

БПОУ ВО «ВОЛОГОДСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

**Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы
МДК 01.03. ПРАКТИКУМ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ
ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ**

**Основная профессиональная образовательная программа – программа
подготовки специалистов среднего звена**

**Специальность 44.02.01 Дошкольное образование (углубленной
подготовки)**

Методические рекомендации разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от № 1351 от 27.10.2014 г./

Разработчик:

Подаровская Людмила Васильевна, преподаватель БПОУ ВО «Вологодский педагогический колледж»

Рассмотрены на заседании ПЦК преподавателей социально-гуманитарных дисциплин

Требования к результатам освоения МДК 01.03.

Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

уметь:

- находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам;
- определять цели и задачи занятия, планировать его с учетом особенностей предмета, возраста, группы, отдельных обучающихся и в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами;
- использовать различные средства, методы и формы организации деятельности воспитуемых на занятиях физической культуры, строить их с учетом особенностей возраста и уровня подготовленности обучающихся;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;
- использовать технические средства обучения в образовательном процессе;
- проводить педагогический контроль на физкультурных занятиях, осуществлять отбор контрольно-измерительных материалов, форм и методов диагностики результатов обучения;
- осуществлять самоанализ, самоконтроль при проведении физкультурных занятиях;

знать:

- особенности адаптации дошкольников к условиям начального образования;
- возрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста;
- программы и учебно-методические комплекты для ДОУ;
- содержание учебного предмета «физическая культура» в объеме достаточном для осуществления профессиональной деятельности и методику его преподавания;

- воспитательные возможности средств физической культуры в ДОУ;
- вопросы преемственности образовательных программ дошкольного и начального общего образования;
- особенности одаренных детей дошкольного возраста и детей с проблемами в развитии и трудностями в обучении;
- педагогические и гигиенические требования к организации обучения на физкультурных занятиях;
- виды документации по предмету, требования к ее ведению и оформлению.

Расчет часов самостоятельной работы

№ п/п	Название самостоятельной работы	Количество часов
1.	Планирование и написание плана-конспекта физкультурного занятия с использованием основных видов движения для детей разных возрастных групп.	2
2.	Подбор подвижных игр с элементами бега.	1
3.	Подбор игр с элементами прыжков в соответствии с возрастными особенностями дошкольников.	1
4.	Подбор и проведение игр с элементами метания.	1
5.	Подбор игр с использованием мяча для разных возрастных групп.	1
6.	Составление схемы проведения полосы препятствий с различными видами лазания.	1
7.	Подбор задания на равновесие для дошкольников разных возрастных групп.	2
8.	Составление схемы строевых упражнений для детей дошкольного возраста	1
9.	Подбор сюжетных общеразвивающих упражнений для детей младшей и средней групп ДОУ	2
10.	Составление комплекс общеразвивающих упражнений для детей разных возрастных групп	2
11.	Подготовка к проведению фрагмента занятия по заданию.	2
12.	Оформление карточек по подвижным играм, подготовка атрибутов игры	2

13.	Подбор упражнений для проведения бессюжетных игр для дошкольников разных возрастных групп.	2
14.	Подбор подвижных игр для прогулки.	1
15.	Подбор подводящих упражнений для освоения элементов баскетбола.	1
16.	Подбор подводящие упражнения для освоения элементов футбола.	1
17.	Подбор подводящих упражнений для освоения элементов хоккея.	1
18.	Подбор подводящих упражнений для освоения элементов бадминтона.	1
19.	Подбор подводящих упражнений для освоения элементов настольного тенниса.	1
20.	Подбор подводящих упражнений для освоения элементов городошного спорта.	1
21.	Подбор подводящих упражнений для освоения элементов пионербола.	1
22.	Подбор упражнений для освоения ходьбы на лыжах	1
23.	Подбор эстафеты с использованием санок для дошкольников подготовительной группы.	1
24.	Подготовка письменного ответа по вопросу «Техника безопасности на ледяных дорожках».	2
25.	Описание техники спортивного упражнения (по выбору)	2
26.	Составление правил поведения на физкультурном занятии в спортзале.	2
27.	Составление правил поведения на прогулке.	2
Итого		38

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Тема 3.1.1. Показ и проведение основных видов движений для детей дошкольного возраста в соответствии с программой по физическому воспитанию ДООУ. Методика обучения детей основным движениям.

Планирование и написание плана-конспекта физкультурного занятия с использованием основных видов движения для детей разных возрастных групп. – 2 часа.

Тема 3.1.2. Техника ходьбы и бега. Методика обучения.

Подбор подвижных игр с элементами бега. – 1 час.

Литература:

1. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. – М., 20016.
2. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М., 1998.

Тема 3.1.6. Техника прыжков и прыжковых упражнений. Методика обучения прыжкам.

Подбор игр с элементами прыжков в соответствии с возрастными особенностями дошкольников. – 1 час.

Тема 3.1.8. Техника метания мяча в цель и на дальность. Методика обучения.

Подбор игр с использованием мяча для разных возрастных групп. – 1 час.

Подбор и проведение игр с элементами метания. – 1 час.

Литература:

1. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. – М., 2016.
2. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М., 1998.

Тема 3.1.11. Техника лазанья. Виды лазанья. Методика обучения.

Составление схемы проведения полосы препятствий с различными видами

лазания. – 1 час.

Подобрать упражнения, способствующие освоению техники лазания для детей раннего и дошкольного возраста.

Тема 3.1.13. Техника и методика обучения упражнениям в равновесии (на наклонной поверхности, на возвышенной опоре).

Подбор задания на равновесие для дошкольников разных возрастных групп.
– 2 часа.

Тема 3.1.14. Техника строевых упражнений. Построение и перестроение в движении и на месте. Методика обучения.

Составление схемы строевых упражнений для детей дошкольного возраста.
– 1 час.

Литература:

1. В.И. Филиппович. Теория и методика гимнастики. - М., 1971.

Тема 3.1.15. Техника общеразвивающих упражнений. Методика проведения ОРУ.

Подбор сюжетных общеразвивающих упражнений для детей младшей и средней групп ДОУ. - 2 часа.

Составление комплекс общеразвивающих упражнений для детей разных возрастных групп. – 2 часа.

Подготовка к проведению фрагмента занятия по заданию. – 2 часа.

Литература:

1. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М., 1998.

2. Сборник подвижных игр.

Тема 3.2.1. Проведение сюжетных и бессюжетных подвижных игр. Методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах.
Оформление карточек по подвижным играм, подготовка атрибутов игры. – 2 часа.

Тема 3.2.5. Методика и проведение бессюжетных игр с элементами соревнований, перебежек, с предметами.

Подбор упражнений для проведения бессюжетных игр для дошкольников разных возрастных групп. – 2 часа.

Подбор подвижных игр для прогулки. - 1 час.

Тема 3.2.8. Проведение игр с элементами баскетбола. Методика обучения.

Подбор подводящих упражнений для освоения элементов баскетбола. – 1 час.

Тема 3.2.9. Проведение игр с элементами футбола. Методика обучения.

Подбор подводящих упражнений для освоения элементов футбола. - 1 час.

Тема 3.2.10. Проведение игр с элементами хоккея. Методика обучения.

Подбор подводящих упражнений для освоения элементов хоккея. – 1 час.

Тема 3.2.11. Проведение игр с элементами бадминтона. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения, способствующие освоению бадминтона у детей дошкольного возраста. – 1 час.

Тема 3.2.12. Проведение игр с элементами настольного тенниса. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов

настольного тенниса. – 1 час.

Тема 3.2.13. Проведение игр с элементами игры в городки. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов городского спорта. – 1 час.

Тема 3.2.14. Проведение игр с элементами пионербола. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов пионербола. – 1 час.

Тема 3.3.3. Техника и методика проведения ходьбы на лыжах.

Задание: подобрать упражнения для освоения ходьбы на лыжах для детей раннего и дошкольного возраста. – 1 час.

Тема 3.3.4. Техника и методика катания на санках.

Задание: Подобрать эстафеты с использованием санок для дошкольников подготовительной группы. – 1 час.

Тема 3.3.5. Техника и методика проведения упражнений скольжения по ледяным дорожкам.

Задание: Техника безопасности при проведения упражнений по ледяным дорожкам. – 2 часа.

Тема 3.3.7. Техника и методика проведения занятий по плаванию.

Задание: Описание техники спортивного упражнения (на выбор) – 2 часа.

Тема 3.4.2. Техника безопасности при использовании физкультурного оборудования на занятиях в спортивном зале, на прогулке в разных возрастных группах.

Задание 1. Составить памятку правил поведения детей на физкультурном занятии в спортзале. – 2 часа.

Задание 2. Составить памятку правил поведения детей на физкультурном занятии на прогулке. – 2 часа.