных морфофункциональных свойств организма ребенка и основанных на них психофизических качеств — это ...**

- а) физическая подготовленность;
- б) физическое воспитание;
- в) физическое развитие.

##### **2. Гимнастика после дневного сна проводится:**

- а) в помещении после проветривания
- б) только на улице
- в) только в спортивном зале

**3. Какое положение выражает готовность к действию и создает наиболее выгодные условия для правильного выполнения упражнения?**

- а) рациональное;
- б) исходное;
- в) обычное.

**4. Какая группа методов формирует у детей представления о движении, яркость чувствительного восприятия и двигательных ощущений, развивает сенсорные способности?**

- а) физические;
- б) наглядные;
- в) дидактические.

**5. Применение на практике мероприятий, разработанных гигиеной и направленных на улучшение работы населения, оздоровление окружающей среды и продление жизни человека, – это:**

- а) физическая подготовка
- б) закаливание
- в) санитария

**6. Характеризуется как способность человека осуществлять движения с определенной скоростью и проявляется в разных формах – это:**

- а) быстрота
- б) ловкость
- в) выносливость.

**7. Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами, — это ...**

- а) двигательный режим;
- б) основные движения;
- в) подвижная игра.

**8. Способность тела сохранять устойчивое состояние, как в покое, так и в движении, - это....**

- а) глазомер
- б) равновесие

в) быстрота.

**9. Основной формой организованного систематического обучения физическим упражнениям является...**

а) физкультурное занятие;

б) утренняя гимнастика;

в) физкультминутка.

**10. Какая задача не относится к воспитательным задачам физического развития детей в ДОУ?**

а) совершенствование защитных функций организма;

б) формирование умения рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;

в) развитие самостоятельности, творчества, инициативности.

**11. Использование разнообразных форм двигательной активности создает оптимальный...**

а) уровень физической подготовленности;

б) двигательный режим;

в) критерий физического развития.

**12. На физкультурном занятии осуществляется контроль за соблюдением следующих нагрузок:**

а) эмоциональной, духовно-нравственной;

б) психологической, физической;

в) интеллектуальной, физической.

**13. Строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону - это...**

а) колонна;

б) ряд;

в) шеренга.

**14. Главной причиной нарушения осанки является:**

а) малая подвижность в течение дня, неправильное поднятие тяжестей, часто принимаемая неправильная поза.

б) сутулость, сгорбленность, “страх” своего роста.

в) наследственность

**15. Позы, принимаемые человеком, занимающимся йогой, называются:**

а) асаны,

б) босу,

в) цигун.

**5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:**

**Основная литература:**

1. Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10215-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517227> (дата обращения: 30.05.2023).

2. Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания дошкольников : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/531309> (дата обращения: 30.05.2023).

**Дополнительная литература:**

1. 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, 2023. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514806> (дата обращения: 30.05.2023).

### **Интернет-ресурсы:**

1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart. – Режим доступа:  
<https://www.iprbookshop.ru/>
2. Электронно-библиотечная система «Юрайт». – Режим доступа:  
<https://urait.ru/>