

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
БПОУ ВО «ВОЛОГОДСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО  
МДК Практикум по совершенствованию двигательных умений и  
навыков  
основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)  
по специальности СПО  
44.02.01 Дошкольное образование**

Вологда  
2016 г.

Методические рекомендации для самостоятельной работы разработаны на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование

**Разработчик:**

Преподаватель:

Подаровская Л.В. БПОУ ВО «Вологодский педагогический колледж»

## **Цели и задачи учебной дисциплины-требования к результатам освоения МДК «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;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

*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

## **Методические рекомендации по выполнению домашних заданий**

Тема 1. Техника ходьбы и бега. Методика обучения.

Задание: подобрать беговые упражнения для детей раннего и дошкольного возраста.

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 2. Техника прыжков и прыжковых упражнений. Методика обучения прыжкам.

Задание: научиться правильно выполнять прыжковые упражнения.

Тема 3. Техника лазанья. Виды лазанья. Методика обучения.

Задание: подобрать упражнения, способствующие освоению техники лазания для детей раннего и дошкольного возраста.

Тема 4 . Техника строевых упражнений. Построение и перестроение в движении и на месте. Методика обучения.

Задание: научиться подавать команды для перестроения и строевых упражнений.

Литература:

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

Тема 3. Техника общеразвивающих упражнений. Методика проведения ОРУ.

Задание: подготовить и провести на группе комплекс ОРУ.

Тема 4. Методика проведения подвижных и спортивных игр.

Задание: подобрать подвижные игры для детей раннего и дошкольного возраста.

Литература:

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

2. Сборник подвижных игр

Тема 5. Методика и проведение бессюжетных игр с элементами соревнований, перебежек,с предметами.

Задание: Подобрать упражнения для проведения бессюжетных игр для дошкольников разных возрастных групп.

Тема 6. Проведение игр с элементами баскетбола. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов баскетбола.

Тема 7. Проведение игр с элементами футбола. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов футбола у детей дошкольного возраста.

Тема 8. Проведение игр с элементами хоккея. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов хоккея у детей дошкольного возраста.

Тема 9. Проведение игр с элементами бадминтона. Методика обучения.

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

Тема 10. Проведение игр с элементами настольного тенниса. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов настольного тенниса.

Тема 11. Проведение игр с элементами игры в городки. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов городошного спорта.

Тема 12. Проведение игр с элементами пионербола. Методика обучения.

Задание: подобрать подводящие упражнения для освоения элементов пионербола.

Тема 14. Техника и методика проведения ходьбы на лыжах.

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

Тема 15. Техника и методика катания на санках.

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

Тема 17. Техника и методика проведения упражнений скольжения по ледяным дорожкам.

Задание: Техника безопасности при проведения упражнений по ледяным дорожкам.

Тема 18. Техника и методика проведения упражнений на велосипедах.

Задание: Подобрать упражнения с использованием велосипеда для дошкольников разных возрастных групп.

2. Техника безопасности при езде на велосипеде.

Тема 19. Техника и методика проведения занятий по плаванию.

Задание: Описание техники спортивного упражнения ( на выбор)

Тема 21. Техника безопасности при использовании физкультурного оборудования на занятиях в спортивном зале, на прогулке в разных возрастных группах.

Задание 1. Показать безопасное использование физкультурного оборудования.

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

Задание 3. Составить памятку правил поведения детей на физкультурном занятии на прогулке.