

УЧЕБНОЕ  
ПОСОБИЕ  
ДЛЯ ВУЗОВ

# ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА  
СТУДЕНТОВ



ГУМАНИТАРНЫЙ ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР



УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ ВУЗОВ

# **ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА**

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА  
СТУДЕНТОВ**

Под редакцией **С.А. Козловой**

*Рекомендовано Учебно-методическим объединением  
по специальностям педагогического образования  
в качестве учебного пособия  
для студентов высших учебных заведений,  
обучающихся по специальностям  
«Дошкольная педагогика и психология»,  
«Педагогика и методика дошкольного образования»*

Москва



2008

УДК 373.2.037.1(075.8)  
ББК 74.100.5я73-1  
ТЗЗ

*Авторы:*

*Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Борисова, В. В. Горелова*

*Рецензенты:*

кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник  
Центра «Дошкольное детство» им. А.В. Запорожца — *Н. Л. Кондратьева*;  
кандидат педагогических наук, ведущий научный сотрудник  
Института развития дошкольного образования  
Российской академии образования — *Б. Б. Егоров*

**Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.**  
ТЗЗ Практическая подготовка студентов : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Дошк. педагогика и психология», «Педагогика и методика дошк. образования» / [Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова, В.В. Горелова] ; под ред. С.А. Козловой. — М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. — 271 с. : ил. — (Учебное пособие для вузов).

ISBN 978-5-691-01649-3.

Агентство СІР РГБ.

В учебном пособии представлены семинарские, практические занятия, формы их проведения, задания разной степени сложности, рейтинговая система контроля и оценки знаний студентов, раскрыты содержание дисциплин по выбору.

Пособие адресовано студентам, преподавателям факультетов дошкольного воспитания педагогических университетов и колледжей, а также специалистам по физической культуре, методистам, педагогам и слушателям курсов повышения квалификации по физической культуре дошкольников.

УДК 373.2.037.1(075.8)  
ББК 74.100.5я73-1

ISBN 978-5-691-01649-3

- © Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М., Горелова В.В., 2008
- © ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 2008
- © Оформление. ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 2008

## Предисловие

Теория и методика физического воспитания — один из фундаментальных, базисных предметов в подготовке специалиста в области воспитания и обучения детей дошкольного возраста. Важно, чтобы студенты овладели содержанием и методикой работы с детьми, так как именно эта сторона воспитания позволит растить детей здоровыми, сильными, ловкими.

В учебно-методическом пособии реализована современная концепция физического воспитания, основными положениями которой являются тесная связь физического воспитания со здоровым образом жизни человека, осознанное отношение человека к процессу физического воспитания и его влияния на здоровье, на развитие двигательных способностей и двигательных навыков каждого ребенка.

Пособие опирается на основные положения экспериментальных исследований ведущих специалистов в области педагогики, психологии, а также теории и методики физического воспитания дошкольников (Е.А. Аркин, П.Ф. Лесгафт, А.В. Запорожец, А.В. Кенеман, М.Ю. Кистяковская, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Е.Н. Вавилова, Э.Я. Степаненкова, Е.А. Сагайдачная, М.А. Рунова, В.Н. Шебеко, В.А. Шишкина, Н.А. Ноткина, Г.П. Лескова и др.).

Ядром модернизации физического воспитания дошкольников является повышение его качества, эффективность которого зависит от профессиональной подготовленности педагогов и воспитателей, их целенаправленной и продуктивной деятельности в организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.

Грамотно выполнить свои обязанности способен лишь высококвалифицированный педагогический коллектив, обладающий глубокими теоретическими знаниями и умением перевести их на язык практической работы с детьми, владеющий педагогическими технологиями в организации физкультурного образования дошкольников, умеющим гармонически сочетать педагогическое творчество с глубокими естественно-научными знаниями в области физической культуры (анатомо-физиологическими и психологическими особенностями дошкольников, знаниями по биомеханике движений и применением психодиагностических методик), в совершенстве владеющим методикой физического воспитания детей дошкольного возраста. На подготовку такого специалиста направлено предлагаемое учебное пособие.

Достоинством учебно-методического пособия является создание программно-нормативной базы обучения студентов в области физического воспитания с первого курса (220 аудиторных часов) и с третьего курса (110 аудиторных часов) для студентов, поступивших в университет после окончания колледжа.

Многообразие материалов по методическому обеспечению деятельности преподавателя и студентов помогут представить весь курс «Теории и методики физического воспитания и развития ребенка» и иметь представление о каждой теме, входящей в программу. Преподавателю важно научить студентов понимать и пользоваться программой, как ориентиром в предмете, формировать умение выделять главное в каждой теме.

В пособии представлен материал для семинарских и практических занятий, даны темы занятий и вопросы к обсуждению этих тем. Форма проведения семинарских и практических занятий может быть разной, и преподаватель определит ее по своему усмотрению, но в то же время предлагаемое к обсуждению содержание должно охватывать весь курс. На занятиях студенты конкретизируют свои знания, полученные на лекциях, учатся анализировать литературу.

В стандарте образования по высшей школе выделен новый предмет «Психолого-педагогический практикум». Цель этого предмета — выработка у студентов потребности в постоянном самосовершенствовании, развитии способности самостоятельно разбираться в новых приоритетных, научных направлениях, умении выполнять работу творчески. В пособии предложены две темы для психолого-педагогического практикума: «Руководство методической работой дошкольного учреждения по проблеме физического воспитания детей дошкольного возраста» и «Преподавание курса “Методика физического воспитания и развития ребенка в педагогическом колледже”». По аналогии с предложенными темами преподаватель может самостоятельно разработать для себя и другую тематику психолого-педагогических практикумов.

В процессе обучения важно добиваться от студентов систематичности в изучении курса, выполнения разнообразных заданий по каждой теме, самостоятельного участия в анализе собственных достижений, умения добиваться наилучших результатов и т.д. Всему этому студенты учатся при рейтинговой оценке их знаний. В пособии мы предлагаем серию рейтинговых заданий по каждой теме. Предложенная система контроля и оценки знаний представляет собой десятибалльную систему и включает в себя требования к оценке знаний студентов в процессе разных форм работы. Отдельно предложены материалы к контрольным и самостоятельным работам.

Студенты в период обучения пишут курсовую и дипломную работы, при окончании колледжа — выпускную квалификационную работу. В пособии предложены варианты различных тем таких работ, дается краткая их характеристика, предложена литература для изучения. Подготовка дипломных и выпускных квалификационных работ дает возможность студентам продемонстрировать знание предмета, уме-

ние разобраться в приоритетных направлениях современной системы физического воспитания, умение проводить исследовательскую работу и делать соответствующие выводы. Поэтому наряду с традиционными темами включены и темы, которые для дошкольников не являются традиционными, но интересны для изучения и анализа. Это, такие темы, как «Элементы акробатики как средство развития гибкости у детей старшего дошкольного возраста», «Вклад Ю.Ф. Змановского в развитие оздоровительного направления физического воспитания», «Совершенствование походки у девочек старшего дошкольного возраста» и др.

И, наконец, в пособии приводятся задания на методическую практику и практику в педагогическом колледже. Учебная работа, включенная в педагогическую практику, направлена на освоение студентами разных форм работы методиста и преподавателя колледжа. Такая практика дополнит теоретический курс, будет способствовать более основательным профессиональным знаниям студентов.

Пособие разработано преподавателями вуза и колледжа. В нем обобщен материал их многолетней работы со студентами. Авторы будут благодарны отзывам и предложениям читателей к данному пособию.

# **ПРОГРАММА**

## **«Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»<sup>1</sup>**

### **Пояснительная записка**

Изучение теории и методики физического воспитания и развития детей дошкольного возраста имеет важное значение для подготовки работников дошкольных учреждений, повышения их теоретического и практического уровня в области физического воспитания.

Курс «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» имеет цель помочь студентам в овладении специальными знаниями и умениями, необходимыми для руководства физическим развитием детей в дошкольном учреждении и укрепления их здоровья.

Программа курса ориентирует студентов на изучение современных достижений отечественной и зарубежной науки и практики физического воспитания детей дошкольного возраста, овладение методикой обучения ребенка движениям, формирование самостоятельного мышления и творческого подхода к профессиональной деятельности воспитателя дошкольного учреждения.

Основные задачи курса: усвоение студентами общих теоретических вопросов физического воспитания и развития детей дошкольного возраста; овладение системой знаний о физической культуре дошкольников, закономерностях формирования у них двигательных умений и навыков, особенностях обучения их движениям и развитию физических качеств. Особое внимание направлено на овладение студентами профессиональными знаниями, умениями и навыками, необходимыми для методического руководства физическим воспитанием и развитием детей в дошкольных учреждениях, на освоение содержания и методов организации всех форм работы по физическому воспитанию, методикой формирования у детей культуры здоровья как главного фактора становления и сохранения здоровья, понимания роли физических упражнений в жизнедеятельности организма.

Изучение программного материала предполагает оптимальное соотношение лекционных, практических и семи-

---

<sup>1</sup> Программа «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» разработана кандидатом психологических наук, профессором Н.Н. Кожуховой и кандидатом педагогических наук М.М. Борисовой и утверждена на заседании кафедры дошкольной педагогики Московского Городского Педагогического Университета.

### Примерный тематический план

№ п/ п	Название темы	Количество аудиторных часов					
		для поступивших на 3-й курс после окончания колледжа			для поступивших на 1-й курс университета		
		всего	лекционные занятия	практические, семинарские занятия	всего	лекционные занятия	практические, семинарские занятия
1	Предмет теории и методики физического воспитания и развития ребенка	10	6	4	4	4	—
2	Теория физического воспитания в системе образования и воспитания ребенка	10	6	4	6	2	4
3	Здоровый образ жизни дошкольника	10	6	4	4	2	2
4	Системы физического воспитания	12	6	6	6	2	4
5	Задачи физического воспитания и развития ребенка	8	4	4	2	2	—
6	Средства физического воспитания и развития детей дошкольного возраста	8	4	4	2	2	—
7	Основы обучения детей двигательным действиям. Обучение как процесс формирования двигательных умений и навыков, развитие физических качеств	12	6	6	6	4	2
8	Предпосылки развития движений в пренатальном периоде и особенности моторики в раннем и дошкольном возрасте	10	6	4	2	2	—
9	Особенности развития моторики ребенка от рождения до 7 лет	10	6	4	8	4	4
10	Методика обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям	10	6	4	6	4	2

№ п/ п	Название темы	Количество аудиторных часов					
		для поступивших на 3-й курс после окончания колледжа			для поступивших на 1-й курс университета		
		всего	лекционные занятия	практические, семинарские занятия	всего	лекционные занятия	практические, семинарские занятия
11	Методика формирования у студентов естественно-научных знаний о деятельности организма ребенка	8	4	4	4	2	2
12	Подвижные игры в физическом воспитании дошкольников	12	6	6	8	4	4
13	Игры с элементами спорта и спортивные упражнения	20	10	10	8	4	4
14	Формы организации физического воспитания в дошкольном учреждении	12	6	6	8	4	4
15	Организация физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня	12	6	6	6	4	2
16	Активный отдых детей	12	6	6	8	4	4
17	Методическое руководство работой по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении	16	8	8	8	4	4
18	Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии	16	8	8	8	4	4
19	Преподавание курса «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» в педагогическом колледже	12	6	6	8	4	4
	Итого:	220	115	104	110	62	48

нарских занятий. В лекциях раскрываются научно-методические основы курса. На практических занятиях студенты приобретают навыки методического руководства физическим воспитанием детей в дошкольном учреждении, закрепляют теоретические положения, изложенные в лекциях.

Большое место при изучении курса занимает самостоятельная деятельность студентов, в процессе которой они изучают, обобщают, анализируют научно-методическую литературу, делают выводы, находят альтернативные решения по использованию учебного материала в работе с детьми в зависимости от конкретных условий, уровня их физической подготовленности. Кроме того студенты осваивают методику планирования разных форм работы по физическому воспитанию, терминологию, используемую при обучении движениям, определяют содержание работы с детьми и т.д.

По результатам работы при изучении курса студенты сдают зачет, экзамен, выполняют курсовую работу, проходят методическую и педагогическую практику, защищают дипломную работу.

## **Содержание курса**

### **Тема 1. Предмет теории и методики физического воспитания и развития ребенка**

*Основные понятия:* физическая культура, физическое воспитание, физическое развитие, физическая подготовка, физическая подготовленность, физическое совершенствование, двигательная деятельность, двигательная активность, спорт, физические упражнения.

Значение физической культуры в историческом развитии общества. Актуальные проблемы физического воспитания дошкольников на современном этапе.

Содержание физической культуры дошкольника.

### **Тема 2. Теория физического воспитания в системе образования и воспитания ребенка**

*Основные понятия:* гармоническое развитие человека, естественнонаучные основы, целостный организм, центральная нервная система, условно-рефлекторные временные связи, динамический стереотип.

Методологическая и естественнонаучная основа физического воспитания как учебной дисциплины.

Общее положение о взаимосвязи всех сторон воспитания, о гармоническом развитии человека, о ведущей роли воспитания и условий жизни (социальных и природных) в формировании личности.

Учение И.П. Павлова о единстве организма и среды, о целостности организма, регулирующей роли центральной нервной системы. Учение И.М. Сеченова об условно-рефлекторных временных связях.

Признание социальной обусловленности развития моторной функции организма.

Учение о динамическом стереотипе. Типы высшей нервной деятельности.

Положение о единстве организма и среды, о целостности организма и регулирующей роли центральной нервной системы.

Основные причины возникновения и развития физического воспитания, этапы становления.

Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста: признание ведущей роли воспитания, обучения и среды в физическом развитии ребенка; признание тесных связей физического воспитания с общим развитием ребенка; принцип осознанности детьми при овладении движениями, гигиеническими навыками.

Связь теории и методики физического воспитания с другими науками.

Методы научного исследования, используемые в физическом воспитании и развитии дошкольника.

Инновационные направления в развитии теории физического воспитания и развития.

### **Тема 3. Здоровый образ жизни дошкольника**

*Основные понятия:* здоровый дошкольник, факторы формирования здоровья ребенка, физическая культура — важнейшая составляющая культуры здоровья, критерии оценки и группы здоровья.

Состояние здоровья детей дошкольного возраста на современном этапе.

Понятие «здоровый дошкольник», критерии оценки физического здоровья, группы здоровья. Факторы формирования, сохранения и укрепления здоровья ребенка. Средства физической культуры, используемые для укрепления здоровья. Форми-

рование психологических установок у дошкольников на сохранение и укрепление своего здоровья, навыков здорового образа жизни, в том числе средствами физического воспитания, элементарных знаний о строении и функционировании человеческого организма, как одной из составляющих культуры здоровья.

## **Тема 4. Системы физического воспитания**

*Основные понятия:* общественно-исторические взгляды, научно-методические положения, программно-нормативные основы.

Историческая обусловленность создания систем физического воспитания в нашей стране и за рубежом.

Народные традиции в отечественной системе физического воспитания.

Значение идей прогрессивных общественных деятелей для развития отечественной системы физического воспитания и развития (Е. Славинецкий, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, К.Д. Ушинский и др.).

Создание оригинальной системы физического образования в России П.Ф. Лесгафтом.

Развитие идей П.Ф. Лесгафта при создании отечественной системы физического воспитания в трудах В.В. Гориневского, Е.А. Аркина, Е.Г. Леви-Гориневской, Н.А. Метлова, А.И. Быковой, М.Ю. Кистяковской, А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаевой, Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Е.Н. Вавиловой, Э.Я. Степаненковой, Е.А. Сагайдачной, Т.Л. Богиной, М.А. Руновой, О.В. Козыревой, Н.А. Ноткиной, Г.П. Лесковой и др.

Этапы развития научно-методических основ системы физического воспитания в стране.

Принципы построения системы физического воспитания: оздоровительной направленности, разностороннего развития личности, гуманизации и демократизации, индивидуализации, единства с семьей.

Цель и основные звенья современной системы физического воспитания.

## **Тема 5. Задачи физического воспитания и развития ребенка**

*Основные понятия:* охрана и укрепление здоровья, оздоровительная направленность физических упражнений, двигательные навыки и умения, психофизические качества, двига-

тельные способности, самостоятельная двигательная деятельность, организованная двигательная деятельность, комплексный подход к решению задач физического воспитания.

Обусловленность задач физического воспитания детей дошкольного возраста анатомическими и психофизиологическими особенностями их организма.

*Оздоровительные задачи:* охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций и систем организма, всестороннее физическое развитие (закаливание, формирование опорно-двигательного аппарата, формирование осанки, повышение физической и умственной работоспособности организма).

*Образовательные задачи:* формирование двигательных навыков и умений; развитие физических качеств и двигательных способностей у детей разных возрастных групп (ловкости, быстроты, выносливости, силы, гибкости, равновесия); усвоение дошкольниками элементарных знаний о своем организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного здоровья; развитие психических процессов (внимания, памяти, мышления и др.).

*Воспитательные задачи:* воспитание у детей потребности в ежедневных физических упражнениях, интереса к физической культуре и спорту, обеспечение разностороннего развития детей в процессе физического воспитания. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств (настойчивости, инициативы, выдержки и др.).

Комплексный подход к решению оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

## **Тема 6. Средства физического воспитания и развития детей дошкольного возраста**

*Основные понятия:* рациональный двигательный режим, психогигиенические, природные факторы, физические упражнения.

*Физические упражнения* — специфическое средство физического воспитания и развития ребенка; специально подобранные, методически правильно организованные и руководимые педагогом движения, основанные на активных действиях произвольного характера.

Характеристика физических упражнений.

Содержание и форма физических упражнений.

Техника физических упражнений.

Циклические и ациклические движения.

Значение и классификация физических упражнений.

Требования к отбору физических упражнений для детей раннего и дошкольного возраста

Соответствие физических упражнений задачам физического воспитания детей дошкольного возраста.

*Гигиенические факторы* — рациональный двигательный режим, питание, гигиена одежды, обуви, физкультурного оборудования как условие предупреждения заболеваний и укрепления здоровья детей. Реализация гигиенических факторов — создание обстановки физиологического и психологического комфорта для ребенка, учет его индивидуальности.

*Природные факторы* (солнце, воздух и вода) в физическом воспитании и развитии ребенка как источник здоровья, закаливания и повышения работоспособности организма ребенка.

## **Тема 7. Основы обучения детей двигательным действиям. Обучение как процесс формирования двигательных умений, навыков, развитие физических качеств**

*Основные понятия:* двигательные умения, двигательный навык, физические качества, имитация физических упражнений, звуковые и наглядные ориентиры, целостное упражнение, расчлененное упражнение, метод круговой тренировки.

Единство обучения, воспитания и развития. Двигательная деятельность как фактор развития человека. Физические упражнения как фактор физического, нравственно-волевого и социального развития ребенка. Ребенок как объект и субъект педагогического взаимодействия в процессе физического воспитания.

Принципы построения и реализации процесса обучения. Три группы принципов, характеризующих физическое воспитание как педагогический процесс (принципы, отражающие закономерность формирования двигательных действий и специальных знаний; принципы воспитания физических качеств; принципы воспитания ребенка как личности). Дидактические принципы в обучении движениям — сознательность, систематичность, постепенность, наглядность, доступность, активность и индивидуализация.

Принципы организации физического воспитания детей в дошкольном образовательном учреждении: чередование нагрузок и отдыха; постепенное наращивание тренирующих

и закаливающих воздействий; оздоровительная направленность физического воспитания.

Направленность принципов на демократизацию и гуманизацию обучения.

Метод обучения как один из категорий дидактики.

Классификация и общая характеристика методов и приемов обучения физическим упражнениям: наглядный, словесный, практический методы.

*Наглядные методы и приемы:* показ физических упражнений, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, наглядные пособия — кино, фото, видео, прием направленного прочувствования движений (помощь воспитателя).

*Словесный метод.* Приемы, относящиеся к словесному методу обучения: название упражнения, объяснение, пояснение, указания, напоминание, оценка, вопросы к детям, беседа, команды и распоряжения, инструктирование.

*Практические методы и приемы обучения:* выполнение упражнений без изменений и с изменениями (прием строго регламентированных упражнений), проведение упражнений в игровой и соревновательной форме, прием принудительно-облегчающего разучивания движений (использование тренажерных устройств).

*Этапы обучения.* Особенности использования методов на разных этапах овладения двигательным действием. Задачи и содержание подготовительного, основного и заключительного этапов обучения. Соотношение методов и приемов в работе с детьми разных возрастных групп. Факторы, влияющие на процесс овладения движениями.

Психолого-педагогические особенности формирования двигательных умений и навыков, закономерности развития физических качеств.

Понятие о двигательных навыках и умениях, их физиологическая и психологическая сущность.

*Управление двигательным действием* (Н.А. Бернштейн, П.К. Анохин). Роль сознания и эмоций в процесс образования двигательных навыков. Стадии формирования двигательных умений и навыков. Задачи формирования двигательных умений и навыков на разных возрастных этапах и их диагностика. Взаимосвязь развития физических качеств и формирования двигательных навыков. Закономерности развития двигательных качеств.

Характеристика, особенности, условия и средства развития быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости и равновесия.

Методика оценки двигательных качеств у дошкольников.

## **Тема 8. Предпосылки развития движений в пренатальном периоде и особенности моторики в раннем и дошкольном возрасте**

*Основные понятия:* пренатальный период, возрастные показатели, ведущие системы, воспитательные воздействия, «комплекс оживления», гимнастика и массаж, активные, пассивные, активно-пассивные упражнения.

Предпосылки формирования движений в пренатальном периоде.

Значение своевременного развития моторики для полноценного психофизического и общего развития ребенка.

Показатели развития движений у детей раннего возраста. Развитие моторики ребенка первого года жизни. Ежедневное проведение индивидуальных занятий, направленных на формирование: эмоционально-положительного комплекса оживления, движения рук, умений поднимать и удерживать голову лежа на животе, при вертикальном положении корпуса, переворачиваться с живота на спину и обратно, ползать, переступать, ходить.

*Гимнастика и массаж.* Специфика составления комплексов гимнастики и массажа на первом году жизни, и гимнастики — на втором. Виды и рекомендации применения массажа на первом году жизни.

Развитие моторики на втором году жизни. Физкультурные занятия с детьми второго года жизни (с подгруппами) с целью: формирования навыка ходьбы, ползания, катания, бросания мяча, развития координации и равновесия.

Диагностика психофизического развития детей раннего возраста.

Игры подвижного характера.

Развитие моторики ребенка дошкольного возраста. Возрастная динамика развития локомоций. Качественные и количественные показатели уровня развития движений у детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста.

Диагностика сформированности моторики у детей дошкольного возраста.

## **Тема 9. Особенности развития моторики ребенка от рождения до 7 лет**

*Основные понятия:* основные закономерности физического развития детского организма, онтогенез, физиологические системы: нервная система, двигательный анализатор, костно-мышечная система, скелетная мускулатура, двигательные функции.

*Основные закономерности физического развития детского организма:* интенсивность, неравномерность, гетерохронность, роль среды и наследственности, биологическая надежность органов и систем. Единство и взаимосвязь физического и психического развития.

Характер воздействия физических упражнений на развитие и совершенствование функций различных органов и систем.

Особенности моторной функции.

Морфофункциональные и психические особенности детского организма, и динамика развития движений у детей первых семи лет жизни.

Особенности развития костно-мышечной системы детей первых семи лет жизни (формирование скелета, развитие мышц сгибателей и разгибателей).

Совершенствование деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем как основа для повышения работоспособности детей при мышечной нагрузке.

Роль психолого-педагогических воздействий в формировании и совершенствовании двигательных функций ребенка.

Значение возрастных особенностей морфофункционального развития организма для выбора и дозировки физических упражнений.

## **Тема 10. Методика обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям**

*Основные понятия:* гимнастика, основные движения, общеразвивающие упражнения, строевые упражнения.

*Гимнастика* как система специально подобранных упражнений, разносторонне воздействующих на организм ребенка.

*Основные движения.* Значение и характеристика основных движений. Виды основных движений: ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание. Специфика воздействия каждого из основных движений на развитие ребенка. Техника основных движений и ее особенности в дошкольном возрасте.

Технология обучения детей основным движениям. Использование подготовительных и подводящих упражнений.

Использование физкультурных пособий при обучении основным движениям.

Показатели освоения основных движений. Место обучения основным движениям в системе работы ДОУ. Диагностика.

Содержание современных программ по обучению основным движениям.

*Общеразвивающие упражнения.* Общая характеристика. Значение и особенности общеразвивающих упражнений, их классификация. Место общеразвивающих упражнений в разных формах работы по физическому воспитанию (использование на утренней гимнастике, на физкультурных занятиях, в подвижных играх, в индивидуальной работе, в домашних заданиях). Требования к составлению комплексов. Использование предметов и снарядов. Музыкальное сопровождение упражнений в разных возрастных группах.

Методы и приемы обучения общеразвивающим упражнениям. Организация детей. Обучение правильному дыханию.

Правила записи общеразвивающих упражнений. Современные программы по разделу «Общеразвивающие упражнения».

*Строевые упражнения.* Общая характеристика строевых упражнений. Значение и место строевых упражнений в процессе физического воспитания дошкольников.

Виды строевых упражнений. Техника выполнения. Методика обучения строевым упражнениям детей в разных возрастных группах: организация детей, приемы обучения, музыкальное сопровождение. Содержание программ по обучению строевым упражнениям.

## **Тема 11. Методика формирования у студентов естественно-научных знаний о деятельности организма ребенка**

*Основные понятия:* организм, функционирование организма.

Взгляды Е.А. Аркина на ознакомление детей с собственным организмом. Программы «Я — человек» (С.А. Козлова), «РОСИНКА. Расту здоровым» (В.Н. Зимонина) и др., раскрывающие возможности человеческого организма, формирующие у детей осознанное отношение к собственному здоровью, совершенствующие функции организма как основы здоровья.

Исследования, раскрывающие методы работы воспитателей дошкольных учреждений по ознакомлению детей с функционированием человеческого организма (С.А. Козлова, С.Е. Шукшина, О.А. Князева).

Методика работы с детьми по ознакомлению с функционированием человеческого организма: использование рассказа воспитателя, эвристические беседы, рассматривание иллюстраций, упражнения, дидактические игры, подвижные игры, творческие задания, проблемные ситуации и др.

## **Тема 12. Подвижные игры в физическом воспитании дошкольников**

*Основные понятия:* подвижные игры, предварительная работа, объяснение игры, педагогическое руководство, подведение итогов.

Взгляды П.Ф. Лесгафта, В.В. Гориневского, Е.А. Аркина на воспитание детей средствами подвижных игр.

Вклад отечественных ученых (Л.И. Чулицкая, А.И. Быкова, М.М. Конторович, Л.И. Михайлова, Е.А. Тимофеева, Т.И. Осокина, Н.Н. Кильпио, Э.Я. Степаненкова и др.) в разработку теоретических основ игровой деятельности дошкольников.

Характеристика подвижной игры как средства и метода воспитания физической культуры ребенка. Понятие «подвижная игра», специфическое влияние подвижных игр на развитие ребенка. Воспитание навыков самоорганизации в подвижных играх. Классификация подвижных игр. Усложнение и вариативность подвижных игр. Создание условий для проведения подвижных игр в дошкольном учреждении.

Методика проведения подвижных игр: организация детей, предварительная работа: выбор игры в зависимости от педагогических задач, двигательной подготовленности, здоровья детей, места и времени в режимном процессе; сбор детей на игру, распределение ролей, выбор ведущего; объяснение содержания и правил игры. Использование сюжетных рассказов; руководство процессом игры (контроль за ходом игры); подведение результатов игры и оценка поведения детей.

Русские народные подвижные игры в детском саду.

Оздоровительные возможности подвижной игры.

### **Тема 13. Игры с элементами спорта и спортивные упражнения**

*Основные понятия:* игры с элементами спорта, спортивные упражнения, игры-эстафеты, городки, настольный теннис, баскетбол, бадминтон, хоккей, футбол, ходьба на лыжах, катание на санках, качелях, коньках, роликовых коньках, самокатах, велосипеде, скольжение по ледяной дорожке, плавание.

*Игры с элементами спорта.* Специфика проведения игр с элементами спорта, игр-эстафет. Особенности методики проведения игр с элементами спорта: создание необходимых условий для проведения игр с элементами спорта, обучение практическим действиям каждой игры.

Спортивный инвентарь. Предупреждение травматизма.

*Спортивные упражнения.* Общая характеристика спортивных упражнений; их значение и виды. Зимние спортивные упражнения: катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, катание на коньках, ходьба на лыжах. Летние спортивные упражнения: плавание, езда на велосипеде, катание на самокатах, роликовых коньках, качелях.

Условия для занятий спортивными упражнениями. Характеристика оборудования для спортивных упражнений. Особенности средств и методов обучения детей дошкольного возраста спортивным упражнениям.

### **Тема 14. Формы организации физического воспитания в дошкольном учреждении**

*Основные понятия:* физкультурное занятие, утренняя гимнастика, физкультминутка, физкультурный досуг, физкультурный праздник, день здоровья, каникулы в дошкольном учреждении, экскурсия, прогулка, самостоятельная двигательная деятельность, домашнее занятие, секционная и кружковая работа, активный отдых.

Характеристика форм организации физического воспитания в дошкольном учреждении: физкультурные занятия; физкультурно-оздоровительная работа в течение дня (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физические упражнения на прогулке, закаливающие мероприятия); активный отдых (физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, каникулы); самостоятельная

двигательная деятельность; домашние задания по физкультуре; индивидуальная и дифференцированная работа с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии; секционнокружковые занятия; профилактические и реабилитационные мероприятия (по плану врача). Подготовка детей к школе по физическому воспитанию. Специфическое назначение каждой формы физического воспитания.

Взаимосвязь различных форм физического воспитания.

Режим двигательной деятельности детей. Врачебно-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста.

Физкультурные занятия — основная форма организованного, систематического обучения детей физическим упражнениям.

Значение физкультурных занятий как основной формы организации физического воспитания. Структура и содержание занятий. Значение и задачи каждой части. Требования к подбору упражнений. Типы и формы проведения физкультурных занятий. Способы организации детей в разных возрастных группах при выполнении физических упражнений: фронтальный, групповой, круговой тренировки, посменный, индивидуальный. Общая и моторная плотность физкультурных занятий. Особенности контроля за выполнением упражнений. Дозировка нагрузки. Темп выполнения упражнений. Особенности содержания и методики проведения физкультурных занятий в смешанной по возрасту группе. Своеобразие подбора упражнений и организация детей. Дозировка нагрузки.

Особенности содержания и методики проведения физкультурных занятий на воздухе. Зависимость содержания занятий от климатических условий и конкретных задач обучения. Использование стационарного физкультурного оборудования, естественных природных условий.

Медико-педагогический контроль за функциональным состоянием организма детей на физкультурных занятиях.

Индивидуальная работа с отдельными детьми и занятия с небольшими группами. Их значение и содержание в зависимости от психологических и анатомо-физиологических особенностей детей.

Своеобразие организации индивидуальной работы в разных возрастных группах. Приемы обучения, дозировка нагрузки с учетом подготовленности занимающихся. Стимулирование двигательной, организованной и самостоятельной деятельности детей.

## Тема 15. Организация физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня

**Основные понятия:** утренняя гимнастика, физкультминутка, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, закаливающие процедуры.

**Утренняя гимнастика.** Значение утренней гимнастики, ее задачи. Структура и содержание утренней гимнастики. Типы утренней гимнастики. Формы проведения утренней гимнастики (традиционная с использованием общеразвивающих упражнений; обыгрывание какого-либо сюжета; подвижные игры с разной степенью интенсивности; использование элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов; оздоровительный бег с применением тренажеров, полосы препятствий и т.д.).

Подбор упражнений. Требования к подбору физических упражнений с учетом задач, состояния здоровья, физического развития, подготовленности детей, условий и места проведения. Составление комплексов. Методика проведения утренней гимнастики с детьми разных возрастных групп: организация детей, приемы руководства выполнением детьми физических упражнений. Темп выполнения физических упражнений, контроль за дыханием и частотой сердечных сокращений.

Дозировка физической нагрузки — количество упражнений, их повторность, общая длительность утренней гимнастики.

Особенности подбора упражнений для утренней гимнастики на воздухе и в смешанной по возрасту группе.

Использование музыкального сопровождения при проведении утренней гимнастики.

**Физкультминутки.** Специфическое назначение физкультминутки, как формы активного отдыха, повышающего умственную работоспособность детского организма. Требования к проведению (проводятся на начальном этапе утомления детей; упражнения для физкультминуток должны быть интересными, хорошо знакомыми детям; комплексы физкультминуток подбираются в зависимости от вида занятия и его содержания). Различные формы проведения физкультминуток: в виде общеразвивающих упражнений, подвижных игр, дидактической игры с движением, танцевальных упражнений, а также в виде любого двигательного действия, выполнение которого возможно на ограниченной площади.

*Подвижные игры в режиме дня.* Подбор и дозировка с учетом педагогических задач, времени года, условий дошкольного учреждения, содержания предыдущей деятельности, подготовленности детей и времени проведения. Вариативность игр.

*Индивидуальная работа с детьми.* Значение и задачи: стимулирование детей к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям; помощь в усвоении материала на занятиях; профилактика и исправление дефектов осанки и плоскостопия. Группы здоровья. Особенности работы по физическому воспитанию в каждой группе.

Распределение детей по характеру физической подготовленности: дети с высоким, средним и низким показателями уровня развития основных видов движения, физических и волевых качеств. Коррекционная работа с детьми данных групп.

Степени двигательной активности детей (средняя, большая и малая подвижность).

Характеристика той или иной степени. Методы работы с детьми, имеющими разную степень подвижности.

Организация детей. Методические приемы проведения физических упражнений. Дозировка нагрузки. Продолжительность индивидуальных занятий. Наблюдение за самочувствием детей.

*Самостоятельная двигательная деятельность детей.* Важность ее для своевременного физического развития ребенка раннего и дошкольного возраста и обеспечение целесообразного двигательного режима. Критерии оценки двигательной активности.

Основные моменты, предусматривающие руководство самостоятельной двигательной деятельностью: организация физкультурно-игровой среды, закрепление в режиме дня специального времени для самостоятельной двигательной деятельности, владение воспитателем специальными опосредованными методами активизации движений детей.

Развитие интереса к самостоятельным играм и упражнениям. Регулирование физической нагрузки. Обеспечение безопасности детей.

Задания на дом. Роль родителей и воспитателей в организации помощи детям с целью проявления у них творчества и инициативы.

*Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями.* Определение закаливания как комплексной

системы воспитательно-оздоровительных воздействий. Разработка проблемы закаливания в исследованиях Г.Н. Сперанского, И.М. Саркизова-Серазини, Ю.Ф. Змановского. Физиологическая основа закаливания. Понятие физической и химической терморегуляции, особенности терморегуляционных процессов у детей. Основные принципы закаливания (систематичность, постепенность, учет индивидуальных особенностей, создание комфортных психологических условий). Средства и методы закаливания. Использование воздушных ванн, водных процедур (обтирание, обливание, контрастное обливание, купание, плавание), солнечных ванн в сочетании с физическими упражнениями. Целесообразность использования в работе с детьми экстремальных холодовых воздействий (бег по снегу босиком, купание в проруби, обливание холодной водой).

## **Тема 16. Активный отдых детей**

*Основные понятия:* физкультурные досуги, физкультурные праздники, прогулки, экскурсии, дни здоровья, каникулы.

*Физкультурные досуги.* Значение, содержание и специфика физкультурных досугов. Их место в режиме дня. Подбор упражнений с учетом возраста детей и места проведения. Составление программ, оформление, подготовка атрибутов.

Варианты досугов.

Методика проведения физкультурных досугов с детьми разных возрастных групп: организация детей, приемы руководства играми и игровыми заданиями.

Особенности содержания, организации и методики проведения физкультурных досугов в разновозрастной группе детей.

*Физкультурные праздники.* Значение физкультурных праздников в решении задач физического воспитания.

Содержание и план построения физкультурного праздника: выбор места проведения; составление сценария и программы; использование литературно-художественного материала; подбор игр, игровых заданий, аттракционов, музыкального оформления; подготовка зрелищных номеров, сюрпризов и подарков, праздничного оформления.

Организация и методика проведения физкультурного праздника. Торжественное начало праздника. Роль ведущего и его помощников. Приемы руководства играми и соревнованиями. Проведение зрелищных номеров, экспромтов. Сюрпризные

моменты. Дозировка физической и психической нагрузки. Награждение победителей.

*Прогулки и экскурсии («простейший туризм»)*. Прогулки и экскурсии за пределы участка детского сада, их значение. Выбор маршрута и способа передвижения (пешком, на велосипеде, на лыжах). Использование естественных условий для совершенствования движений и физических качеств детей. Подготовка спортивного инвентаря.

Методика проведения прогулок, малых турпоходов, экскурсий. Организация детей.

Регулирование двигательной активности детей. Преодоление препятствий, обеспечение страховки. Организация кратковременного отдыха или привала.

*Дни здоровья и каникулы*. Значение, содержание дней здоровья и каникул. Особенности режима в эти дни. Специфика проведения в разное время года. Организация самостоятельной двигательной активности, туристических походов, подвижных игр, упражнений, конкурсов и других форм физического воспитания, способствующих повышению двигательной активности детей. Методика проведения в разных группах дошкольного учреждения.

*Домашние задания по физкультуре* — форма работы с родителями (коллективная, дифференцированная, индивидуальная).

Особенности домашних заданий и критерии их оценки. Помощь родителей в разучивании упражнений.

## **Тема 17. Методическое руководство работой по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении**

*Основные понятия:* методический кабинет, методическое руководство, педагогический опыт, медико-педагогический контроль.

Основные направления руководства работой по физическому воспитанию сотрудников дошкольного учреждения: заведующей, методиста, воспитателя по физической культуре, воспитателя группы, врача, медицинской сестры. Создание необходимых условий для работы с детьми по физическому воспитанию. Организация работы методического кабинета (подбор литературы и методических материалов по физическому воспитанию дошкольников, обобщение опыта работы лучших педагогов дошкольного учреждения, разработка

и оформление учебно-методической документации в помощь воспитателям, оформление выставок по проблемам физического воспитания).

Организация планирования работы в дошкольном учреждении. Виды планов: перспективный план укрепления здоровья детей, физического и двигательного развития детей; план-система физкультурно-оздоровительных мероприятий в группе; общий годовой план дошкольного учреждения; календарный план; план-конспект физкультурного занятия.

Требования к плану: информативность, краткость, точность, удобство в работе.

Организация работы воспитателей по ознакомлению детей со строением и функционированием человеческого организма.

Организация медико-педагогического контроля за физическим воспитанием детей, его значение для правильной постановки работы по физическому воспитанию дошкольников. Содержание медико-педагогического контроля и функции его участников — заведующей, врача или медицинской сестры: определение уровня физического развития методом антропометрии, динамическое наблюдение за состоянием здоровья; контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест занятий; наблюдения за рациональным двигательным режимом в дошкольном учреждении; санитарно-просветительская работа среди родителей.

Оценка влияния физических нагрузок в процессе проведения различных форм работы по физическому воспитанию на организм ребенка (методом пульсометрии). Характеристика двигательной активности детей (шагометрия).

Гигиенические и санитарные условия для проведения физкультурных мероприятий.

Изучение и обобщение передового педагогического опыта.

Организация повышения квалификации педагогов в области физического воспитания. Руководство работой воспитателей по пропаганде педагогических знаний среди родителей (консультации, тематические выставки, родительские конференции, дни открытых дверей, деловые игры, круглые столы, дискуссии и т.д.).

Установление преемственности между дошкольным учреждением и школой в содержании работы по физическому воспитанию (в программах дошкольного учреждения и начальных классов школы).

## **Тема 18. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии**

*Основные понятия:* профилактика, коррекция, плоскостопие, осанка, ожирение (паротрофия), низкий рост, гипер-активность.

Основные виды отклонений в физическом развитии детей дошкольного возраста.

Плоскостопие. Причины его развития. Методы диагностики. Профилактика плоскостопия, средства и методы коррекции.

Осанка, причины ее нарушения. Методы диагностики. Средства и методы коррекции.

Избыточная масса тела (паротрофия). Факторы, влияющие на изменение массы тела. Методы диагностики. Средства и методы коррекции.

Нарушение зрения. Профилактическая работа по предупреждению нарушения зрения. Средства и методы коррекции. Гимнастика для глаз.

Беговые и прыжковые упражнения, кратковременные висы на перекладине в работе с детьми низкого роста.

Организация работы с гиперактивными детьми. Специфика использования физических упражнений и методических приемов (упражнения, требующие сосредоточенности, внимания, точности — метание в цель, упражнения с мячом, упражнения в равновесии, лазанье; сюжетные игры).

Отклонения в нервно-психическом развитии ребенка; факторы, их определяющие. Психолого-педагогическая диагностика. Средства и методы коррекции. Психогимнастика.

Дыхательная гимнастика в работе с детьми.

## **Тема 19. Преподавание курса «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» в педагогическом колледже**

*Основные понятия:* методы обучения, методическая комиссия.

Задачи курса. Место и значение курса в подготовке воспитателей дошкольных учреждений. Анализ структуры и содержания программы. Планирование работы по курсу (календарно-тематическое и поурочное). Специфика методики проведения теоретических и практических занятий по физи-

ческому воспитанию в педагогическом колледже. Использование технических средств, активных методов обучения. Подготовка преподавателя к уроку. Руководство самостоятельной работой учащихся. Педагогическая практика в дошкольном учреждении. Учет успеваемости. Работа методической комиссии.

Внеклассная работа со студентами по теории и методике физического воспитания.

### Литература

- Адашкявичене Э.Й.* Баскетбол для дошкольников. — М., 1983.
- Алямовская В.Г.* Как воспитать здорового ребенка. — М., 1993.
- Бальсевич В.К.* Физкультура для всех и для каждого. — М., 1988.
- Бернштейн Н.А.* О ловкости и ее развитии. — М., 1991.
- Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П.* Общеразвивающие упражнения в детском саду. — М., 1990.
- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981.
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Вильчковский Э.С.* Физическое воспитание дошкольников в семье. — Киев, 1987.
- Голощекина М.П.* Лыжи в детском саду. — М., 1972.
- Громова С.П.* Здоровый дошкольник. — Калининград, 1997.
- Двигательные качества и методика их развития у дошкольников / Сост. Н.А. Ноткина. — СПб., 1993.
- Дмитриенко Т.И.* Оздоровительный режим в детском саду. — Киев, 1982.
- Доскин В.А., Голубева Л.Г.* Растем здоровыми. — М., 2002.
- Зайцева В.В.* Зачем учиться физкультуре. — М., 2002.
- Змановский Ю.Ф.* Воспитаем детей здоровыми. — М., 1989.
- Кашианова Г.В., Мамаева Е.Г.* Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников. — М., 2006.
- Кенеман А.В., Хухлаева Д.В.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.
- Козлова С.А.* Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. — М., 1998.
- Козлова С.А.* Я — человек. Программа социального развития ребенка. — М., 2003.
- Козлова С.А.* Мой мир. — М., 2000.
- Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М.* Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях / Под ред. С.А. Козловой. — М., 2002.
- Литвинова М.Ф.* Русские народные подвижные игры. — М., 1986.
- Ноткина Н.А., Лескова Г.П.* Влияние физкультминутки на физическое состояние и умственную работоспособность детей // Дошкольное воспитание. — 1983. — № 6.

- Осокина Т.И.* Физическая культура в детском саду. — М., 1986.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А.* Гимнастика в детском саду. — М., 1962.
- Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста/Сост. Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович. — СПб., 1999.
- Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» / Сост. А.В. Кенеман. — М., 1985.
- Подшибякин А.К.* Закаливание человека. — Киев, 1986.
- Прищепа С., Попкова Н., Коняхина Т.* Как продиагностировать физическую подготовленность дошкольника // Дошкольное воспитание, 2004. — № 1.
- Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения/Под ред. С.О. Филипповой. — СПб., 2005.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Страковская В.Л.* Помогите малышу подготовиться к школе. — М., 2000.
- Теория и методика физического воспитания/Под ред. Б.А. Ашмарина. — М., 1990.
- Уварова О.В., Нефедова Е.А.* Физкультурные минутки. — М., 2005.
- Янкелевич Е.И.* Физическое воспитание детей от 0 до 7 лет. — М., 1999.

## Семинарские и практические занятия

В рамках предложенного пособия определена система семинарских и практических занятий.

Методика составления семинарских и практических занятий основана на принципах комплексности и интегративности в решении задач профессиональной подготовки студентов. Поэтому на каждом занятии большое внимание уделяется развитию навыков работы с разнообразными источниками, формированию умений выделять проблему и находить пути ее решения, совместному обсуждению выдвинутых вопросов. Важный акцент сделан на отработку у студентов профессиональных умений и навыков и применение знаний на практике, что отражается в различных практических заданиях (задания творческого характера, задания-наблюдения и т.д.), проведении деловых игр, подготовке рефератов и т.д.

### Тема 1. Научные основы физического воспитания детей дошкольного возраста

#### *Семинарское занятие*

##### *Тематика обсуждения*

1. Определение понятий: «физическое развитие», «физическое воспитание», «физическая культура», «физические упражнения», «физическая подготовленность».
2. Естественно-научные основы физического воспитания детей дошкольного возраста.
3. Основные положения теории физического воспитания.
4. Система физического воспитания дошкольников.
5. Связь теории и методики физического воспитания и развития ребенка с другими науками.

#### *Практическое занятие*

##### *Задания*

1. Подготовить тезисы сообщений по темам: «Роль физических упражнений в жизнедеятельности человека»; «Учение И.П. Павлова и И.М. Сеченова как естественно-научная основа постановки физического воспитания дошкольников»; «Социальная обусловленность развития моторной функции организма»; «Психогигиеническая среда и ее значение для воспитания детей в дошкольных учреждениях».

2. Разработать таблицу «Система наук о физическом воспитании».
3. Составить блок-схему ведущей роли взрослого в физическом развитии ребенка (социализирующая и организующая роль взрослого).

*Форма проведения:* групповое обсуждение предложенных вопросов.

### **Основная литература**

*Змановский Ю.Ф., Кистяковская М.Ю., Терехова Н.Т.* Научные основы физического воспитания детей // Дошкольное воспитание, 1977. — № 11.

Некоторые вопросы физического воспитания детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. — Пермь, 1974.

*Бернштейн Н.А.* Физиология движений и активности. — М., 1990.

### **Дополнительная литература**

Основы дошкольной педагогики /Под ред. А.В. Запорожца, Т.А. Марковой. — М., 1980.

*Павлов И.П.* Полное собрание трудов. — М., 1949.

*Сеченов И.М.* Избранные философские и психологические произведения /Под ред. со вступит. ст. и прим. В.М. Каганова. — М., 1947.

Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения/Под ред. С.О. Филипповой. — СПб., 2005.

## **Тема 2. Научные основы формирования здорового образа жизни ребенка-дошкольника**

### **Семинарское занятие**

#### **Тематика обсуждения**

1. Определение понятий: «здоровый образ жизни», «здоровый образ жизни дошкольника», «здоровый дошкольник», «психическое здоровье», «двигательная активность».
2. Научные основы организации здорового образа жизни детей дошкольного возраста в дошкольных учреждениях.
3. Факторы здорового образа жизни
4. Средства физического воспитания, обеспечивающие здоровый образ жизни ребенка.
5. Режим двигательной активности в дошкольных учреждениях:
  - организованная двигательная деятельность;
  - самостоятельная двигательная деятельность.

## **Практическое занятие**

### **Задания**

1. Проанализировать авторскую программу Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник».
2. Подготовить консультации для родителей о факторах здорового образа жизни и об использовании средств физического воспитания в формировании здоровья ребенка.
3. Для оформления стенда «Здоровый образ жизни дошкольника» подобрать статьи из журналов «Дошкольное воспитание», «Обруч», «Ребенок в детском саду».

**Форма проведения:** сообщения студентов по проблеме здорового образа жизни дошкольника.

### **Основная литература**

- Змановский Ю.Ф. Авторская программа «Здоровый дошкольник» // Дошкольное воспитание, 1995. — № 6.
- Зайцева В.В. Зачем учиться физкультуре. — М., 2002.

### **Дополнительная литература**

- Глушкова Г.В., Голубева Л.Г., Прилепина И.В. Здоровье и физическое развитие детей старшего дошкольного возраста: Вариативные формы дошкольного образования. — М., 2002.
- Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольном учреждении// Дошкольное воспитание. — 1993. — № 9.
- Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
- Волошина Л.Н. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание, 2004. — № 1.
- Демидова Е. Организация самостоятельной двигательной деятельности детей // Дошкольное воспитание, 2004. — № 1.
- Кудрявцев В.Т. Физическая культура и здоровье ребенка // Дошкольное воспитание, 2004. — № 1,2.
- Нестерова З.И. Заботимся о своем здоровье // Дошкольное воспитание, 1998. — № 6.

## **Тема 3. Системы физического воспитания детей дошкольного возраста**

### **Семинарское занятие**

#### **Тематика обсуждения**

1. Анализ различных систем физического воспитания.
2. Особенности отечественной системы физического воспитания.

3. Вклад П.Ф. Лесгафта, Е.А. Аркина в создание системы физического воспитания.
4. Становление теории и практики физического воспитания во второй половине XX века.
5. Перспективы развития физического воспитания.

### *Практическое занятие*

#### *Задания*

1. Составить подробную аннотацию к работам Т. И. Осокиной «Физическая культура в детском саду» (М., 1987); М. А. Руновой «Двигательная активность ребенка в детском саду» (М., 2004); Е. Н. Вавиловой «Укрепляйте здоровье детей» (М., 1986).
2. Составить блок-схему отечественной системы физического воспитания.

*Форма проведения:* деловая игра «Какой должна быть физическая культура в дошкольном учреждении».

*Цель:* закрепление знаний о целях, задачах и содержании физического воспитания в дошкольном учреждении.

*Участники игры:* группа студентов распределяется на различные методические объединения по физической культуре (команды). Каждая команда готовит сообщения по предложенной теме. Сообщение может носить традиционный, юмористический, театрализованный характер и т.п.

*Жюри:* оценивает выступления команд.

### **Основная литература**

- Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Кожухова Н.Н. Некоторые аспекты физического воспитания дошкольников // Дошкольное воспитание, 2000. — № 4.

### **Дополнительная литература**

- Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.
- Новоухатько В.Н. Новое в организации физической культуры дошкольников // Теория и практика физической культуры, 1990. — № 1.
- Филиппова С.О. О проблемах физического совершенствования детей в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание, 1999. — № 4.
- Чернышенко Ю.К. Структура и содержание подготовки специалистов по дошкольному физическому воспитанию // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 1996. — № 2.

## **Тема 4. Становление и развитие методики обучения детей физическим упражнениям**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Вклад П.Ф. Лесгафта в теорию и практику физического образования детей.
2. Вклад А.И. Быковой, Е.Г. Леви-Гориневской, А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаевой в разработку вопросов теории и практики физического воспитания детей дошкольного возраста.
3. Вклад Е.Н. Вавиловой в разработку проблемы обучения детей движениям (анализ работ).

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Подготовить сообщение по одному из указанных вопросов.
2. Дать характеристику педагогических наследий П.Ф. Лесгафта, А.И. Быковой, Е.Г. Леви-Гориневской, А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаевой, Е.Н. Вавиловой. Использование их идей и приемов в практической работе по физическому воспитанию в дошкольном учреждении в настоящее время.

***Форма проведения:*** обсуждение.

### ***Основная литература***

- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. — М., 1981.
- Вавилова Е.Н.* Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Леви-Гориневская Е.Г.* Физическое воспитание дошкольника. — М., 1944.
- Леви-Гориневская Е.Г., Быкова А.И.* Физическое воспитание в детском саду (из опыта работы воспитателей). — М., 1956.
- Лесгафт П.Ф.* Избранные труды /Сост. И.И. Решетень. — М., 1987.
- Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе / Под ред. А.В. Кенеман, М.Ю. Кистяковской, Т.И. Осокиной. — М., 1984.

### ***Дополнительная литература***

- Вавилова Е.Н.* Зависимость скорости бега детей 7 лет от содержания работы по физической культуре в детском саду // Совершенствование физического воспитания детей дошкольного возраста. — Волгоград, 1980.
- Вавилова Е.Н.* Игры и физические упражнения зимой // Дошкольное воспитание, 1987. — № 2.
- Леви-Гориневская Е.Г.* Закаливание детей дошкольного возраста. — М., 1953.

Вавилова Е.Н. Особенности проявления двигательных качеств у детей 6–7 лет // Роль физического воспитания в подготовке детей к школе /Под ред. Ю.Ф. Змановского. — М., 1980.

Леви-Гориневская Е. Г., Быкова А.И. Закаливание организма ребенка. — М., 1962.

Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» /Под ред. А.В. Кенеман. — М., 1985.

Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

## **Тема 5. Методы обучения дошкольников физическим упражнениям**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Классификация методов и приемов обучения детей физическим упражнениям.
2. Характеристика приемов наглядного метода.
3. Роль вербальных приемов в обучении движениям.
4. Характеристика приемов практического метода.
5. Специфика методов и приемов обучения отдельным основным движениям в разных возрастных группах на разных этапах обучения.
6. Роль наглядного метода при обучении движениям младших дошкольников.

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Составить таблицу распределения методов обучения физическим упражнениям в соответствии с этапами обучения.
2. Подготовить тезисы выступлений по теме, используя предложенную литературу.

***Форма проведения:*** заслушивание тезисов и составление таблицы.

### ***Основная литература***

Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.

Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

Теория и методика физического воспитания/Под ред. Б.А. Ашмарина. — М., 1990.

### **Дополнительна литература**

- Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Схемы и таблицы. — М., 2003.
- Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М.* Воспитатель по физической культуре. — М., 2002.
- Семейкин А.И., Красавина В.Ф.* Основы обучения и развития движений дошкольников в процессе физического воспитания. — Омск, 2001.
- Теория и методика физического воспитания /Под ред. Б.М. Шиян. — М., 1988.

## **Тема 6. Особенности развития моторики от рождения до 7 лет**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Анатомо-физиологические особенности детей 1–7 лет жизни.
2. Современные представления о физическом воспитании детей раннего возраста.
3. Специфика обучения движениям в раннем возрасте.
4. Возрастная динамика развития локомоций в дошкольном возрасте.

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Составить тестовые задания по контролю знаний воспитателя об особенностях становления моторики на каждом возрастном этапе развития детей.
2. Подготовить наглядный материал по ознакомлению детей с особенностями функционирования человеческого организма.
3. Разработать план-конспект комплексного физкультурного занятия с включением вопроса о функционировании человеческого организма.

***Форма проведения:*** заслушивание сообщений и коллективный анализ подготовленных тестовых заданий.

### **Основная литература**

- Богомолова Ф.А., Кутафин Ю.Ф.* Особенности развития и воспитания детей раннего возраста. — М., 1988.
- Галанов А.С.* Психологическое и физическое развитие ребенка от 1 года до 3 лет. — М., 1999.
- Григорьева Г.Г., Кочетова Н.П., Груба Г.В.* Играем с малышами. — М., 2003.

- Давыдов В.Ю. Морфофункциональные показатели и развитие моторики у детей 3–6 лет разных типов конституции // Теория и практика физической культуры, 1995. — № 11.
- Кочетова Н.П. Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста. — М., 2005.
- Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. — М., 2005.
- Разенкова Ю.А. Игры с детьми младенческого возраста. — М., 2003.
- Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. — М., 2005.

### **Дополнительная литература**

- Амосов Н.М. Ваш ребенок: Здоровье и воспитание. — М., 2003.
- Баландин В.А. Возрастная динамика доминантных признаков физического развития, физической подготовленности и психических процессов детей 6–10 лет //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2000. — № 2.
- Давыдов В.Ю., Фомина О.В. Морфологические, двигательные и психофункциональные показатели детей дошкольного возраста разных типов конституции// Спорт. Олимпизм. Гуманизм: Межвузовский сборник научных трудов. Вып.1. — Смоленск, 1994.
- Кожухова Н.Н. Питание, режим и здоровье ребенка: Практические советы педагога. — М., 2005.

## **Тема 7. Методика обучения детей дошкольного возраста гимнастике**

### **Семинарское занятие**

#### **Тематика обсуждения**

1. Специфика влияния каждого вида основных движений на развитие ребенка.
2. Принципы обучения детей движениям.
3. Этапы обучения движениям, своеобразие их применения в разных возрастных группах.

### **Практическое занятие**

#### **Задания**

1. Составить картотеку использования подготовительных и подводящих упражнений при обучении основным движениям для детей всех возрастных групп (по выбору студента).
2. Составить опорную схему строевых и общеразвивающих упражнений по возрастам (по выбору студента).

3. Составить картотеку терминов общеразвивающих упражнений.
4. Составить картотеку игр и игровых упражнений по обучению основным движениям для всех возрастных групп (по выбору студента).

*Форма проведения:* обсуждение и анализ подготовленных материалов.

#### **Основная литература**

- Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.Н.* Общеразвивающие упражнения в детском саду. — М., 1990.
- Быкова А.И., Осокина Т.И.* Развитие движений у детей в детском саду. — М., 1960.
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Вильковский Э.С.* Развитие двигательной функции у детей. — Киев, 1983.

#### **Дополнительная литература**

- Доскин В.А., Голубева Л.Г.* Растем здоровыми. — М., 2002.
- Лескова Г.П.* Подводящие упражнения в обучении детей движениям // Дошкольное воспитание, 1971. — № 12.
- Лескова Г.П.* Принципы обучения детей движениям // Дошкольное воспитание, 1973. — № 1.
- Потехина Н.В.* Совершенствование основных движений в подвижных играх // Дошкольное воспитание, 1972. — № 8.
- Потехина Н.В.* Обучение основным движениям на этапе их совершенствования // Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе / Под ред. А.В. Кенеман. — М., 1980.
- Степаненкова Э.Я.* Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. — М., 2005.

### **Тема 8. Развитие двигательных качеств у дошкольников**

#### **Семинарское занятие**

##### *Тематика обсуждения*

1. Закономерности развития двигательных качеств у детей дошкольного возраста.
2. Взаимосвязь и взаимообусловленность развития двигательных качеств и формирование двигательных навыков.
3. Условия и средства развития двигательных качеств у дошкольников (быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость, равновесие).

4. Методика оценки двигательных качеств у дошкольников.
5. Сензитивность развития двигательных качеств у детей от 3 до 7 лет.

### *Практическое занятие*

#### *Задания*

1. Составить таблицу «Методы и единицы измерения двигательных качеств».
2. Изучить предложенные тесты на развитие двигательных качеств.
3. Составить консультацию для воспитателей на тему «Развитие у детей двигательных качеств».

*Форма проведения:* коллективное обсуждение тематики консультаций для воспитателей.

#### **Основная литература**

- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. — М., 1981.
- Ветошкина Е.А.* Развитие и диагностика физических качеств у детей старшего дошкольного возраста. — Комсомольск-на-Амуре, 1998.
- Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. — СПб., 1993.
- Кенеман А.В., Хухлаева Д.В.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

#### **Дополнительная литература**

- Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Схемы и таблицы. — М., 2003.
- Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М.* Воспитатель по физической культуре. — М., 2002.
- Кравчук А.И., Гуляйкин В.А.* Методика воспитания комплекса основных двигательных качеств у детей дошкольного возраста: Методические рекомендации. — Омск, 1985.
- Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста /Сост. Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович. — СПб., 1999.
- Развитие двигательных качеств у детей дошкольного возраста. Игры и упражнения: Методические рекомендации/Авт.-сост. Н.А. Ноткина. — СПб., 1995.
- Роль спортивных игр и упражнений в воспитании физических качеств: Методические рекомендации. — Киев, 1989.

## **Тема 9. Методика ознакомления детей дошкольного возраста с функционированием человеческого организма**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Анализ программы «Я — человек» (С.А. Козлова).
2. Анализ исследований, раскрывающих методы работы воспитателей дошкольных учреждений по ознакомлению детей с функционированием человеческого организма.
3. Методика работы с детьми по ознакомлению с функционированием человеческого организма.
4. Формы работы по ознакомлению с функционированием человеческого организма.

### ***Практическое занятие***

#### ***Задание***

Подготовить консультацию для воспитателей и родителей по ознакомлению детей с функционированием человеческого организма.

*Форма проведения:* обсуждение подготовленных консультаций.

### **Основная литература**

- Козлова С.А.* Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. — М., 1998.
- Козлова С.А.* Мой мир: Приобщение ребенка к социальному миру. — М., 2000.
- Козлова С.А., Князева О.А., Шукина С.Е.* Мой организм. — М., 2001.
- Я — человек. Программа социального развития ребенка.* — М., 2003.

### **Дополнительная литература**

- Козлова С.А.* Социально-психологическая подготовка к школе: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. — М., 2004.
- Формирование здорового образа жизни дошкольника/Под ред. С.А. Козловой. — М., 2003.
- Козлова С.А.* Концепция социального развития ребенка дошкольного возраста //Сборник научных трудов «Теоретические проблемы воспитания и обучения дошкольников». — М., 2001.
- Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М.* Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. — М., 2002.
- Шукина С.Е.* Я и мое тело. — М., 2004.

## **Тема 10. Методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Характеристика подвижной игры как основной формы двигательной деятельности дошкольника.
2. Подвижные игры и игровые задания как средство повышения эффективности занятий, их эмоциональной насыщенности, развития мыслительных функций, возникновения морального удовлетворения от двигательной деятельности.
3. Классификация подвижных игр.
4. Содержание и методика организации игр в разных возрастных группах (подбор игр, объяснение игры, педагогическое руководство игрой, подведение итогов игры).
5. Подвижная игра как фактор формирования опыта нравственного поведения.

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Составить конспект игрового занятия по обучению детей одному из основных движений (движение и возраст детей выбирает студент).
2. Подобрать подвижные игры, которые целесообразно включать в физкультурную минутку, утреннюю гимнастику, физкультурную паузу.

***Форма проведения:*** ролевая игра «Знатоки подвижной игры». Студенческая группа распределяется на две команды, которым предлагается участвовать в конкурсе ответов на вопросы. Регламент устанавливается.

#### ***Вопросы***

1. Как объяснить понятие «подвижная игра»?
2. Кто из ученых и прогрессивных деятелей внес вклад в разработку теоретических основ развития подвижной игры?
3. Какова роль подвижных игр в процессе обучения движениям?
4. Каков механизм воздействия подвижной игры в развитии свойств личности ребенка?
5. В чем состоит руководство подвижной игрой?
6. Каковы возможности использования народных подвижных игр в работе с дошкольниками?

### **Основная литература**

- Степаненкова Э.Я.* Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников // Дошкольное воспитание, 1995. — № 12.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Детские народные подвижные игры/Сост. А.В. Кенеман. — М., 1995.

### **Дополнительная литература**

- Грядкина Т.С.* Подвижные игры как средство коррекции замедленной сенсомоторной реакции у детей пятого и шестого года жизни // Герценовские чтения. Дошкольное и начальное образование на пороге третьего тысячелетия. — СПб., 2000.
- Игры на свежем воздухе/Авт.-сост. В.В. Маркевич. — Мн., 2004.
- Кацубэ Ацуми* Влияние подвижных игр на формирование личности ребенка //Физическое воспитание и спорт в школах зарубежных стран, 1990. — № 3.
- Кириллова Ю.А.* Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы (ОНР). — СПб., 2005.
- Потехина Н.В.* Совершенствование основных движений в подвижных играх // Дошкольное воспитание, 1972. — № 8.
- Тимофеева Е.А.* Больше внимания подвижным играм // Дошкольное воспитание, 1972. — № 10.
- Тимофеева Е.А.* Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. — М., 1979.

## **Тема 11. Методика обучения спортивным играм и упражнениям в дошкольном возрасте**

### **Семинарское занятие**

#### **Тематика обсуждения**

1. Спортивные игры для дошкольников, технология обучения.
2. Особенности методики обучения играм с элементами спорта.
3. Спортивные упражнения и их роль во всестороннем развитии ребенка.
4. Варьирование физических упражнений и методика их использования в спортивных играх и упражнениях.
5. Формы проведения спортивных упражнений.

### **Практическое занятие**

#### **Задания**

1. Выделить отдельные технические элементы спортивных игр (баскетбола, футбола, бадминтона, хоккея, настольного тенниса, городки), которые могут быть использованы в работе с дошкольниками.

2. Составить план-конспект физкультурного занятия на воздухе с элементами обучения одной из спортивных игр (игра по выбору студента).

*Форма проведения:* обсуждение теоретических вопросов, фрагментов составленных занятий, досугов, точности определения практических действий по обучению одной из спортивных игр, целесообразности использованных методов обучения. Студенческая группа распределяется на три подгруппы.

### Основная литература

- Адашкявичене Э.Й.* Спортивные игры и упражнения в детском саду. — М., 1992.
- Адашкявичене Э.Й.* Баскетбол для дошкольников. — М., 1983.
- Волошина Л.Н., Курилова Т.В.* Игры с элементами спорта для детей 3–4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технология ее применения в ДОУ. — М., 2004.
- Голощекина М.П.* Лыжи в детском саду. — М., 1977.
- Гришин В.Г.* Игры с мячом и ракеткой. — М., 1982.
- Шпак В.Г.* Элементы спортивных игр в детском саду. — Мн., 2004.
- Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе/Под ред. А.В. Кенеман и др. — М., 1980.

### Дополнительная литература

- Большакова И.А.* «Маленький дельфин». Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста. — М., 2005.
- Волошина Л.Н.* и др. Играем в хоккей // Дошкольное воспитание, 2003. — № 1.
- Волошина Л.Н.* и др. Играем в городки // Дошкольное воспитание, 2003. — № 4.
- Гришин В.Г., Осипов Н.Ф.* Малыши открывают спорт. — М., 1975.
- Кожокин В.* Организация и методика обучения детей ходьбе на лыжах // Дошкольное воспитание, 1990. — № 10.
- Кучина Н.* Обучение дошкольников игре в бадминтон и теннис // Дошкольное воспитание, 1990. — № 11.
- Ленерт Г. и Лахман И.* Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста. — М., 1977.
- Нестерова З.И.* Воспитание интереса к физической культуре и спорту // Дошкольное воспитание, 1986. — № 2.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л.* Обучение плаванию в детском саду. — М., 1991.
- Пустынникова Л.Н.* Коньки в детском саду. — М., 1988.
- Сивачева Л.Н.* Спортивные игры с нестандартным оборудованием. — СПб., 2001.
- Усаков В.И.* Особенности методики первоначального разучивания дошкольниками спортивных игр // Современные научные исследования и передовой опыт решения проблем физического и психического здоровья дошкольников. — Красноярск, 1996.

Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. — М., 1984.

Юдина Н. Спортивные игры и развлечения // Дошкольное воспитание, 1983. — № 7.

## **Тема 12. Физкультурное занятие — основная форма обучения детей движениям**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Характеристика физкультурных занятий как основной формы обучения детей движениям: структура, критерии оценки результативности физкультурных занятий.
2. Требования к отбору физических упражнений с учетом задач физкультурного занятия, специфики возраста, времени года, состояния здоровья, наличия оборудования.
3. Методика проведения физкультурных занятий в разных возрастных группах.
4. Типы физкультурных занятий.
5. Особенности проведения физкультурных занятий на свежем воздухе.
6. Объективные методы определения нагрузки на занятиях: шагометрия, пульсометрия.

### ***Практическое занятие***

#### ***Задание***

Раскрыть тематику таблицы «Содержание физкультурных занятий».

#### **Содержание физкультурных занятий**

№ п\п	Типы проведения занятия	Специфика содержания каждой части занятия		
		вводная	основная	заключительная

Организовать деловую игру «Лото».

**Форма проведения:** студенческая группа распределяется на четыре подгруппы, каждая из которых должна состоять из четырех человек (по симпатии и интересу). Подгруппа размещается за одним из столов. Участники стола выбирают себе номер, в соответствии с которым они будут отвечать. Каждый уча-

стник под номером 1 выбирает любой из четырех вопросов и отвечает на него. После ответа участника последнего четвертого стола каждая группа пересаживается за следующий стол по часовой стрелке. Играющие под номером 2 выбирают один из оставшихся трех вопросов и отвечают на него и т.д. Игра заканчивается после того, как все студенты ответят на один из предложенных вопросов. На подготовку каждого ответа дается 2–3 мин. Дополнительные ответы каждого учитываются добавочным баллом (фишкой). Итоговая оценка зависит от активного участия студента на занятии.

### Основная литература

- Волошина Л.Н.* Воспитание двигательной культуры дошкольников. — М., 2005.
- Литвинова М.Ф.* Физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни. — М., 2005.
- Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2004.
- Рунова М. А.* Особенности организации занятий по физической культуре // Дошкольное воспитание, 2002. — № 9; № 10.
- Соколова И.* Пути повышения моторной плотности физкультурных занятий // Дошкольное воспитание, 1980. — № 6.
- Соломина К., Мосякина Ж.* Физкультурные занятия // Дошкольное воспитание, 1988. — № 6, № 7.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

### Дополнительная литература

- Аксенова Н.* Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 2000. — № 6.
- Дербицкая С.* Физкультурные занятия с элементами психогимнастики // Дошкольное воспитание, 1998. — № 6.
- Заматаева И.* Организация физкультурных занятий по принципу круговой тренировки // Дошкольное воспитание, 2001. — № 5.
- Кириллова Ю.А., Лебедева М.Е., Жидкова Н.Ю.* Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4–7 лет. — СПб., 2005.
- Лескова Г.П.* Педагогическая оценка деятельности детей на физкультурном занятии // Дошкольное воспитание, 1980. — № 2.
- Лескова Г.П.* Способы организации детей на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 1972. — № 6.
- Лескова Г.П., Ноткина Н. А.* Содержание основной части физкультурного занятия // Дошкольное воспитание, 1988. — № 4.

- Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. — СПб., 2005.
- Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми седьмого года жизни. — М., 2005.
- Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5–7 лет (с учетом уровня двигательной активности). — М., 2005.
- Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. — М., 2005.
- Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе // Дошкольное воспитание, 1983. — № 4.
- Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников. — М., 1996.
- Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. — М., 1999.
- Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3–5 лет. — М., 2003.
- Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5–7 лет. — М., 2004.

### **Тема 13. Формы физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении**

#### ***Семинарское занятие***

##### ***Тематика обсуждения***

1. Утренняя гимнастика в детском саду как важнейший элемент двигательного режима, средство повышения функциональных возможностей организма и поднятия эмоционального тонуса детей.
2. Схема построения комплексов утренней гимнастики и требования к подбору физических упражнений в разных возрастных группах.
3. Использование различных форм проведения утренней гимнастики.
4. Физкультурные минутки, физкультурные паузы как формы активного отдыха, направленные на снятие утомления и повышение умственной работоспособности.
5. Самостоятельная двигательная деятельность и ее значение для развития ребенка. Опосредованное руководство воспитателя самостоятельной деятельностью детей.
6. Индивидуальный подход с учетом характера двигательной деятельности детей.

## *Практическое занятие*

### *Задания*

1. Составить вопросы для анализа утренней гимнастики, подвижных игр на прогулке.
2. Подобрать упражнения для проведения физкультминуток на различных занятиях (занятия по выбору студента).
3. Составить консультацию для воспитателей по планированию и проведению индивидуальной работы с детьми по развитию движений.

Деловая игра «Педагогический бой».

*Форма проведения:* все студенты разбиваются на две группы. Ведущий задает вопросы по теме. Один и тот же вопрос адресуется сразу двум группам, дается одна минута на обдумывание, после чего поочередно выслушиваются ответы, а затем оцениваются. При этом учитывается:

- быстрота при подготовке ответа;
- правильность, краткость и оригинальность ответа;
- умение дать обоснование.

В заключении подсчитываются баллы, и определяется победившая команда.

### *Вопросы к игре*

1. В чем состоит назначение утренней гимнастики?
2. Каков принцип подбора общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики?
3. В чем разнообразность проведения утренней гимнастики?
4. Каковы варианты проведения физкультурных минуток?
5. Как включать в физкультурные минутки элементы танца?
6. Какие подвижные игры целесообразно включать в физкультурные минутки?
7. Нужны ли физкультурные минутки на занятиях творческим трудом?
8. В каких вариантах можно проводить подвижные игры и упражнения на воздухе?
9. Сколько времени дети должны двигаться на прогулке?

### **Основная литература**

- Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. — М., 1990.
- Голощекина М.П. Физкультурные паузы и минутки в работе с дошкольниками // Дошкольное воспитание, 1972. — № 9.
- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. — М., 2000.
- Лескова Г.П., Ноткина Н.А. Влияние физкультминуток на физическое состояние и умственную работоспособность детей // Дошкольное воспитание, 1983. — № 6.

- Метлов Н.А. Музыка для утренней гимнастики в детском саду. — М., 1970.
- Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2004.
- Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ / Авт.-сост. О.Н. Моргунова. — Воронеж, 2005.

#### **Дополнительная литература**

- Каралашвили Е.А. Физкультурная минутка. Динамические упражнения для детей 6–10 лет. — М., 2002.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Гимнастика в детском саду. — М., 1969.
- Пономаренко А., Вильчковский Э.С. Повышение двигательной активности старших дошкольников на занятиях физической культурой // Дошкольное воспитание, 1986. — № 3.
- Серегина М. Утренняя гимнастика на воздухе // Дошкольное воспитание, 1990. — № 8.
- Сочеванова Е.А. Комплексы утренней гимнастики для детей 3–4 лет. — СПб., 2005.
- Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения / Под ред. С.О. Филипповой. — СПб., 2005.
- Ткаченко Т. Использование физкультминуток для развития пальцевой моторики у дошкольников с нарушением речи // Дошкольное воспитание, 1989. — № 3.
- Уварова О.В., Нефедова Е.А. Физкультурные минутки: Материал для проведения физкультурных пауз. — М., 2005.

### **Тема 14. Закаливание — одно из средств увеличения потенциала здоровья детей**

#### **Семинарское занятие**

##### **Тематика обсуждения**

1. Теоретические основы закаливания детей (Г.Н. Сперанский, Ю.Ф. Змановский, В.А. Праздников, А.К. Подшибякин, В.А. Доскин и др.).
2. Принципы закаливания.
3. Мероприятия по закаливанию (воздушные, солнечные, водные процедуры).
4. Сочетание закаливающих процедур с физическими упражнениями.

#### **Практическое занятие**

##### **Задания**

1. Составить схему контрастного закаливания детей дошкольного возраста.
2. Составить план беседы с родителями о необходимости проведения закаливающих процедур.

**Форма проведения:** занятие делится на две части:

1-я — обсуждение теоретических вопросов закаливания;

2-я — экспресс-опрос на вопросы:

Как следует относиться к бегу босиком, обливанию холодной водой, купанию в проруби?

Можно ли использовать закаливающие процедуры, если ребенок часто болеет?

Как относиться к хождению детей босиком по снегу, траве?

### **Основная литература**

*Богина Т.Л.* Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. — М., 2005.

*Веремкович Л.* Закаливание детей в современных условиях // Дошкольное воспитание, 1993. — № 2.

*Горынина Н.* Совместная работа детского сада и семьи по закаливанию и обучению плаванию // Дошкольное воспитание, 1984. — № 12.

*Подшибякин А.К.* Закаливание человека. — Киев, 1986.

*Спирина В.П.* Закаливание детей. — М., 1978.

### **Дополнительная литература**

*Доскин В.А.* Интенсивное закаливание // Дошкольное воспитание, 1993. — № 2.

*Доскин В.А., Голубева Л.Г.* Растем здоровыми. — М., 2002.

*Змановский Ю. Ф.* и др. Контрастная воздушная ванна — эффективная форма закаливания // Дошкольное воспитание, 1987. — № 9.

*Сперанский Г.Н.* О закаливании детского организма. — М., 1910.

*Сперанский Г.Н., Заблудовская Е.Д.* Закаливание ребенка раннего и дошкольного возраста. — М., 1964.

*Тюрина К.* Контрастное закаливание детей // Дошкольное воспитание, 1985. — № 8.

## **Тема 15. Методика проведения форм активного отдыха в дошкольном учреждении**

### **Семинарское занятие**

*Тематика обсуждения*

1. Физкультурные досуги и праздники. Место в режиме дня. Задачи, структура, требования к подбору физических упражнений.
2. Организация дней здоровья как средство оздоровления и поддержания положительного эмоционального состояния детей.
3. Особенности двигательной и творческой деятельности детей во время каникул.

4. Формы детского туризма как средство повышения уровня физической подготовленности детей, укрепления их здоровья и воспитания нравственных качеств.

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Подготовить методические рекомендации воспитателям по проведению форм активного отдыха.
2. Составить план подготовки детского сада к спортивному празднику.
3. Разработать сценарии каникул для одной из возрастных групп (по выбору студента).

**Форма проведения:** ролевая игра «Семинар-практикум для воспитателей по теме «Активный отдых как форма обеспечения каждому ребенку атмосферы психологического комфорта». Перед проведением данного занятия из числа студентов назначается «методист», он готовит занятие. Все студенты – «воспитатели» делятся опытом по организации форм активного отдыха.

#### **Основная литература**

- Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях . — М., 2004.
- Бочарова Н. И. Физкультурно-оздоровительные праздники в детском саду // Дошкольное воспитание, 2004. — № 1.
- Бочарова Н.И. Туристические прогулки в детском саду. — М., 2004.
- Организация активного отдыха в детском саду // Дошкольное воспитание, 1992. — № 2, 9–10; 1993. — № 3.
- Организация активного отдыха детей дошкольного возраста — М., 1993.
- Платонова Р. Каникулы в детском саду // Дошкольное воспитание, 1990. — № 1.
- Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. — М., 2005.
- Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. — М, 2005.

#### **Дополнительная литература**

- Большенников В.Г. Использование тропы здоровья // Начальная школа, 1990. — № 5.
- Дмитrienко А.И. Организация совместного досуга родителей и детей // Начальная школа, 1989. — № 8.
- Засыпкина Л. Весенние каникулы в детском саду // Дошкольное воспитание, 1995. — № 5.
- Засыпкина Л. Весенние каникулы в детском саду. Средняя группа // Дошкольное воспитание, 1995. — № 5.

- Редникина Р.* Организация физкультурных досугов и праздников // Дошкольное воспитание, 1980. — № 6.
- Рунова М.А., Пукинская М.А.* Неделя здоровья // Дошкольное воспитание, 2001. — № 4.
- Шишкина В.А., Машенко М.В.* Какая физкультура нужна дошкольнику. — М., 1999.
- Шпак В.Г., Баранов М.* Активный отдых детей дошкольного возраста. — Витебск, 1992.

## **Тема 16. Методическая работа в дошкольном учреждении по физическому воспитанию**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Работа методиста по организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.
2. Как обеспечить разностороннее развитие детей на занятиях по физической культуре?
3. Как правильно запрограммировать физическую нагрузку на физкультурном занятии?
4. Каким образом методист дошкольного учреждения организует работу по медико-педагогическому контролю в группах?
5. Как организовать работу в дошкольном учреждении по специфике использования физкультурного оборудования и тренажерных устройств в зависимости от возраста детей?

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Составить план семинара для воспитателей по повышению двигательной активности детей.
2. Составить план работы методиста по вопросам физкультурно-оздоровительной работы с воспитателями на год.
3. Подготовить педагогический совет на тему «Обучение дошкольников спортивным упражнениям».

**Деловая игра «Алло, справочное педагогическое бюро?»**

**Форма проведения:** вопросы готовятся преподавателем заранее, четко по теме и формируются так, чтобы на них можно было дать краткий, конкретный ответ. Время на обдумывание ответа участнику не предоставляется, поэтому ответ может быть и следующим: «Извините, на этот вопрос я не могу дать ответ». Ведущий имеет право задать уточняющие вопросы. Ответ ограничивается во времени. Игру можно разнообразить, предложив студентам задавать вопросы друг другу.

Большую эмоциональность и раскованность вносят атрибуты к игре: разноцветные плоскостные телефонные трубки.

*Вопросы к игре:*

1. В чем отличия физкультурного досуга от праздника?
2. Как проводить День здоровья?
3. Возможны ли ежедневные физкультурные досуги в детском саду?
4. Как составить программу зимних каникул в дошкольном учреждении?
5. Какова роль родителей при подготовке праздников и дней здоровья?
6. Когда начинается подготовка к праздникам в дошкольном учреждении, и кто руководит этой подготовкой?
7. В чем заключается роль ведущего при проведении физкультурного праздника?

**Основная литература**

- Анашкина Л.* Методическое руководство развитием движений детей // Дошкольное воспитание, 1984. — № 10.
- Анохина Т.* Как организовать современную предметно-развивающую среду // Дошкольное воспитание, 1999. — № 5.
- Богина Т. Л.* Врачебно-педагогический контроль за физическим воспитанием детей // Дошкольное воспитание, 1984. — № 1.
- Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.

**Дополнительная литература**

- Брыскина Н.* Совместная деятельность педагогических и медицинских работников по укреплению здоровья детей // Дошкольное воспитание, 1981. — № 9.
- Вильчковский Э.С.* Инспектирование работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание, 1986. — № 4.
- Зайцева Ф., Викторова И.* Методическое руководство физическим воспитанием // Дошкольное воспитание, 1980. — № 12.
- Зеленин В.* Применение на физкультурных занятиях нестандартного оборудования // Дошкольное воспитание, 1987. — № 7.
- Использование спортивных тренажеров и нестандартного оборудования в работе с дошкольниками — М., 1990.
- Королева Ю.* Роль методических объединений в совершенствовании работы по физическому воспитанию дошкольников // Дошкольное воспитание, 1985. — № 12.
- Никитина Г.* Методическая работа с воспитателями по физическому воспитанию детей // Дошкольное воспитание, 1983. — № 7.

- Олонцева Г.Н. Организация контроля за физическим воспитанием детей в детском саду. — Иркутск, 1987.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных учреждений. Аннотированный перечень. — М., 1999.
- Свирипова М. Совместная работа медицинского и педагогического персонала по физическому воспитанию // Дошкольное воспитание, 1980. — № 6.
- Сивачева Л.Н. Спортивные игры с нестандартным оборудованием. — СПб., 2001.
- Физкультурное оборудование для дошкольных учреждений // Дошкольное воспитание, 1987. — № 8.

## **Тема 17. Коррекционная работа с детьми, имеющими отклонения в физическом и двигательном развитии**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Основные направления коррекционной работы с детьми разного уровня здоровья.
2. Методы использующиеся с целью коррекции отклонений в осанке для детей с нарушением зрения (миопия), для детей с завышенным весом.
3. Работа с чрезмерно активными детьми (гиперактивными).

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Разработать рекомендации для воспитателей по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста.
2. Составить комплексы физических упражнений для профилактики нарушений зрения.
3. Составить план работы воспитателя по коррекционной работе с подгруппами детей, имеющими нарушения осанки, завышенный вес, малую и большую двигательную активность.

***Форма проведения:*** обсуждение консультаций для воспитателей и родителей.

***Предполагаемые темы консультаций:***

Какими критериями можно руководствоваться при оценке здоровья детей?

Как оценить подвижность ребенка?

Какие физические упражнения можно использовать для коррекции гиперактивных детей?

### Основная литература

- Бабенкова Е.А. Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье. — М., 2004.
- Богина Т.Л. Медико-педагогические условия для часто болеющих детей // Дошкольное воспитание, 1994. — № 10.
- Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. — М., 2005.
- Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. — М., 2005.
- Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми. — М., 2002.
- Макарова З.С., Голубева Л.Г. Оздоровление и реабилитация часто болеющих детей. — М., 2004.
- Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения/Под ред. С.О. Филипповой. — СПб., 2005.

### Дополнительная литература

- Богина Т. Л. Укреплять здоровье ослабленных и часто болеющих детей // Дошкольное воспитание, 1994. — № 6.
- Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. — М., 2000.
- Гаворина Л. Физкультурно-оздоровительная работа с часто болеющими детьми // Дошкольное воспитание, 1995. — № 2.
- Галанов А.С. Игры, которые лечат: Для детей от 1 до 3 лет — М., 2001.
- Гареева Н. Коррекция развития мелкой моторики и осязания у детей с нарушением зрения // Дошкольное воспитание, 2002. — № 6.
- Коновалова Н.Г. Сохраним стопы здоровыми. — Новокузнецк, 2000.
- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Ослабленный ребенок: развитие и оздоровление. — М., 2003.
- Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. — М., 2002.
- Михайлова Л. Почему дети приходят в детский сад уже с нарушением опорно-двигательного аппарата // Дошкольное воспитание, 1996. — № 12.
- Оздоровление детей в условиях детского сада/Под ред. Л.В. Кочетовой. — М., 2005.
- Попатчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. — СПб., 2001.
- Попатчук А.А., Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. — СПб., 2002.
- Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ/Авт.-сост. О.Н. Моргунова. — Воронеж, 2005.
- Решетняк О.В., Банникова Т.А. Особенности содержания и методики проведения физкультурных занятий с дошкольниками 5–6 лет, имеющими задержку психического развития // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2001. — № 2.
- Рунова М.А., Бурба И., Храмцов П.В. Физическое воспитание дошкольников с функциональными нарушениями опорно-двигательного аппарата // Дошкольное воспитание, 2003. — № 4.

## **Тема 18. Методика проведения теоретических и практических занятий в колледже**

### ***Семинарское занятие***

#### ***Тематика обсуждения***

1. Разработка плана проведения урока.
2. Методика проведения лекционных, семинарских и практических занятий.
3. Использование наглядных пособий, технических средств и элементов программированного обучения.
4. Руководство самостоятельной деятельностью студентов.
5. Учет успеваемости.

### ***Практическое занятие***

#### ***Задания***

1. Составить вопросы для анализа урока по физическому воспитанию в педагогическом колледже.
2. Посмотреть урок в педагогическом колледже, записать данные наблюдений и проанализировать.

***Форма проведения:*** обсуждение подготовленных студентами лекций по курсу «Методика физического воспитания и развития ребенка»; плана практических заданий и домашнего задания студентов.

### ***Основная литература***

- Андрианова Л.М.* и др. Зачетный урок по теме «Физкультурные занятия в детском саду» // Дошкольное воспитание, 1995. — № 8.
- Голощекина М.П.* Использование технических средств обучения в преподавании курса «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» в педагогических училищах и вузах // Дошкольное воспитание, 1973. — № 2.
- Дошкольная педагогика: технология обучения на семинарских, практических и лабораторных занятиях / Под ред. В.П. Дубровой. — Мн., 1997.
- Ермак Н.Н.* Практические и лабораторные занятия в курсе «Теория и методика физического воспитания дошкольников» // Дошкольное воспитание, 1992. — № 7–8.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.

### ***Дополнительная литература***

- Ермак Н.Н.* Практические и лабораторные занятия по курсу «Методика и теория физического воспитания детей дошкольного возраста» // Дошкольное воспитание, 1993. — № 4.

- Красношлык З., Михальченко Л.* Нетрадиционные формы работы на уроках дошкольной педагогики и методики физического воспитания // Дошкольное воспитание, 1997. — № 3.
- Мальцева Н., Карунова Л.* Обучение педагогов с помощью интерактивных методов // Дошкольное воспитание, 2003. — № 3.
- Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» /Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1984.
- Семинарские, лабораторные и практические занятия по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» / Сост. А.В. Кенеман. — М., 1985.
- Семушина Л.Г., Ярошенко Н.Г.* Содержание и технология обучения в средних специальных учебных заведениях. — М., 2001.
- Семушина Л.Г., Борщанская Б.Р., Подлеская Н.С.* Преподавание курса дошкольной педагогики в педагогическом училище. — М., 1990.
- Тюрикова Г.* Руководство самостоятельной работой учащихся в курсе методики физического воспитания // Дошкольное воспитание, 1971. — № 12.
- Шестова А.* Виды опроса на уроках методики физического воспитания // Дошкольное воспитание, 1989. — № 12.
- Шестова А.* Нетрадиционные формы работы со студентами // Дошкольное воспитание, 1996. — № 2.
- Шестова А.* Технические средства обучения. Методика физического воспитания дошкольников // Дошкольное воспитание, 1988. — № 4.
- Шестова А., Песталова Н.* Изучение и использование передового опыта педагогов — новаторов в преподавании курса «Методики физического воспитания» // Дошкольное воспитание, 1991. — № 4, № 5.

## **Тема 19. Анализ вариативных программ и технологий физического воспитания дошкольников**

### *Семинарское занятие*

#### *Тематика обсуждения*

Реализация задач охраны жизни и укрепления здоровья детей, формирования основных движений и развитие физических качеств в программах по физическому воспитанию. Анализ базисных и альтернативных программ.

### *Практическое занятие*

#### *Задание*

Провести сравнительный анализ различных программ и внести данные в таблицу (с. 56).

## Программы по физическому воспитанию дошкольников

Название программы	Основные элементы программы	Структура и содержание

*Форма проведения:* занятие проводится в виде игрового «круглого стола» между «учеными — разработчиками» программы «Здоровый дошкольник» (Ю. Ф. Змановский), «Здоровье» (В.Г. Алямовская), «Истоки: базисная программа развития ребенка-дошкольника» (Центр «Дошкольное детство» им. А.В. Запорожца). Каждая из научных групп должна отстаивать преимущества своей программы перед другой. Группа студентов распределяется на две подгруппы. Между ними ведется «научный» спор-диалог.

### Основная литература

- Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду. — СПб., 1999.
- Зимонина В.Н. Воспитание ребенка-дошкольника: «РОСИНКА» Расту здоровым. — М., 2003.
- Истоки: Базисная программа развития ребенка-дошкольника. — М., 2001.
- Крулехт М. Инновационные программы дошкольного образования // Дошкольное воспитание, 2003. — № 5.
- О новых актуальных программах по дошкольному образованию // Дошкольное воспитание, 2003. — № 1.
- Программа воспитания и обучения в детском саду / Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. — М., 2005.
- Радуга. — М., 1989.
- Современные образовательные программы для дошкольных учреждений / Под ред. Т.И. Ерофеевой. — М., 1999.
- Современные программы по физическому воспитанию. — М., 2002.

### Дополнительная литература

- Авдеева Н.Н. Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Основы безопасности детей дошкольного возраста: Программа для дошкольных образовательных учреждений. — М., 1997.
- Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка: Программа «Здоровье» // Дошкольное воспитание, 1993. — № 11.
- Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка: Программа «Здоровье» // Дошкольное воспитание, 1993. — № 12.
- Ефименко Н.Н. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. — М., 1999.

- Змановский Ю.Ф.* Здоровый дошкольник: Авторская программа// Дошкольное воспитание, 1995. — № 6.
- Козлова С.А.* Я — человек. Программа приобщения ребенка к социальному миру. — М., 1998.
- Козырева О.В.* Игры, которые нравятся дошкольникам: Авторская программа оздоровительно-развивающих игр для детей дошкольного возраста. — М., 2002.
- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б.* Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). — М., 2000.
- Лазарев М.Л.* Здравствуй! Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста. — М., 1997.
- Региональная программа физического воспитания детей 3–7 лет «Система» /Сост. Л.Н. Пустынникова. — Пермь, 1997.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.* СА-ФИ-ДАНСЕ. Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике для дошкольных учреждений. — СПб., 1998.
- Щербаков В.П.* Физкультура от 3 до 17 лет. — М., 1996.
- Яковлева Л.В., Юдина Р.А.* Старт: программа для инструкторов по физическому воспитанию. — М., 2003.

# **Психолого-педагогические практикумы**

## **Тема «Руководство методической работой дошкольного учреждения по проблеме физического воспитания и развития ребенка»**

*Цель* — формировать у студентов умения и навыки в осуществлении методического руководства физкультурно-оздоровительной работой в дошкольном образовательном учреждении, руководствуясь тематическим планом занятий (см. табл., с. 59).

### **Содержание работы**

**Занятие 1–2. Методический кабинет дошкольного учреждения — центр работы методиста по оказанию действенной помощи воспитателям в повышении педагогического мастерства, по организации физического воспитания в группах и работе с родителями**

*Тематика обсуждения.* Организация работы методического кабинета в дошкольном образовательном учреждении: оснащение кабинета теоретической и методической литературой по вопросам физического воспитания и оздоровления детей; организация выставок новинок методической литературы по физическому воспитанию; помощь воспитателям в проведении всех форм работы по физическому воспитанию, методике обучения детей движениям, подготовке докладов по физическому воспитанию для выступления на конференциях, семинарах, педагогических чтениях.

#### *Задания к самостоятельной работе*

1. Анализ оформления методического кабинета по организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.
2. Определить содержание выставки методической литературы по обучению детей движениям.

*Методические указания.* Просмотреть видеозапись, макеты оформления методического кабинета, варианты оформления выставок методической литературы и организовать их обсуждение. При этом обратить внимание студентов на создание условий для повышения квалификации воспитателей; наличие теоретической и методической литературы по всем вопросам

### Тематический план

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов
1–2	Методический кабинет дошкольного учреждения — центр работы методиста по оказанию действенной помощи воспитателям в повышении педагогического мастерства по организации физического воспитания в группах и работе с родителями	4
3	Открытый просмотр физкультурно-оздоровительных мероприятий — одна из форм выявления и изучения передового опыта работы педагогов и обучение их методам и приемам работы с детьми	2
4	Консультации (индивидуальные, групповые) — одна из форм методической работы	2
5–6	Семинары, семинары-практикумы — эффективная форма повышения квалификации воспитателей по организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении	4
7	Контроль за выполнением программы по физкультурно-оздоровительной работе	2
8	Организация работы по пропаганде педагогических знаний среди родителей по физическому воспитанию	2
	<b>Всего</b>	<b>16</b>

физического воспитания и диагностики физического развития детей, папок передового опыта работы с детьми, новинок методической литературы и иллюстрированного материала по физическому воспитанию.

#### Занятие 3. Открытый просмотр физкультурно-оздоровительных мероприятий — одна из форм выявления и изучения передового опыта работы педагогов и обучение их методам и приемам работы с детьми

##### *Тематика обсуждения*

1. Организация открытых просмотров физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении: задачи, методика организации.
2. Роль методиста в организации и проведении открытых просмотров утренней гимнастики, физкультурных занятий, прогулок, досуговых мероприятий (подготовка плана-конспекта, подбор физкультурного оборудования и пособий).

### *Задания к самостоятельной работе*

1. Разработать план физкультурного занятия на воздухе с включением спортивных упражнений.
2. Составить план анализа подвижной игры, проводимой на прогулке.

**Методические указания.** Студенты распределяются на 2–4 подгруппы. Каждая подгруппа получает задание — разработать план физкультурного занятия на воздухе с включением спортивных упражнений и вопросы для анализа проведения подвижной игры. Время подготовки 30 мин. По завершении работы организуется обсуждение разработанных планов занятий и вопросов для анализа. При обсуждении обратить внимание студентов на основную цель, структуру физкультурных занятий на воздухе, включение в занятия беговых упражнений и спортивных упражнений с учетом их усложнения, методики проведения подвижных игр.

### **Занятие 4. Консультации (индивидуальные, групповые) — одна из форм методической работы**

**Тематика обсуждения.** Организация и проведение групповых и индивидуальных консультаций: отбор тематики, структура, требования к проведению, конкретные советы и методических рекомендации.

### *Задания к самостоятельной работе*

1. Составить план консультаций по теме «Организация прогулок на участке дошкольного учреждения».
2. Подготовить консультацию на тему «Закаливание ребенка в семье» и подобрать литературу.

**Методические указания.** Студенты работают двумя подгруппами в течение 30–35 мин и выполняют предложенные задания. Затем студенты группы обсуждают выполненные задания и большинством голосов принимают их или отвергают.

### **Занятие 5–6. Семинары, семинары-практикумы — эффективная форма повышения квалификации воспитателей по организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении**

### *Тематика обсуждения*

1. Работа методиста по повышению квалификации воспитателей.

2. Организация практикумов (отработка методов и приемов обучения детей движениям) для воспитателей по физическому воспитанию.

*Задания к самостоятельной работе.* Определить содержание и составить план работы семинара-практикума на темы «Подвижные игры в дошкольном возрасте», «Обучение детей основным движениям», «Организация и методика проведения игр с элементами спорта», «Организация досуговых мероприятий» (по выбору студента).

*Методические указания.* Студентам предлагается методическая литература. Каждый выполняет одно из предложенных заданий самостоятельно в течение 15 мин. По завершении выполненного задания идет обсуждение, в процессе которого необходимо обратить внимание на основную цель семинара-практикума: знание методики обучения детей физическим упражнениям и умение студентов самостоятельно находить ответы в литературе на данный вопрос, делать обобщения, определять целесообразность использования каждого движения в двигательном режиме.

Из группы студентов выбирается «методист», который проводит семинар-практикум: раскрывает задачи, акцентирует внимание на основную цель семинара и показывает приемы обучения тому или иному движению (в зависимости от выбранной темы).

## **Занятие 7. Контроль за выполнением программы по физкультурно-оздоровительной работе**

### *Тематика обсуждения*

1. Методика проведения диагностики физической подготовленности и физического развития детей.
2. Диагностика уровня физического развития детей (методом антропометрии) и физической нагрузки на физкультурном занятии (методом пульсометрии).

*Задания к самостоятельной работе.* Анализ методик диагностики двигательной подготовленности, физического развития детей дошкольного возраста и определение физической нагрузки на работах Н.А. Ноткиной, М.А. Руновой, В.П. Щербакова и др.

*Методические указания.* Студентам раздается литература. Все участники распределяются на 2–3 подгруппы и выполняют предложенное задание. По завершении работы проводится коллективное обсуждение и делается вывод об эффективности разработанных методик.

## Занятие 8. Организация работы по пропаганде педагогических знаний среди родителей по физическому воспитанию

*Тематика обсуждения.* Формы организации просветительской работы с родителями: родительские собрания, индивидуальные беседы; дни открытых дверей; совместные физкультурные праздники, досуги, дни здоровья, походы, домашние задания, демонстрация передового опыта семейного воспитания (интервью, выставки, встречи с родителями), подготовка тематических «листочков здоровья».

### *Задания к самостоятельной работе*

1. Подготовить планы-конспекты родительского собрания на одну из тем: «Формирование основ здорового образа жизни ребенка», «Обучение детей спортивным играм и упражнениям» и др. для конкретной возрастной группы.
2. Подобрать материал к оформлению стенда для родителей на тему: «Обучение детей плаванию» (с включением требований по возрастным группам, игр и упражнений для подготовки к плаванию, советов по методике обучения).

*Методические указания к выполнению задания.* Занятие проводится в форме обсуждения выполненных заданий. При обсуждении обратить внимание студентов на роль физических упражнений в здоровом образе жизни ребенка-дошкольника и методы ознакомления детей со средствами оздоровления.

### Литература для преподавателя

- Анохина Т. Педагогический совет: как сделать эту форму работы действенной // Дошкольное воспитание, 1991. — № 12.
- Безделина Р. Повышаем квалификацию педагогов // Дошкольное воспитание, 2003. — № 6.
- Белая К.Ю. Методическая работа в дошкольном учреждении. — М., 1991.
- Бондаренко А.К., Поздняк Л.В., Шкатулла В.И. Заведующий дошкольным учреждением. — М., 1984.
- Борисова Н.В., Соловьева А.А. Комплекс проведения деловых игр «Аргументы и контраргументы»: «Круглый стол», «Телемост», «Пресс-конференция». — М., 1992.
- Васильева А.И., Л.А. Бахтурина, Кобитина И.И. Старший воспитатель детского сада. — М., 1990.
- Дуброва В.П., Милашевич Е.П. Организация методической работы в дошкольном учреждении. — М., 1995.
- Куцакова Л.В. Методическая работа с педагогами // Дошкольное воспитание, 1992. — № 2.

- Куцакова Л.В.* Методическая работа в дошкольном учреждении. — М., 1991
- Методист детского сада /Под ред. Р.С. Буре — М., 1994.
- Организация работы методиста детского сада/Сост. В.Я. Волобуева, О.М. Газина, В.Г. Фокина — М., 1994.
- Основы управления дошкольным образовательным учреждением /Под ред. Л.В. Поздняк — М., 1994.
- Поздняк Л.В., Лященко Н.Н.* Управление дошкольным образованием. — М., 1996.
- Шиленок Т.* Организация и проведение проблемных семинаров // Дошкольное воспитание, 1992. — № 5–6.

## **Тема «Преподавание курса «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» в педагогическом колледже»**

**Цель** — формировать практические умения и навыки преподавания курса «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» в педагогическом колледже руководствуясь тематическим планом занятий (см. табл., с. 64).

### **Содержание работы**

#### **Занятие 1. Задачи преподавания «Теории и методики физического воспитания и развития ребенка» и содержание работы по курсу**

##### ***Тематика обсуждения***

1. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Основные задачи подготовки воспитателей по организации физического воспитания в дошкольном учреждении.

**Задание к самостоятельной работе.** Составить план мероприятий по формированию у детей основ здорового образа жизни средствами физических упражнений.

**Методические указания.** Студенты распределяются на 2–4 подгруппы. Каждая подгруппа получает творческое задание — разработать план мероприятий по формированию у детей основ здорового образа жизни средствами физических упражнений. Задание выполняется в течение 20–30 мин, после чего организуется коллективное обсуждение, обобщаются полученные результаты.

### Тематический план

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов
1	Задачи преподавания «Теории и методики физического воспитания и развития ребенка» и содержание работы по курсу	2
2	Формы организации обучения студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»	4
3	Контроль и учет знаний студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»	4
4	Организация самостоятельной работы студентов (содержание, формы организации и педагогические условия)	4
5	Внеклассная работа со студентами по физическому воспитанию: тематические выставки, конкурсы	2
	<b>Всего</b>	<b>16</b>

### Занятие 2. Формы организации обучения студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»

#### *Тематика обсуждения*

1. Основные формы организации обучения студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка».
2. Приемы активизации познавательной деятельности студентов на занятиях по данному курсу: экскурсии, занятия-соревнования «педагогический бой», эстафета, по сюжетам известных игр: КВН, «Брейн-ринг», «Счастливый случай», «Звездный час», «Своя игра» и др.), деловые игры.
3. Приемы проблемного обучения на занятиях.
4. Использование технических средств обучения, компьютерных технологий на занятиях в педагогическом колледже.

**Задание к самостоятельной работе.** Составить карточки с описанием проблемных ситуаций для использования на занятиях по теме «Основы обучения детей движениям».

**Методические указания.** Студенты распределяются на группы. Каждой дается образец карточки с описанием проблемной ситуации и предлагается составить по 2 карточки с примерными проблемными ситуациями. Время выполнения 30 мин. Затем проводится обсуждение подготовленных студентами материалов.

### **Занятие 3. Контроль и учет знаний студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»**

#### ***Тематика обсуждения***

1. Современные требования к контролю и учету знаний студентов.
2. Формы контроля и учета знаний и умений студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка».

**Задание к самостоятельной работе.** Разработать разные формы контроля и учета знаний студентов. Каждая группа составляет по 2–3 задания: тесты, контрольные вопросы.

**Методические указания.** Занятие проводится с двумя подгруппами студентов. Каждая получает задание — разработать разные формы контроля и учета знаний студентов. В работе следует отразить 4 формы тестовых заданий: закрытая, открытая, на соответствие, на установление правильной последовательности (по В.С. Аванесову). При составлении контрольных вопросов обращается внимание на четкую, конкретную их постановку. Разработанные задания обсуждаются группами.

### **Занятие 4. Организация самостоятельной работы студентов (содержание, формы организации и педагогические условия)**

#### ***Тематика обсуждения***

1. Самостоятельная работа в теоретической и практической подготовке студентов.
2. Содержание и формы самостоятельной работы студентов на занятиях и во внеаудиторной работе.

#### ***Задания к самостоятельной работе***

1. Составить аннотацию на статью Э.Я. Степаненковой «Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников» (Дошкольное воспитание, 1995. — № 12).
2. Разработать схему анализа физкультурного занятия.

**Методические указания.** Студенты распределяются на группы. Перед началом занятия раздается методическая литература. Студенты составляют аннотацию на статью, и после выполнения задания проводится обсуждение. При разработке схемы анализа физкультурного занятия обращается внимание на структуру и содержание занятия, подбор основных движений, организацию и проведение подвижной игры.

По окончании организуется коллективное обсуждение разработанной схемы анализа физкультурного занятия. Время на выполнение заданий — 30 мин.

**Занятие 5. Внеклассная работа со студентами  
по физическому воспитанию:  
тематические выставки, конкурсы**

*Тематика обсуждения*

1. Организация внеклассной работы со студентами педагогического колледжа: научно-практические, творческие лаборатории, научное студенческое общество.
2. Самостоятельные занятия студентов ритмикой, шейпингом, восточными единоборствами в свободное от учебы время.

*Задание к самостоятельной работе.* Разработать сценарий спортивного праздника и провести его со студентами педагогического колледжа.

*Методические указания.* Занятие проводится по подгруппам. Каждая составляет свой сценарий спортивного праздника, коллективно обсуждают его и, выбрав интересный сценарий, преподаватель организует его проведение со студентами.

**Литература для преподавателя**

- Барсукова Л.С.* Блиц-игра в преподавании дошкольной педагогики // Дошкольное воспитание, 1990. — № 10.
- Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста»/Под ред. *А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной.* — М., 1984.
- Семушина Л.Г., Ярошенко Н.Г.* Содержание и технологии обучения в средних специальных учебных заведениях. — М., 2001.
- Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю.* Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. Научно-практический сборник инновационного опыта. — М. — Ставрополь, 2001.
- Шестова А.* Технические средства обучения // Дошкольное воспитание, 1988. — № 4.
- Шестова А.* Виды опроса на уроках // Дошкольное воспитание, 1989. — № 12.
- Шестова А.* Самостоятельная работа на уроках // Дошкольное воспитание, 1988. — № 12.
- Ядровская Г.* Использование разнообразных форм опроса на уроках // Дошкольное воспитание, 1989. — № 5.
- Ядровская Г.* Педагогическая практика // Дошкольное воспитание, 1991. — № 6.

## **Рейтинговая система оценки знаний по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»**

Проверка результатов обучения является обязательным компонентом любого воспитательно-образовательного процесса.

Рейтинговая система контроля и оценки знаний, используемая современной дидактикой, рассматривается как одна из систем контроля, объединяющая в себе не только воспитательную, развивающую, образовательную функцию, но и диагностическую, которая может дать объективные сведения об эффективности той или иной формы обучения, в частности совершенствования профессиональной подготовки студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка».

При разработке рейтинговой системы особое внимание уделяется самостоятельной работе студентов в виде контрольных заданий. Они призваны решить одну из важнейших задач физического образования — формирование у студентов познавательного интереса, провести параллель между содержанием изучаемой темы и ее практической реализацией.

Кроме того, контрольные задания представляют собой своеобразный способ измерения знаний студентов, поэтому к этим заданиям предъявляются следующие требования: логичность, четкость, объективность.

Следующая рейтинговая оценка касается самостоятельной работы студентов на семинарских и практических занятиях.

Рейтинговая система контроля знаний представлена в начале всех разделов и идентична для всех разделов курса.

Знания студентов оцениваются по 10-балльной системе, которая поможет педагогу осуществлять индивидуальный подход, оценивать объем знаний и умений студентов в совокупности.

*Требования к оценке знаний студентов* при устных ответах, при написании письменных работ, докладов, рефератов, проведении семинарских и практических занятий, коллоквиумов, деловых игр, контрольных работ, работе с литературными источниками, составлении таблиц, блок-схем, тезисов, сообщений, аннотаций, картотек, конспектов разных форм работы, мини-лекций и др.

**10 баллов** — глубокое и полное освещение содержания учебного материала. Понятийный аппарат усвоен полностью. Студент успешно связывает теорию с практикой, в ответах

освещены современные точки зрения, собственный взгляд на данную проблему. При изложении материала прослеживаются системные знания, самостоятельность суждений. Ответ грамотный, логично изложен.

**9 баллов** — в ответе прослеживается знание и понимание учебного курса, полное владение понятийным аппаратом, грамотное изложение материала. Однако содержание и форма имеют некоторые неточности. Отмечаются некоторые недочеты в литературном изложении проблемы.

**8 баллов** — при ответе обнаруживается знание и понимание основных положений учебного материала. Однако тот или иной студент при ответе может нарушить логику и системность изложения, неумение убедительно обосновать свои суждения.

**7 баллов** — у студента имеются некоторые знания и понимание основных положений учебного материала. Однако знания разрозненны, бессистемны. Студент не может выделить главное и второстепенное, недостаточно уверенно излагает материал.

**6 баллов** — при ответе отсутствует собственный взгляд на проблему, интеграция с другими предметами, но при наводящем вопросе студент может интегрировать проблему.

**5 баллов** — в ответах, описании, анализе, обобщении материала прослеживается недостаточное знание истории вопроса, взглядов видных педагогов и психологов на проблему. Имеются ошибки в изложении материала.

**4 балла** — при устном ответе, письменном изложении материала и др. наблюдается большое количество ошибок, нет опоры на практический опыт, отсутствует проявление творчества.

**3 балла** — недостаточно полное знание вопроса, отсутствует системность изложения, прослеживается неточность в ответе или в письменной работе.

**2 балла** — у студента отсутствуют учебные навыки. Он слабо ориентируется в учебном материале, путает понятия, допускает ошибки, оперируя понятиями в составлении диагностических материалов, собственных наблюдениях за деятельностью детей.

**1 балл** — у студента вообще отсутствуют знания по данной дисциплине.

**Выполнение заданий по всем видам контроля оценивается по 10-балльной системе.** Так, при наличии 2–3 вопросов в заданиях самостоятельной работы студента при правильном их

решении, студент получает 10 баллов. Далее оценка заданий преподавателем осуществляется с учетом сложности отдельных вопросов. Допустим, задание состоит из трех вопросов, из которых два наиболее сложные, а одно простое. Преподаватель за выполнение сложных вопросов ставит по 4 балла, а за остальные по одному или по два балла.

Следует помнить, что студенты при решении любых вариантов заданий должны быть поставлены в известность, как будут оцениваться их знания.

## **Рейтинговые задания**

### **Тема 1. Предмет теории и методики физического воспитания и развития ребенка**

#### ***Самостоятельная работа студентов***

##### ***Задания***

1. Изучить основные понятия теории и методики физического воспитания и развития ребенка (3 балла).
2. Составить картотеку на статьи по физическому воспитанию детей дошкольного возраста, опубликованные в журнале «Дошкольное воспитание» за последние 5 лет (5 баллов).

##### ***Дополнительное задание***

Разработать схему «Иерархия основных понятий» (5 баллов).

### **Тема 2. Теория физического воспитания в системе образования и воспитания ребенка**

#### ***Самостоятельная работа студентов***

##### ***Задания***

1. Подготовить сообщение на тему: «Оздоровительная, воспитательная, социальная направленность физической культуры» (5 баллов).
2. Актуальные проблемы физического воспитания. Блок-схема (5 баллов).

#### **Литература**

Козлов И.М. Проблемы физического воспитания дошкольников // Теория и практика физической культуры, 1996. — № 6.

*Чернышенко Ю.К.* Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры, 1997. — № 6.

### *Дополнительное задание*

Подготовить реферат на тему «Роль взрослого в физическом воспитании ребенка» (5 баллов).

### **Литература**

*Вильчковский Э.С.* Физическое воспитание дошкольников в семье. — Киев, 1987.

*Глушкова Г.В., Голубева Л.Г., Прилепина И.А.* Физическое воспитание в семье и ДОУ. — М., 2005.

*Осокина Т.И.* Родителям о физическом воспитании детей. — М., 1961.

*Лукашин В.* О роли отца в физическом развитии ребенка // Дошкольное воспитание, 1980. — № 6.

## **Тема 3. Здоровый образ жизни дошкольника**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Подготовить сообщение на тему: «Факторы здорового образа жизни дошкольника» (5 баллов).
2. Составить картотеку литературных источников и программных материалов по формированию здорового образа жизни (5 баллов).

### *Дополнительное задание*

Составить два конспекта физкультурных занятий по формированию у детей основ здорового образа жизни (5 баллов).

## **Тема 4. Системы физического воспитания**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задание***

Составить блок-схему «Этапы развития отечественной системы физического воспитания» (5 баллов).

### **Литература**

*Кенеман А.В., Хухлаева Д.В.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.

*Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

*Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Схемы и таблицы. — М., 2003.

*Голощапов Б.Р.* История отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спорта. — М., 1995.

*Столбов В.В., Финогенова Л.А., Мельникова Н.Ю.* История физической культуры и спорта. /Под ред. В.В. Столбова — М., 2000.

### *Дополнительное задание*

Составить тезисы на тему «Характеристика оригинальной системы физического образования П.Ф. Лесгафта» (5 баллов), используя источники:

### **Литература**

*Лесгафт П.Ф.* Собрание педагогических сочинений. — М., 1954.

*Лесгафт П.Ф.* Избранные педагогические сочинения. — М., 1988.

*Лесгафт П.Ф.* О задачах физического воспитания — М., 1887.

*Лесгафт П.Ф.* Избранные труды/Сост. И.Н. Решетень. — М., 1987.

*Лесгафт П.Ф.* Избранные труды по анатомии. — М., 1968.

*Лесгафт П.Ф.* Психология нравственного и физического воспитания /Под ред. М.П. Ивановой. — М., 1998.

## **Тема 5. Задачи физического воспитания и развития ребенка**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Подготовить сообщение о показателях физического развития и физической подготовленности дошкольников разных возрастных групп (6 баллов).
2. Разработать таблицу о взаимосвязи анатомо-физиологических особенностей и задачах развития моторики детей раннего и дошкольного возраста (5 баллов).

## **Тема 6. Средства физического воспитания и развития детей дошкольного возраста**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Подготовить сообщение на тему «Классификация физических упражнений» (5 баллов).
2. Составить тезисы по теме «Характеристика физических упражнений» (7 баллов).

## **Тема 7. Основы обучения детей двигательным действиям. Обучение как процесс формирования двигательных умений и навыков, развитие физических качеств**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Подготовить сообщение на темы «Закономерности формирования двигательных навыков», «Многоуровневая система управления двигательными действиями» (10 баллов).
2. Составить таблицу распределения методов в соответствии с этапами обучения (5 баллов).
3. Подготовить сообщение на тему «Вклад Е.Н. Вавиловой, Н.А. Ноткиной, Э.С. Вильчковского в методику обучения детей движениям и развития физических качеств» (8 баллов).
4. Подобрать физические упражнения на развитие быстроты, ловкости, выносливости, равновесия, силы, гибкости (4 балла).

#### ***Дополнительные задания***

1. Составить конспект обучения физическому упражнению на разных этапах разучивания (3 балла).
2. Подобрать примеры, педагогические задачи, определяющие наличие двигательного умения или навыка, свойства навыка, закономерности формирования двигательного навыка (2 балла).
3. Составить комплексы общеразвивающих упражнений на развитие двигательных качеств: силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости (5 баллов).

## **Тема 8. Предпосылки развития движений в пренатальном периоде и особенности моторики в раннем и дошкольном возрасте**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задание***

Подготовить рефераты (письменные работы) на тему: «Специфика физического воспитания детей каждого возрастного периода, начиная с первого года до 7 лет» (5 баллов).

#### ***Дополнительное задание***

Подготовить консультацию для воспитателей по выше обозначенной проблеме (5 баллов), дать анализ программ

«Кроха», «Истоки», «Детство», «РОСИНКА», «Воспитание, обучение и развитие» и др. по формированию моторики у детей (5 баллов).

## **Тема 9. Особенности развития моторики ребенка от рождения до 7 лет**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Подготовить тезисы сообщения на тему «Построение оптимального двигательного режима» (7 баллов).
2. Подготовить консультацию для родителей «Учет анатомо-физиологических особенностей в физическом развитии ребенка» (5 баллов).

#### **Литература**

Зайцева В.В. Зачем учиться физкультуре. — М., 2002.

Вильковский Э.С. Физическое воспитание дошкольников в семье. — Киев, 1987.

Змановский Ю.Ф. Психофизиологические и психологические особенности шестилетних детей // Дошкольное воспитание, 1983. — № 2.

## **Тема 10. Методика обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задание***

Подготовить мини-лекции на темы (по выбору студентов) (5 баллов):

- «Специфика освоения сложных физических упражнений дошкольниками»;
- «Место общеразвивающих и строевых упражнений в разных формах работы по физическому воспитанию»;
- «Использование физкультурных пособий при обучении детей основной гимнастике»;
- «Использование гимнастической терминологии при обучении движениям».

#### ***Дополнительное задание (по выбору студента)***

1. Составить конспект комплекса общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики в игровой и сюжетной

форме для детей младшего и среднего дошкольного возраста (5 баллов).

2. Составить конспект комплекса общеразвивающих упражнений с общим предметом для физкультурного занятия с детьми старшего дошкольного возраста (5 баллов).

## **Тема 11. Методика формирования у студентов естественно-научных знаний о деятельности организма ребенка**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Разработать конспект познавательного занятия с дошкольниками на темы: «Скелет и мышцы», «Сердце — неутомимый мотор», «Как мы дышим», «Как мы едим» и др. (по выбору студента) (8 баллов).
2. Подобрать стихотворения, сказки, рассказы по формированию представлений о функционировании организма человека (6 баллов).

#### ***Дополнительные задания***

1. Подобрать загадки об органах и частях тела человека (5 баллов).
2. Разработать дидактическую игру по ознакомлению с функционированием человеческого организма (5–6 баллов).

## **Тема 12. Подвижные игры в физическом воспитании дошкольников**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Отобрать подвижные игры для совершенствования одного из видов основного движения (ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, равновесие) (7 баллов).
2. Составить картотеку сюжетных, бессюжетных, игр-эстафет, игр с правилами и других подвижных игр по возрастным группам (5 баллов).

#### ***Дополнительное задание***

Выполнить письменную работу на тему «Характеристика русских народных подвижных игр, рекомендованных современными авторами при обучении детей движениям» (7 баллов).

## **Тема 13. Игры с элементами спорта и спортивные упражнения**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Составить конспект физкультурного занятия по проведению игры с элементами спорта (игра по выбору студента) (5 баллов).
2. Составить консультацию для воспитателей по методике обучения спортивным играм и упражнениям (6 баллов).

#### ***Дополнительные задания***

1. Составить конспект (письменная работа) беседы с детьми об истории развития спортивных игр (6 баллов).
2. Подобрать загадки о спорте (4 балла).

## **Тема 14. Формы организации физического воспитания в дошкольном учреждении**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Составить блок-схему «Типы физкультурных занятий», раскрыв задачи, содержание упражнений, особенности организации (8 баллов).
2. Составить конспект сюжетного физкультурного занятия для детей младшего дошкольного возраста (5 баллов).

#### ***Дополнительное задание***

Составить план-конспект физкультурного занятия на воздухе спортивного или игрового типа (возраст детей и тип физкультурного занятия по выбору студента) (6 баллов).

## **Тема 15. Организация физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Составить консультацию для воспитателей по проведению физкультурной минутки с использованием подвижных игр или танцевальных упражнений (по выбору студента) (7 баллов).
2. Составить комплекс утренней гимнастики для разновозрастных групп (3 балла).

3. Составить комплекс физкультминуток на занятиях по изобразительной деятельности, методике математического развития, методике развития речи с практикумом по логopedии (4 балла).
4. Составить рекомендации для воспитателей, родителей по закаливанию часто болеющих детей (7 баллов).

## **Тема 16. Активный отдых детей**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задания***

1. Разработать задания на дом для детей старшего дошкольного возраста как средство решения совместных задач по физическому воспитанию в детском саду и семье (8 баллов).
2. Разработать сценарий каникул для одной из возрастных групп (7 баллов).
3. Подобрать литературно-художественные материалы, игры, игровые задания, аттракционы для проведения досугов, праздников и т.д. (3 балла).

#### ***Дополнительное задание***

Составить методические рекомендации по организации активного отдыха в детском саду с использованием (по выбору студента) интегрированного досуга, тематического досуга («Туристические походы») (9 баллов).

## **Тема 17. Методическое руководство работой по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении**

### ***Самостоятельная работа студентов***

#### ***Задание***

Подготовить сообщение о содержании врачебно-педагогического контроля за физическим воспитанием и о функциях воспитателя группы по организации здорового образа жизни с использованием физических упражнений (10 баллов).

#### ***Дополнительное задание***

Разработать консультации для родителей по темам: «Физическое воспитание при подготовке детей к школе», «Закаливание ребенка в семье», «Спортивные игры в зимний период» (10 баллов).

**Тема 18. Особенности  
физкультурно-оздоровительной работы с детьми,  
имеющими отклонения в физическом развитии**

***Самостоятельная работа студентов***

***Задание***

Составить консультации для родителей по использованию физических упражнений в коррекции физического и двигательного развития (6 баллов).

***Дополнительное задание***

Подобрать физические упражнения для работы с детьми имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (6 баллов).

**Тема 19. Преподавание курса  
«Теория и методика физического воспитания  
и развития ребенка» в педагогическом колледже**

***Самостоятельная работа студентов***

***Задания***

1. Составить план и разработать методику урока для студентов педагогического колледжа по одной из следующих тем: «Спортивные упражнения», «Основные движения», «Общеразвивающие упражнения» с использованием активных форм обучения: деловая игра, блиц-опрос, КВН, «вертушка», комбинированный урок (10 баллов).
2. Проанализировать учебно-методический комплекс кабинета «Методика физического воспитания» в педагогическом колледже (4 балла).

## **Контроль знаний студентов (материалы к контрольным и самостоятельным работам студентов)**

Тестовые задания по контролю знаний для студентов высших учебных заведений представляют собой материал, направленный на закрепление и углубление знаний студентов по теории и методике физического воспитания и развития ребенка, на активизацию их познавательной деятельности и навыков самостоятельной работы с литературой.

Задания предназначены для целенаправленной учебной работы студентов на лекциях, семинарских и практических занятиях, а также для подготовки к зачетам и экзаменам по учебной дисциплине (самоконтроль знаний).

Работа строится на использовании четырех форм тестовых заданий (В.С. Аванесов): закрытая и открытая формы, задания на установление соответствия и правильной последовательности его выполнения.

В совокупности эти формы тестовых заданий представляют собой систему требований к знаниям студентов по физической культуре дошкольников и в то же время являются попыткой дать материал для повседневной деятельности преподавателя по проверке знаний студентов в области физической культуры дошкольника, что способствует экономии времени на проверку знаний при опросе большого количества студентов.

*Задания открытой формы* не предполагают готовых ответов, студент должен дополнить недостающий элемент ответа, при этом задания формулируются в виде утверждений.

Например, предлагается такое задание — продолжить фразу: *Уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств — это... (физическая подготовленность)*. Как известно, в теории и методике физического воспитания под этим термином подразумевается физическая подготовленность, которая является важным показателем не только физического, но и общего развития ребенка. Именно так следует ответить студенту. Другие ответы — не правильны. Эти рекомендации относятся к заданиям открытой формы по каждой теме.

*Задания закрытой формы* включают в себя идентификацию утверждающего высказывания. Использование этой формы тестирования позволяет продуцировать у компетентных студентов бесспорно правильный ответ, поскольку задание является изначально логически определенным. Пример: *Физкульт-*

турное занятие — это... (ведущая форма организованного, систематического обучения детей двигательным умениям и навыкам). Тестовая форма позволяет дополнить данное утверждение коротким и точным определением.

**Задания на установление соответствия** предлагают студенту выявить соответствие содержания предлагаемого задания в тесте одному из элементов предложенного множества ответов. Пример:

*Виды прыжка*

*Способы прыжка*

- |                                        |                   |
|----------------------------------------|-------------------|
| а) прыжок в длину с разбега;           | 1) перешагивание; |
| б) прыжок в высоту с бокового разбега; | 2) согнув ноги.   |
| в) прыжок в высоту с разбега.          |                   |

Ответ: 1–б; 2–а, в.

В приведенном примере необходимо установить соответствие между элементами левого (виды прыжка) и правого (способы прыжка) ряда.

Данного типа задания позволяют проверить так называемые знания о взаимосвязи:

- форм и содержания;
- сущности и самого явления;
- соответствия между различными свойствами движения, которые существуют в каждой учебной дисциплине.

**Задания на установление соответствия ценны тем**, что позволяют проверить имеющиеся у студентов знания по предмету в их взаимной связи.

**Задания на установление правильной последовательности** проверяют у студентов знания, умения и навыки в их правильной последовательности раскрытия проблем по теории и методике физического воспитания.

Особенно важна эта форма задания для данного курса, так как в физической культуре важен технологический процесс самого действия и последовательность выполнения технических элементов этого действия. Рассмотрим задание на установление правильной последовательности.

*Техника выполнения метания:*

- а) замах;
- б) И. п.<sup>1</sup> (разбег);
- в) бросок;
- г) прицел.

Ответ: б, г, а, в.

---

<sup>1</sup> И. п. — исходное положение.

Это задание позволяет проверить знание техники выполнения упражнений в метании.

Основное требование к такому типу заданий: они должны быть понятны и доступны студентам, правильны с точки зрения цели и содержания, однозначны по своей трактовке, т.е. предполагается правильный ответ только в определенном алгоритме.

*Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов* предполагают наличие правильно и неправильно сформулированных ответов. Студенту предстоит найти правильный ответ среди неправильных, т.е. рекомендуется выбирать только те ответы, в правильности которых они совершенно уверены. При этом почти с уверенностью можно сказать, что если ответ неправильный, то требуемых знаний у студента нет.

Задания с выбором правильного ответа делятся на следующие виды: *задания с двумя, тремя, четырьмя, пятью правильными ответами*. При этом, очень важно чтобы задания были наполнены тщательно сформулированным содержанием.

Рассмотрим пример заданий с одним ответом.

*Создателем оригинальной системы физического воспитания в России является...*

- а) Е.А. Аркин;
- б) В.В. Гориневский;
- в) А.И. Быкова;
- г) Е.Н. Вавилова;
- д) П.Ф. Лесгафт.

*Ответ: д.*

При этой форме задания студент выбирает из пяти возможных вариантов тот, который считается правильным.

Следующий пример близок по смыслу к первому, но немного отличается по логике отбора нужного ответа.

*В раздел «Игры» (классификация физических упражнений) входят:*

- а) подвижные (сюжетные, бессюжетные) игры;
- б) спортивные упражнения;
- в) элементы спортивных игр (городки, баскетбол, настольный теннис, хоккей).

При этом выбираются два таких ответа, которые отражают две основные грани определенного явления. (*Ответ: а, в.*)

Тестовые задания могут быть предложены студентам для контроля воспринятого и зафиксированного в памяти объема знаний, который дается преподавателем во время лекции.

Специфическим содержанием данного вида контроля являются основные понятия теории и методики физического

воспитания, общие вопросы характеристики теории и методики физического воспитания, вопросы по обучению движениям, овладению специальными физкультурными знаниями, показатели здоровья и развития физических качеств, показатели уровня физической подготовленности и др.

Задания для самостоятельной работы предлагают студентам в конце изложения лекционного материала.

Для организации учебного процесса и контроля знаний студентов по теории и методике физического воспитания в конце изучения каждой темы рекомендуется проведение самостоятельной контрольной работы по основным проблемам учебной дисциплины (система физического воспитания, формирование личности в процессе физического воспитания, средства и методы физического воспитания, основные принципы и методы обучения движениям и развитие физических качеств и др.). С этой целью в пособии даны вопросы для письменной контрольной работы.

С целью самопроверки в пособии приводятся ответы к заданиям. В каждом тестовом задании определяется, что однозначно является ответом на данный вопрос, с какой степенью полноты должен быть правильный ответ. Понятно, что ответов к заданиям контрольной работы нет, студенты должны найти их самостоятельно и ответить на вопрос.

Содержание учебного пособия предусматривает выполнение заданий различной сложности.

Тестовые задания могут использоваться как в условиях групповой работы (20–25 студентов), так и для индивидуального контроля знаний на экзаменах и зачетах. При этом надо иметь в виду, что в среднем время выполнения теста — 15–45 мин с учетом количества вопросов в тестовом задании.

В зависимости от поставленных преподавателем задач тестовые задания могут использоваться как на лекциях, так и на практических занятиях. Например, в конце лекции с целью получения преподавателем информации об усвоении изучаемой проблемы по лекционному курсу, студентов просят составить тестовое задание по теме, используя образец, или проводится диагностика знаний студентов по тестовому заданию.

Задания могут быть включены в качестве основы практического занятия как одна из форм отчетности для оценки выполнения самостоятельной работы студентов по изучаемой проблеме.

Использование тестовых заданий на экзаменах и зачетах для индивидуального контроля знаний дает возможность

преподавателю не только оценить знания студентов по теме, но и получить информацию об эмоциональном отношении студентов к изучаемой проблеме.

## **Тема 1. Здоровый образ жизни**

### **Задание 1**

#### ***Найдите правильные ответы***

Кто из названных авторов занимался вопросами здорового образа жизни ребенка-дошкольника:

В.В. Мельник	В.Г. Герасименко
И.М. Воротилкина	О.С. Шнейдер
С.П. Громова	Т.Э. Токарева
Т.В. Скобликова	Л.И. Латохина
Г.П. Олонцева	Д.Н. Денискин
Г.Д. Казакова	Ю.Л. Старинин
Л.Д. Глазырина	Н.Н. Ефименко
Е.А. Сагайдачная	В.В. Крапивник
Т.А. Кравчук	О.Г. Лазарь
В.Д. Овсянкин	Т.С. Грядкина
И.М. Масло	В.Л. Страковская
Б.Б. Егоров	О.В. Козарева
В.В. Зайцева	Ю.Ф. Змановский

### **Задание 2**

#### ***Вопросы к письменной контрольной работе***

1. Что входит в понятие «культура здоровья»?
2. Что входит в понятие «здоровый образ жизни»?
3. Каковы факторы здорового образа жизни?
4. Что необходимо растущему организму ребенка для сохранения и укрепления здоровья?
5. В чем заключается роль двигательной активности как фактора здоровья?

## **Тема 2. Предмет теории и методики физического воспитания и развития ребенка**

### **Задание 1**

#### ***Выберите правильный ответ***

1. Физическая культура — ...
  - а) одна из сторон физического воспитания, включающая овладение специальными знаниями, двигательными навыками и умениями;

- б) уровень физического развития и высокая степень здоровья, всесторонней физической подготовленности;
  - в) часть общей культуры человека, характеризующая достижения общества в области физического, психического и социального здоровья человека.
2. Физическая подготовленность — ...
- а) уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств;
  - б) процесс изменения форм и функций организма под влиянием условий жизни и воспитания;
  - в) профессиональная направленность физического воспитания.
3. Теория и методика физического воспитания — ...
- а) педагогический процесс, который направлен на совершенствование форм и функций организма ребенка, на формирование двигательных навыков, умений, знаний, на воспитание физических качеств;
  - б) наука об общих закономерностях, определяющих содержание и формы построения физического воспитания как педагогически организованного процесса, включенного в общую систему воспитания личности ребенка;
  - в) уровень физического развития и высокая степень здоровья, всесторонней физической подготовленности.

## Задание 2

*Установите соответствие между понятием и его содержанием*

1.

*Понятие*

*Содержание определения*

1. Физическое воспитание.

а) специальная деятельность, направленная на достижение в каком-либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявленных в процессе соревнований;

2. Спорт.

3. Физические упражнения.

б) движения, двигательные действия, а также сложные виды двигательной деятельности, отобранные в качестве средств для решения задач физического воспитания;

- в) педагогический процесс, который направлен на совершенствование форм и функций организма ребенка, на формирование двигательных навыков, умений, знаний, на воспитание физических качеств.

2.

### *Определение*

- 1. Физическое развитие.
- 2. Физическая подготовка.
- 3. Физическая подготовленность.

### *Содержание определения*

- а) уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств;
- б) процесс изменения форм и функций организма человека под влиянием условий жизни и воспитания;
- в) прикладная направленность физического воспитания по отношению к той или иной деятельности.

## **Задание 3**

***1. Раскройте понятие «Двигательная деятельность», установив правильную последовательность слов в определении:***

- 1) деятельность
- 2) и, которая направлена на
- 3) характерным компонентом
- 4) физическое и двигательное развитие ребенка
- 5) которой является
- 6) движение

***2. Раскройте понятие «физическое развитие», установив правильную последовательность слов в определении:***

- 1) процесс
- 2) под влиянием
- 3) изменение форм и функций
- 4) условий жизни и воспитания
- 5) организма

***3. Раскройте понятие «физические упражнения», дав правильную последовательность слов в определении***

- 1) движения
- 2) в качестве
- 3) двигательные действия
- 4) для решения задач физического воспитания
- 5) сложные виды двигательной деятельности
- 6) а также
- 7) отобранные
- 8) средств

**4. Раскройте понятие «физическое образование», установив правильную последовательность слов в определении:**

- 1) одна из сторон
- 2) двигательными навыками и умениями
- 3) овладение специальными знаниями
- 4) физического воспитания
- 5) включающая

#### **Задание 4**

**Закончите предложение, дав определение понятию**

1. Физическая культура — это ...
2. Физическое воспитание — это ...
3. Физическая подготовленность — это ...

#### **Задание 5**

**Закончите утверждающее высказывание**

1. Уровень физического развития и высокая степень здоровья, всесторонней физической подготовленности — это ...
2. Уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств — это ...
3. Деятельность, характерным компонентом которой является движение и которая направлена на физическое и двигательное развитие ребенка — это...

#### **Задание 6**

Во второй колонке таблицы (с. 86) приводятся основные понятия теории и методики физического воспитания детей дошкольного возраста, в третьей — их определения, которые даны в произвольном порядке.

**Дайте (найдите в третьей колонке) правильное определение каждому термину и запишите номер ответа (определения) в первую графу таблицы**

Номер ответа (определения)	Термин (понятие)	Определение
	Двигательная активность	1. Педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства
	Двигательная деятельность	2. Уровень развития двигательных умений, навыков и психофизических качеств
	Спорт	3. Деятельность, характеризующая активность двигательного аппарата ребенка
	Физическое воспитание	4. Одна из сторон физического воспитания, включающая овладение специальными знаниями, двигательными навыками и умениями
	Физические упражнения	5. Биологическая потребность организма в движении, от степени удовлетворения которой зависит здоровье и физическое развитие детей
	Физическая подготовленность	6. Движения, двигательные действия, а также сложные виды двигательной деятельности, отобранные в качестве средств для решения задач физического воспитания
	Физическое образование	7. Специальная деятельность, направленная на достижение в каком — либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявленных в процессе соревнований

### Тема 3. Теория физического воспитание — наука об общих закономерностях физического воспитания и развития личности ребенка

#### Задание 1

#### *Вопросы к письменной контрольной работе*

1. Каковы основные теоретические положения теории физического воспитания?
2. В чем суть учения об условно-рефлекторных временных связях?
3. Какова суть учения о типах ВНД?
4. Каковы принципы, на основе которых разрабатывается теория физического воспитания?

## Задание 2

### *Решите педагогическую ситуацию*

Как вы определите показатели физической культуры у детей дошкольного возраста?

## **Тема 4. Система физического воспитания — задачи, содержание, средства, методы и формы организации**

## Задание 1

### *Выберите правильный вариант ответа*

1. Основоположник отечественной системы физического воспитания:
  - а) Я.А. Коменский
  - б) Ф. Фребель
  - в) П.Ф. Лесгафт
  - г) К.Д. Ушинский
2. Назовите автора труда «Основы естественной гимнастики»:
  - а) К.Д. Ушинский
  - б) Е.Н. Водовозова
  - в) П.Ф. Лесгафт
  - г) Л.К. Шлегер
3. Определите, кому из ученых принадлежит высказывание:  
*«Человек рождается на свет с незначительным комплексом инстинктивных движений, все же остальные инстинктивные движения — произвольны и строятся под влиянием внешних воздействий на органы чувств»*
  - а) П.Ф. Лесгафт
  - б) К.Д. Ушинский
  - в) И.П. Павлов
  - г) И.М. Сеченов

## Задание 2

### *Установите соответствие — кто автор каждой работы*

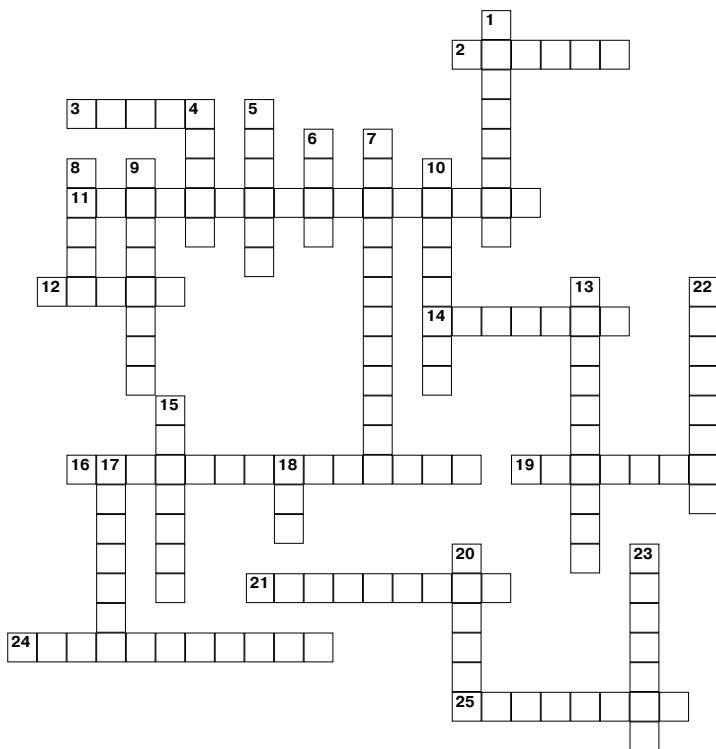
- |                      |                                                                   |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 1. Е.А. Аркин        | а) «Физическая культура в детском саду»;                          |
| 2. Т.И. Осокина      | б) «Ребенок в дошкольные годы»;                                   |
| 3. Е.Н. Вавилова     | в) «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»; |
| 4. Э.Я. Степаненкова | г) «Учите бегать, прыгать, лазать, метать».                       |

### Задание 3

#### *Разгадайте кроссворд*

*По горизонтали.* 2. Одна из последователей П.Ф. Лесгафта, которая обосновала и раскрыла процесс обучения детей основным движениям. 3. Часть метода, дополняющая и конкретизирующая его. 11. Уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств — физическая ... 12. Удобное и целесообразное размещение детей на спортивной площадке. 14. .... физического воспитания. 16. Одна из группы задач физического воспитания. 19. Основатель отечественной системы физического воспитания. 21. Документ, включающий перечень знаний о физическом воспитании и физических упражнениях. 24. Оно бывает воздушным, контрастным, солнечным и водным. 25. Один из авторов программы для инструкторов по физическому воспитанию «Старт».

*По вертикали.* 1. Способность человека совершать действия в минимальный для данных условий отрезок времени. 4. Система действий педагога в процессе обучения движениям в зависимости от содержания учебного процесса, конкретных задач и условий обучения. 5. Базисная программа, авторами которой является ученые Центра «Дошкольное детство» им. А.В. Запорожца. 6. Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечного напряжения. 7. Способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее интенсивности. 8. Специальная деятельность, направленная на достижение в каком-либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявленных в процессе соревнований. 9. Состояние полного физического, психического и социального благополучия. 10. Способность быстро овладевать новыми движениями и их сочетаниями, а также умение действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро и находчиво. 13. Автор программы «Здоровый дошкольник». 15. ...доступности, систематичности, последовательности, наглядности. 17. Автор книги «Физическая культура в детском саду». 18. Циклический, ациклический, смешанный... движений. 20. Двигательные навыки и.... 22. Способность достигать наибольшей величины размаха (амплитуды) движений отдельных частей тела в определенном направлении. 23. Программа, авторами которой является коллектив кафедры дошкольной педагогики педагогического университета города Санкт-Петербурга.



#### Задание 4

##### 1. Закончите предложение

1. Цель физического воспитания ...
2. Назовите европейские системы физического воспитания...

2. Впишите в таблицу принципы построения системы физического воспитания в дошкольных учреждениях и охарактеризуйте их

Система физического воспитания

Принципы построения	Характеристика принципов

## **Тема 5. Теоретическое обоснование задач физического воспитания и развития ребенка**

### **Задание 1**

*Определите, к какой группе задач относятся перечисленные направления и поставьте соответствующий символ*

■ — оздоровительные задачи;

▲ — образовательные задач;

● — воспитательные задачи.

1. Формирование интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.
2. Формирование двигательных умений и навыков.
3. Охрана жизни и укрепления здоровья (обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма).
4. Развитие физических качеств.
5. Всестороннее физическое совершенствование функций организма.
6. Владение детьми элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.
7. Разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).
8. Повышение работоспособности и закаливания.

### **Задание 2**

*Блиц-опрос (табл., с. 91). Определите к какой группе задач относятся перечисленные направления и поставьте соответствующий символ в таблице.*

### **Задание 3**

*Заполните таблицу «Задачи физического воспитания» (табл. с. 91).*

## **Тема 6. Средства физического воспитания и развития детей дошкольного возраста**

### **Задание 1**

*Вопросы к письменной контрольной работе*

1. Каковы группы средств физического воспитания?
2. Что включает в себя характеристика физических упражнений?
3. Что входит в биомеханическую характеристику физических упражнений?

**Блиц-опрос по теме**  
**«Задачи физического воспитания и развития ребенка»**

№ п/п	Задачи	Группы задач		
		оздоровительные	образовательные	воспитательные
		А	Б	В
1	Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному			
2	Способствовать закаливанию детского организма			
3	Развивать ловкость, выносливость, силу			
4	Развивать творческую активность детей			
5	Продолжать учить детей лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек			
6	Формировать правильную осанку			
7	Укреплять сердечно-сосудистую систему детей			
8	Упражнять детей в прыжках в длину с разбега			
9	Повышать работоспособность организма			
10	Воспитывать морально-волевые качества личности			
11	Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени			
12	Развивать умение заниматься самостоятельно и с другими детьми			
13	Формировать правильное дыхание при выполнении общеразвивающих упражнений			
14	Развивать навыки самостоятельной организации подвижных игр			

**Задачи физического воспитания**

Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные

**Средства физического воспитания, их роль в развитии детей**

Средства	Цель	Условия применения
Физические упражнения		
Психогигиенические факторы		
Эколого-природные факторы		

## **Задание 2**

**Заполните 2-ю и 3-ю колонки таблицы «Средства физического воспитания, их роль в развитии детей» (см. табл., с. 91).**

## **Задание 3**

**Укажите, что относится к формам, а что к средствам физического воспитания**

**1.**

- |             |                                                 |
|-------------|-------------------------------------------------|
| 1) Формы    | а) физические упражнения;                       |
| 2) Средства | б) каникулы в детском саду;                     |
|             | в) эколого-природные факторы;                   |
|             | г) психогигиенические факторы;                  |
|             | д) физкультурные минутки и физкультурные паузы. |

**2.**

- |             |                               |
|-------------|-------------------------------|
| 1) Средства | а) дни здоровья;              |
| 2) Формы    | б) физические упражнения;     |
|             | в) физкультурные занятия;     |
|             | г) эколого-природные факторы; |
|             | д) утренняя гимнастика.       |

## **Задание 4**

**Дополните**

**К средствам физического воспитания относятся:**

- 1) ...
- 2) ...
- 3) ...

## **Тема 7. Основы обучения детей двигательным действиям. Обучение как процесс формирования двигательных умений и навыков, развитие физических качеств**

## **Задание 1**

**1. Установите соответствие между методами и приемами обучения**

- | <i>Методы</i>   | <i>Приемы</i>                       |
|-----------------|-------------------------------------|
| 1. Наглядный    | 1) объяснение;                      |
| 2. Словесный    | 2) показ физических упражнений;     |
| 3. Практический | 3) пояснения;                       |
|                 | 4) использование наглядных пособий; |
|                 | 5) имитация;                        |
|                 | 6) указание;                        |

- 7) зрительные ориентиры;
- 8) строго регламентированные упражнения;
- 9) подача команд распоряжений;
- 10) разучивание упражнений по частям;
- 11) соревновательный прием;
- 12) вопросы к детям;
- 13) музыка, песни;
- 14) сюжетный рассказ;
- 15) непосредственная помощь воспитателя;
- 16) беседа;
- 17) игровой прием;
- 18) разучивание упражнений в целом;
- 19) словесная инструкция;
- 20) принудительно-облегчающее разучивание упражнений (использование тренажерных устройств).

## **2. Установите соответствие между принципами обучения и их характеристикой**

<i>Принципы</i>	<i>Характеристики</i>
1. Развивающего обучения	а) основополагающий принцип обучения движениям. Он предполагает понимание ребенком сути того или иного движения, которое он производит. Впервые был введен П.Ф. Лесгафтом. Начиная с 3 лет, ребенка постепенно подводят к пониманию сути движения, умению сравнивать качественные характеристики (темп, ритм, амплитуду), мышечно ощущать движения;
2. Сознательности	б) при обучении движениям следует учитывать «зону ближайшего развития», т.е. предлагаемые упражнения должны опережать имеющийся у детей в данный момент уровень умений и навыков.

## **Задание 2**

### **Выберите вариант правильного ответа**

1. Принцип систематичности — ...
  - а) при обучении движениям следует учитывать «зону ближайшего развития», т.е. предлагаемые упражнения

должны опережать имеющийся у детей в данный момент уровень умений и навыков;

- б) суть принципа раскрывается в регулярности занятий, в системе чередования нагрузки и отдыха, а также в последовательности занятий и взаимосвязи между различными сторонами содержания занятий;
  - в) в процессе обучения обязательно решаются воспитательные задачи (воспитание интереса к физкультурной деятельности, развитие нравственно-волевых качеств).
2. Воспитательные задачи — ...
- а) формирование двигательных умений и навыков;
  - б) формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
  - в) развитие физических качеств;
  - г) овладение ребенком элементарными знаниями и своим организмом, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.
3. Создателем оригинальной системы физического воспитания в России является:
- а) Е.А. Аркин;
  - б) А.В. Кенеман;
  - в) П.Ф. Лесгафт;
  - г) В.Г. Фролов;
  - д) В.В. Гориневский.
4. Определите этап обучения, при котором создается правильное представление о каждом элементе техники движения:
- а) 1-й этап;
  - б) 2-й этап;
  - в) 3-й этап.
5. Цель немецкой системы физического воспитания — ...
- а) развитие сложных движений, выносливости, воли дисциплины;
  - б) развитие мышечной силы, ловкости и общего физического развития, укрепление здоровья;
  - в) выработка военно-прикладных навыков.
6. Определите этап обучения, при котором движения выполняются рационально, за счет напряжения тех мышц, которые необходимы:
- а) 1-й этап;
  - б) 2-й этап;
  - в) 3-й этап.

### **Задание 3**

***Закончите утверждающее высказывание — назовите определение***

1. Система действий педагога в процессе обучения движениям в зависимости от содержания учебного процесса, конкретных задач и условий обучения, называется...
2. Часть метода, дополняющая и конкретизирующая его, называется ...
3. Распределение физических упражнений по группам, подгруппам в сочетании с установленными признаками — это...
4. Способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее интенсивности — это...
5. Степень владения двигательным действием, которая отличается концентрацией внимания на самом движении, относительной расчлененностью и нестабильностью двигательного действия — это...
6. Способность преодолевать внешнее сопротивление либо противодействовать ему по средствам мышечных напряжений — это...
7. Способность владения техникой действия, при которой управление движениями автоматизировано, действия отличаются высокой надежностью, точностью, называется...
8. Способность быстро овладевать новыми, новыми, новыми движениями (способность обучаться) называется ...
9. Способность человека совершать действия в минимальный для данных условий отрезок времени — это...

### **Задание 4**

***Выберите из предложенных варианты правильных ответов***

1. В раздел «Игры» (классификация физических упражнений) входят:
  - а) подвижные (сюжетные, бессюжетные) игры;
  - б) спортивные упражнения;
  - в) элементы спортивных игр (городки, баскетбол, настольный теннис, хоккей).
2. В раздел «Гимнастика» (классификация физических упражнений) входят:
  - а) основные движения;
  - б) подвижные игры;
  - в) общеразвивающие упражнения;
  - г) построения и перестроения;

- д) элементы спортивных игр;
  - е) танцевальные движения.
3. Оздоровительные задачи — ...
- а) охрана жизни и укрепление здоровья;
  - б) формирование двигательных умений и навыков;
  - в) всестороннее физическое совершенствование функций организма;
  - г) развитие физических качеств;
  - д) овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья;
  - е) повышение работоспособности и закаливание.
4. Воспитательные задачи направлены на ...
- а) разностороннее развитие детей (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое);
  - б) охрану жизни и укрепление здоровья;
  - в) формирование интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями;
  - г) умение заниматься самостоятельно и совместно с другими детьми;
  - д) развитие физических качеств.
5. Дидактические принципы обучения:
- а) включение ребенка в деятельность;
  - б) активность и сознательность;
  - в) гигиенические факторы;
  - г) систематичность;
  - д) развитие физических качеств;
  - е) постепенное повышение требований;
  - ж) доступность и индивидуализация;
  - з) формирование системы знаний о физических упражнениях;
  - и) наглядность.
6. Образовательные задачи предусматривают ...
- а) умение заниматься самостоятельно и совместно с другими детьми;
  - б) формирование у детей двигательных умений и навыков;
  - в) всестороннее физическое развитие;
  - г) развитие физических качеств (ловкость, быстрота, сила, выносливость и др.);
  - д) закаливание организма;
  - е) получение дошкольниками элементарных знаний о своем организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного здоровья.

## Задание 5

### *Исключите лишние понятия*

1. К наглядным методам относятся:
  - а) имитация;
  - б) зрительные ориентиры;
  - в) проведение упражнений в игровой форме;
  - г) показ физических упражнений;
  - д) сюжетный рассказ.
2. К словесным методам можно отнести:
  - а) показ;
  - б) описание;
  - в) беседа.
3. К словесным методам можно отнести:
  - а) вопросы;
  - б) игра;
  - в) объяснения.

## Задание 6

*Определите, к какой группе методов обучения относится тот или иной прием и найдите ему соответствующее место в таблице «Методы и приемы обучения в физическом воспитании детей» (с. 98)*

Приемы:

- проведение упражнений в соревновательной форме;
- указания;
- показ физических упражнений;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- проведение упражнений в игровой форме;
- имитация (подражание);
- музыка, песни;
- вопросы к детям;
- зрительные ориентиры (предметы, разметка поля);
- пояснения;
- непосредственная помощь воспитателя;
- название упражнения;
- описание;
- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- образный сюжетный рассказ;
- объяснения;
- использование наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии);
- беседа;
- словесная инструкция.

## Методы и приемы обучения в физическом воспитании детей

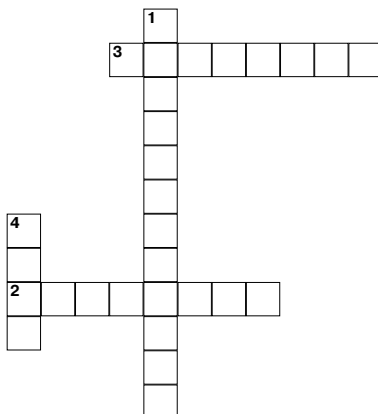
Методы обучения	Приемы обучения
<i>Наглядный.</i> Создает зрительное, слуховое, тактильное представление о движении, обеспечивает яркость восприятия движения	
<i>Словесный.</i> Помогает осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывает содержание и структуру движения	
<i>Практический.</i> Закрепляет на практике, создает мышечное представление о движении, «мышечное чувство»	

### Задание 7

**Разгадайте кроссворд — впишите физические качества организма человека**

*По горизонтали.* 3. Способность человека совершать действия в минимальный отрезок времени. 2. Способность быстро овладевать новыми незнакомыми движениями (способность обучаться).

*По вертикали.* 1. Способность человека длительное время выполнять мышечную работу без снижения ее интенсивности. 4. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление в процессе двигательной деятельности за счет мышечных напряжений.



### **Задание 8. Экспресс-опрос**

1. Что такое быстрота?
2. Каковы требования к играм на быстроту?
3. Дайте определение ловкости как одного из основных физических качеств.
4. Какие существуют средства и методы развития ловкости?
5. Что такое выносливость?
6. Каковы требования к упражнениям на выносливость?

### **Задание 9. Программированный опрос<sup>1</sup>**

***Выберите из предложенных правильный ответ***

1. Что является критерием для определения выносливости ребенка:
  - а) челночный бег на 100 м;
  - б) бег на 300 м с остановкой;
  - в) ходьба и бег на дистанцию 300 м.
2. Высота прыжка с разбега для детей старшей группы:
  - а) 1 м 30 см;
  - б) 40 см;
  - в) 80 см.
3. Какую дистанцию надо выбрать для определения быстроты движений:
  - а) бег на 10 м;
  - б) бег на 30 м;
  - в) бег на 50 м.
4. Приемы сбора детей старшей группы для подвижной игры:
  - а) начать игру с 3–5 детьми;
  - б) использовать предварительную договоренность детей об игре и сочинение ими правил игры;
  - в) разделить по звеньям и предложить собраться по сигналу.
5. Длительность проведения утренней гимнастики во второй младшей группе:
  - а) 10 мин;
  - б) 12 мин;
  - в) 15 мин.
6. Назовите способ оценки ловкости:
  - а) бег на 100 м;
  - б) челночный бег;
  - в) бег вокруг предметов.

---

<sup>1</sup> Здесь и далее в подобных заданиях студентам предлагают заполнить карточку (табличку) соответствующими ответами.

7. Какие виды основных движений целесообразно дать после подлезания под скамейку:
  - а) подпрыгивание к колокольчику;
  - б) лазанье по лестнице;
  - в) прыжки через скакалку (веревку).
8. С какого возраста практикуется бег «змейкой»:
  - а) на третьем году жизни;
  - б) на пятом году жизни;
  - в) на шестом году жизни.

#### **Задание 10. Двигательные умения и навыки**

***Отберите ответы, характеризующие 1-й, 2-й, 3-й этапы формирования двигательного навыка и поставьте соответствующие номера этапа***

1. Создать правильное представление о каждом элементе техники движения — ...
2. Формировать умение выполнять движение в общих чертах — ...
3. Создать общее представление о движении — ...
4. Совершенствовать технику выполнения движения — ...
5. Закреплять умение, сформировать навык — ...
6. Вырабатывать умение выполнять движения в различных условиях — ...
7. Длительность этапа 1–2 занятия — ...
8. Ориентировочное количество 3–6 занятий — ...
9. Более 10 занятий — ...
10. Неуверенность в движениях, неточность в пространстве и во времени — ...
11. Попеременное улучшение и ухудшение действий — ...

#### **Задание 11**

***Вопросы к письменной контрольной работе***

1. Каковы методические приемы на 1-м этапе обучения и обоснуйте целесообразность их использования?
2. Какие методические приемы обучения доминируют на 3-м этапе и почему?
3. Какова роль воспитателя в ситуациях, когда упражнение показывает ребенок?
4. Почему необходимо менять характер показа, если он используется многократно при разучивании упражнений?
5. Почему словесное обозначение упражнений помогает детям их усвоить?

6. Какие приемы обучения способствуют формированию у детей оценочных суждений о движении?
7. Какова структура обучения любому двигательному действию?
8. Что характерно для каждого этапа обучения?
9. Каков предположительно конечный результат обучения?
10. Что такое навык?
11. Что лежит в основе навыка?
12. От чего зависит результативность каждого упражнения?
13. Какой метод или прием обучения можно охарактеризовать как эффективный?
14. Что является исходным моментом в выборе методов и приемов обучения?
15. Каковы задачи обучения движениям?

## **Задание 12**

### ***Решите познавательные задачи***

1. Определите умение это или навык? Почему?
  - а) Ребенок долго готовится, как бы примеривается перед тем как перепрыгнуть ручей. Затем, сильно взмахнув руками, перепрыгивает, приземляясь перекатом с пятки на всю ступню;
  - б) Ребенок быстро поднимается вверх по гимнастической стенке, не пропуская реек, опускается медленно, останавливается, приставляя ногу.
2. Какое свойство навыка?

После длительного проживания на юге Игорь вновь вернулся в родной Псков. Зима была морозная, снежная. Игорю очень хотелось на каток, ведь раньше он отлично выступал на соревнованиях! Не придется ли учиться сначала?
3. Какие дидактические принципы использованы, с какой целью?
  - а) Воспитатель проводит подвижную игру в младшей группе. В руках игрушка — кот. «Дети, — говорит воспитатель, — вы будете мышками, а кот будет вас ловить, когда проснется. Вы быстро убегайте от него».
  - б) Воспитатель проводит физкультурное занятие в старшей группе, обучая прыжку в длину с места: «Дети, что надо сделать, чтобы прыгнуть дальше?»
  - в) На физкультурном занятии воспитатель, обучая пролезанию под шестом на четвереньках, дает указание: «Прогни больше спину, как будто кошка пролезает под забором».

### **Задание 13**

#### ***Оцените педагогические ситуации***

1. Воспитатель первой младшей группы приготовила для игрового задания «Догони мяч» количество мячей, соответствующее числу детей. Правильно ли поступила воспитатель?
2. В средней группе в начале года была организована игра «Кто кого перегонит» ...  
— Молодец, Владик, обогнал Сережу, — сказала воспитатель. Сережа заплакал.  
О чем забыла воспитатель?
3. Воспитатель старшей группы сказала: «Молодцы, дети, все хорошо прыгали. Только Света еще не умеет прыгать правильно ...». Как вы относитесь к такой оценке?
4. Показывая детям, как надо подлезать под дугой, воспитатель задела, привязанный в ней колокольчик. «Видите, я задела колокольчик, потому что я — большая, а вы подлезайте так, чтобы он не звонил ...». Как вы оцениваете такой показ?
5. Воспитатель говорит детям старшей группы: «До середины скамейки будете идти на носках, а дальше по-разному, кто как умеет ...». Как вы думаете, какие основания есть у воспитателя для постановки задачи в такой форме?

### **Задание 14**

#### ***Вопросы к письменной контрольной работе***

1. При каком условии оздоровительные задачи будут решаться результативно?
2. В каких группах дошкольного учреждения преимущественно используется имитация как прием обучения физическим упражнениям и почему?
3. Какова ведущая образовательная задача физического воспитания дошкольников?
4. В каких ситуациях используется помощь воспитателя как прием обучения?
5. Почему надо называть разучиваемое с детьми упражнение?
6. С какого возраста используется соревновательный метод обучения и почему?
7. Какие знания получают дети в процессе физического воспитания?
8. С какой целью используются зрительные ориентиры как прием обучения?
9. Чем руководствуется воспитатель при отборе упражнений для любой возрастной группы?

10. Каково назначение наглядных методов обучения?
11. Почему физические упражнения называют специфическим средством физического воспитания?
12. Какие физические качества необходимо сформировать в процессе обучения движениям?
13. Что является научной основой отбора физических упражнений для дошкольников?

### **Задание 15.**

#### ***Экспресс-опрос***

##### ***Вопросы***

1. Какова структура обучения любому двигательному действию?
2. Что характерно для каждого этапа обучения?
3. Каков предположительно конечный результат обучения?
4. Что такое двигательный навык?
5. Что лежит в основе навыка?
6. От чего зависит результативность каждого упражнения?
7. Что является исходным моментом в выборе методов и приемов обучения?
8. Какова направленность обучения движениям?

### **Тема 8. Теоретические основы развития движений в онтогенезе ребенка от рождения до 7 лет**

#### ***Вопросы к письменной контрольной работе***

1. В чем состоит роль психолого-педагогических воздействий в формировании и совершенствовании двигательных функций ребенка?
2. Что выполняет роль «биологического каркаса» в развитии личности ребенка?

### **Тема 9. Предпосылки развития движений в пренатальном периоде и особенности моторики в раннем и дошкольном возрасте**

#### **Задание 1**

##### ***Письменная контрольная работа***

1. Раскройте особенности формирования двигательных функций до рождения.
2. Раскройте особенности развития моторики у детей первого, второго годов жизни, у детей 3–7 лет.

## **Задание 2**

### ***Выберите правильные ответы***

1. Формы работы с детьми 1-го года жизни:
  - а) самостоятельная двигательная деятельность;
  - б) игры — занятия;
  - в) подвижные игры;
  - г) гимнастика и массаж;
  - д) физкультурные занятия.
2. Задачи физического воспитания 1-го года жизни:
  - а) закаливание детского организма;
  - б) воспитание навыков культуры поведения;
  - в) преобладание бодрого настроения;
  - г) обучение физическим упражнениям;
  - д) обеспечение полноценного физического развития;
  - е) развитие психических процессов;
  - ж) предохранение нервной системы детей от переутомления.
3. Средства физического воспитания детей 1-го года жизни:
  - а) правильное питание;
  - б) хороший гигиенический уход;
  - в) подвижные игры;
  - г) природные факторы;
  - д) общеразвивающие упражнения;
  - е) создание благоприятных условий для развития движений.
4. Выделите условия, необходимые для организации самостоятельной двигательной деятельности ребенка 1-го года жизни:
  - а) наличие пространства для движений;
  - б) большое количество мягких игрушек;
  - в) наличие игрушек, удобных для захвата;
  - г) лестница-стремянка;
  - д) разные по количеству и размерам игрушки;
  - е) гимнастическая скамейка.
5. Выберите игрушки и пособия, с которыми можно организовывать игры-занятия:
  - а) домино;
  - б) погремушки;
  - в) обручи;
  - г) мячи разного размера;
  - д) лото;
  - е) заводные игрушки;
  - ж) игрушки-вкладыши;
  - з) гимнастическая палка.

## Основные виды движений и техника их выполнения

Основные движения — ?						
Значение: вовлекают в работу большое количество мышц, укрепляют опорно-двигательный аппарат, регулируют деятельность нервной системы, способствуют оздоровлению ребенка, содействуют воспитанию у ребенка различных ориентировок (в пространстве, во времени)						
Виды						
? — характерной особенностью является постоянное выполнение однообразных циклов (кру- гов), когда все тело и его отдельные части не- прерывно возвращаются в и.п	Ползание	Ходьба	Бег	? — циклические + ациклические движения		? — каждое движение включает в себе определенную последовательность дви- гательных фаз, имеет определенный ритм выполнения отдельных фаз
				Прыжки с разбегом	Метание с разбегом	
Техника выполнения						
Чередование движений с опорой на руки и ноги	?	Чередование ша- гов правой и ле- вой ногой, сод- ружественные движения рук (способ сохране- ния равновесия) + фаза полета (обе ноги нахо- дятся в отрыве от почвы)	?	?	?	?
			?	?	?	?
			?	?	?	?

## Тема 10. Методика обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям

### Задание 1<sup>1</sup>

Ответьте на вопросы таблицы «Основные виды движений и техника их выполнения» (с. 105)

### Задание 2

Определите вид ходьбы и положение рук, отметьте это в таблице

Виды ходьбы и техника выполнения в различных имитационных движениях<sup>2</sup>

№ п/п	Вид ходьбы	Техника выполнения	Положение рук	Имитационные движения
1		Выполняется на полусогнутых ногах. Нога ставится на переднюю часть стопы. Спину надо стараться держать прямо		Утенок
2		Одна нога выносится вперед и ставится перед другой немного в сторону. Продвижение вперед незначительное. Нogu ставить выпрямленной и на всю стопу		Веревочка
3		Одна нога ставится назад на переднюю часть стопы или сразу на всю стопу. Толчок производится пяткой другой ноги или всей одновременно		Рак
4		Шаг начинается с любой ноги: одна нога при этом выносится вперед, другая приставляется к ней. Обе ноги оказываются вместе, пятки их соединяются на каждом шаге		Сороконожка

<sup>1</sup> Здесь и далее задания проводятся в форме письменной работы.

<sup>2</sup> Задание по первым шести видам ходьбы (1–6) проводятся в первой письменной контрольной, а по следующим видам (7–12) — во второй контрольной.

№ п/п	Вид ходьбы	Техника выполнения	Положение рук	Имитационные движения
5		Выносимая вперед нога ставится согнутой в колене на всю стопу. Оставшаяся сзади нога стоит на носке. Толчок производится носком сзади стоящей ноги		Силачи
6		Выполняется постановкой ноги с носка более широким шагом, стопа ставится на опору полностью		Спортсмен
7		Нога ставится на опору с пятки, затем перекатом через ступню на носок переходит в отталкивание		Гуляют «ножки» (младшая группа)
8		Шаги короткие. Нога ставится на переднюю часть стопы (на полупальцы), пятка не касается поверхности		К солнышку, Великаны
9		Нога ставится на пятку, носки подняты вверх, при этом не следует их сильно разворачивать в сторону		Пингвины
10		Нога ставится сначала на переднюю часть, затем на всю стопу. Согнутая в колене нога поднимается вперед-вверх. Бедро принимает горизонтальное положение, голень образует с бедром прямой угол, носок оттянут вниз		Петушок, Цирковая лошадка
11		Нога ставится перекатом с пятки на носок		Гулливер
12		Выполняется на полностью согнутых в коленях ногах. Нога ставится на всю стопу. Спину стараться держать прямо		Гуси

### Задание 3

*Дайте описание техники выполнения предложенного вида бега, определите вид бега при известной технике выполнения, заполните таблицу.*

**Техника выполнения различных видов бега**

№ п/п	Вид бега	Техника выполнения
1	Обычный бег	
2		Туловище наклонено вперед несколько больше обычного, руки на поясе. Согнутая в колене нога после толчка отводится назад (стараться пяткой достать ягодицу)
3		Выполнять захлестом почти прямых ног: правой-влево, левой-вправо
4		Выдерживать небольшой темп, не ускорять и не замедлять его, бежать ритмично. Шаги делать короткие, ногу ставить на переднюю часть стопы или эластично с пятки на носок. Движения рук спокойные, руки согнуты в локтях на уровне пояса, плечи слегка расслаблены
5	Челночный бег	
6	Бег на носках	
7		Бежать, поднимая согнутую в колене ногу под прямым углом, ставить ее на пол мягким, эластичным и в тоже время достаточно энергичным движением на переднюю часть стопы. Шаг короткий и слегка откинут назад, голова высоко поднята. Руки можно поставить на пояс
8		Делать широкие шаги, увеличивая толчок и время полета. Ногу ставить с пятки перекатом на всю стопу. Толчковую ногу стараться полностью выпрямлять, энергично отталкиваясь. Движения рук свободные и размашистые
9	Бег прыжками	
10		Выполняется на передней части стопы или на носках. Шаг широкий, стремительный. Движения рук активные, в такт с беговыми шагами. Делать энергичные отталкивания толковой ногой, хорошо ее выпрямляя. Маховую ногу выносить вперед-вверх. Туловище наклонено вперед по ходу движения, голова на одной линии с туловищем. Плечи развернуты, не напряжены, смотреть вперед

## Задание 4

*Выберите из предложенных правильный ответ*

1. Ходьбе перекатом с пятки на носок начинают обучать...
  - а) с первой младшей группы;
  - б) со второй младшей группы;
  - в) со средней группы;
  - г) со старшей группы;
  - д) с подготовительной к школе группы.
2. Ходьба с высоким подниманием колена проводится, начиная...
  - а) с первой младшей группы;
  - б) со второй младшей группы;
  - в) со средней группы;
  - г) со старшей группы;
  - д) с подготовительной к школе группы.
3. Ходьба с высоким подниманием коленей...
  - а) нога ставится перекатом с пятки на носок;
  - б) выносимая вперед нога ставится согнутой в колене на всю стопу. Другая нога сзади стоит на носке. Толчок производится носком сзади стоящей ноги;
  - в) нога ставится сначала на переднюю часть, затем на всю стопу. Согнутая в колене нога поднимается вперед–вверх. Бедро принимает горизонтальное положение, голень образует с бедром прямой угол, носок оттянут вниз.
4. Медленный бег...
  - а) выдерживать небольшой темп, не ускорять и не замедлять его, бежать ритмично. Шаги делать короткие, ногу ставить на переднюю часть стопы или эластично с пятки на носок. Движения рук спокойные, руки согнуты в локтях на уровне пояса, плечи слегка расслаблены;
  - б) туловище наклонено вперед несколько больше обычного, руки на поясе. Согнутая в колене нога после толчка отводится назад;
  - в) выполняется на передней части стопы или на носках. Шаг широкий, стремительный. Движения рук активные в такт с беговыми шагами. Делать энергичные отталкивания толчковой ногой, хорошо ее выпрямляя. Маховую ногу выносить вперед–вверх. Туловище наклонено вперед по ходу движения, голова с ним на одной линии. Плечи развернуты, не напряжены, смотреть вперед.

5. Ходьба приставным шагом ....
  - а) выполняется постановкой ноги с носка более широким шагом, стопа ставится на опору полностью;
  - б) начинается с любой ноги: одна нога при этом выносится вперед, другая к ней приставляется. Обе ноги оказываются вместе, пятки их соединяются на каждом шаге.
  - в) выносимая вперед нога ставится согнутой в колене на всю стопу. Оставшаяся сзади нога стоит на носке. Толчок производится носком стоящей ноги.
6. Челночный бег ...
  - а) свободный, легкий, с естественными движениями рук, руки полусогнуты в локтях, пальцы свободно согнуты (но не сжаты в кулаки). При беге руки движутся вперед–вверх примерно до уровня груди несколько внутрь, затем отводятся локти назад — в стороны. Согнутая в колене нога ставится на переднюю часть стопы. Туловище слегка наклонено вперед, голова на одной линии с туловищем, грудь и плечи развернуты;
  - б) широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах. Перед сменой направления шаги становятся более частыми и короткими, колени согнуты, чтобы сохранить равновесие. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на повороте;
  - в) делать широкие шаги, увеличивая толчок и время полета. Ногу ставить с пятки перекатом на всю стопу. Толчковую ногу стараться полностью выпрямлять, энергично отталкиваясь. Движения рук свободные и размашистые.

## Задание 5

*1. Установите соответствие между видами ходьбы и имитационными движениями*

**А.**

*Виды ходьбы*

*Имитация*

- 1) выпадами
- 2) в полуприседе
- 3) широким шагом
- 4) приставным шагом

- а) «сороконожки»
- б) «Гулливер»
- в) «утенок»
- г) «силачи»

**Б.**

*Виды ходьбы*

*Имитация*

- 1) спиной вперед

- а) «гуси»

- |                             |                |
|-----------------------------|----------------|
| 2) в приседе                | б) «спортсмен» |
| 3) спортивная ходьба        | в) «медведь»   |
| 4) на внешней стороне стопы | г) «рак»       |

## 2. Установите соответствие между возрастом детей и особенностями выполнения ходьбы

**А.**

*Возраст детей*

*Особенности выполнения*

- |          |                                              |
|----------|----------------------------------------------|
| 1) 5 лет | а) устанавливается определенная ритмичность; |
| 2) 7 лет | б) четкая координация движений;              |
|          | в) осанка остается напряженной;              |
|          | г) свободно двигаются;                       |
|          | д) движения рук неритмичные;                 |
|          | е) ориентировка в различных условиях;        |
|          | ж) появляется пережат с пятки на носок.      |

**Б.**

- |             |                                                                          |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 1) 3–4 года | а) ходят четко, ритмично, с хорошей координацией движений;               |
| 2) 6 лет    | б) ходят широко расставляя ноги, балансируя руками разводя их в стороны; |
|             | в) уверенный широкий шаг;                                                |
|             | г) делая шаги, не полностью выпрямляют ноги;                             |
|             | д) стопы ставят параллельно или слегка повернутыми носками внутрь);      |
|             | е) устойчивый и медленный темп;                                          |
|             | ж) шлепают всей ступней без пережата с пятки на носок;                   |
|             | з) плохо поднимают ноги от пола;                                         |
|             | и) регуляция дыхания во время ходьбы;                                    |
|             | к) трудность соблюдения указанного направления.                          |

## 3. Установите соответствие между возрастной группой и длительностью бега в среднем темпе

*Возрастная группа*

*Длительность бега*

- |                             |            |
|-----------------------------|------------|
| 1) первая младшая           | а) 1,5 мин |
| 2) вторая младшая           | б) 2 мин   |
| 3) средняя                  | в) 40 с    |
| 4) старшая                  | г) 3 мин   |
| 5) подготовительная к школе | д) 1 мин   |

**4. Установите соответствие между видами движений и характером их выполнения**

<i>Характер движений</i>	<i>Виды движений</i>
1) Циклический	а) ходьба
2) Ациклический	б) прыжки
	в) бег
	г) метание
	д) ползание

**5. Установите соответствие между возрастом детей и особенностями выполнения бега**

<i>Возраст детей</i>	<i>Особенности выполнения ходьбы</i>
1) 4 года	а) бег легкий, естественный, ритмичный;
2) 7 лет	б) улучшается координация движений рук и ног;
	в) хорошая осанка;
	г) совершенствуется полетность, ритмичность;
	д) непринужденное положение рук, головы, туловища;
	е) недостаточная длина шага.

**6. Установите соответствие между видами бега и техникой выполнения**

<i>Виды бега</i>	<i>Техника выполнения</i>
1) Бег на носках	а) выполняется энергично, широким раз-
2) Бег прыжками	машистым движением. Толчок делать
3) Бег скрестным шагом	вперед-вверх;
	б) выполняется захлестом почти прямых ног: правой-влево; левой-вправо;
	в) ногу следует ставить на переднюю часть стопы, не касаясь пяткой пола. Шаг широкий, темп быстрый. Движения рук спокойные, расслабленные, в такт шагам. Руки высоко не поднимать, можно поставить на пояс.

**Задание 6**

**Выберите из предложенных правильные ответы**

- Особенности бега ребенка 3 лет следующие:
  - улучшается координация движений рук и ног;
  - мелкий, семенящий шаг;
  - ноги плохо отталкиваются от почвы;

- г) совершенствуется полетность, ритмичность;
  - д) плохо соблюдают направление;
  - е) недостаточная длина шага;
  - ж) слабо выражена фаза полета;
  - з) каждый бежит в своем темпе.
2. Упражнения в беге различаются:
- а) по способу выполнения;
  - б) по степени физической нагрузки;
  - в) по построению;
  - г) по способу организации детей;
  - д) по направлению.
3. Упражнения в ходьбе различают:
- а) по направлению;
  - б) по задачам;
  - в) по способу выполнения;
  - г) по способу организации детей;
  - д) по построению.

## **Задание 7**

***Выберите из предложенных правильный ответ***

1. В прыжках через скакалку приземление происходит:
- а) с пятки на всю ступню;
  - б) на носки;
  - в) с носка на всю ступню.
2. Обучение прыжкам в длину с разбега начинается...
- а) с первой младшей группы;
  - б) со второй младшей группы;
  - в) со средней группы;
  - г) со старшей группы;
  - д) с подготовительной к школе группы.
3. В прыжках в длину с места, в длину с разбега приземление:
- а) на носки;
  - б) с пятки на всю ступню;
  - в) с носка на всю ступню.
4. В прыжках в высоту с места, в высоту с разбега, подпрыгивании, спрыгивании, приземление осуществляется:
- а) с пятки на всю ступню;
  - б) с носка на всю ступню;
  - в) на носки.
5. Прыжкам через длинную скакалку начинают обучать....
- а) с первой младшей группы;
  - б) со второй младшей группы;
  - в) со средней группы;

- г) со старшей группы;
- д) с подготовительной к школе группы.

## **Задание 8**

### ***Установите последовательность***

1. Обучение прыжкам осуществляется в следующей последовательности:
  - 1) подпрыгивание;
  - 2) в длину с разбега;
  - 3) в высоту с места;
  - 4) спрыгивание;
  - 5) в высоту с разбега;
  - 6) через скакалку;
  - 7) в длину с места.
2. Техника выполнения прыжка осуществляется в следующей последовательности:
  - а) полет;
  - б) исходное положение или разбег;
  - в) приземление;
  - г) отталкивание.

## **Задание 9**

### ***1. Установите соответствие между видами прыжка и способом выполнения***

<i>Способы</i>	<i>Виды</i>
1) Согнув ноги	а) прыжок в длину с разбега;
2) Перешагиванием	б) в высоту с бокового разбега;
	в) прыжок в высоту с разбега.

### ***2. Установите соответствие между видами прыжков и особенностями выполнения детьми***

**А.**

<i>Виды</i>	<i>Ошибки детей</i>
1) Подпрыгивание	а) руки бездействуют;
2) Спрыгивание	б) жесткое приземление на прямые ноги;
	в) одновременное отталкивание;
	г) сильно наклоняют голову;
	д) при отталкивании низко садятся.

**Б.**

1) Прыжок в длину с места	а) разбег на всей ступне;
2) Прыжок в длину с разбега	б) отсутствует взмах руками;
	в) нет ускорения;
	г) не фиксируют <i>и.п.</i> ;

- д) недостаточный вынос ног вперед;
- е) тяжелое приземление на носки;
- ж) остановка перед толчком.

## В.

- |                              |                                           |
|------------------------------|-------------------------------------------|
| 1) Прыжок в высоту           | а) неравномерный, непрямолинейный разбег; |
| 2) Прыжок в высоту с разбега | б) руки бездействуют;                     |
|                              | в) разбег на всей ступне;                 |
|                              | г) одновременное отталкивание;            |
|                              | д) остановка перед планкой;               |
|                              | е) неправильное направление толчка.       |

## 3. Установите соответствие между видами прыжков и техникой выполнения

### А.

#### *Виды прыжка*

#### *Техника выполнения*

- |                           |                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) Подпрыгивание          | а) <i>1-я фаза. И.п.:</i> стать прямо, ноги параллельно на ширине ступни, полуприсесть, отвести руки назад;                                                                                           |
| 2) Прыжок в длину с места | <i>2-я фаза.</i> Отталкивание двумя ногами вперед–вверх с энергичным движением рук вперед–вверх;                                                                                                      |
|                           | <i>3-я фаза.</i> Полет. Вынести сравнительно прямые ноги вперед. Руки совершают движение вперед–вниз–назад до отказа, одновременно производится наклон корпуса вперед, голова приближается к коленям; |
|                           | <i>4-я фаза.</i> Приземление на пятки почти прямых ног с перекатом на всю ступню с одновременным сгибанием ног, руки при этом опускаются вниз.                                                        |
|                           | б) <i>И.п.:</i> ступни параллельно, руки произвольно или на поясе;                                                                                                                                    |
|                           | <i>1-я фаза.</i> Полуприседение;                                                                                                                                                                      |
|                           | <i>2-я фаза.</i> Энергичное отталкивание путем выпрямления ног;                                                                                                                                       |
|                           | <i>3-я фаза.</i> Полет (при полете ноги прямые);                                                                                                                                                      |
|                           | <i>4-я фаза.</i> Приземление на полусогнутые ноги (вначале на почву опускается передняя часть ступни, а затем вся ступня).                                                                            |

## Б.

1. Прыжок в высоту а) *1-я фаза.* Вращение скакалки движением рук, полусогнутых в локтях. Плечо при этом остается почти в неподвижном состоянии; вращательное движение совершают кисти; несколько позже производится небольшое сгибание ног в коленных суставах;  
*2-я фаза.* Выпрямлением ног обеспечивается незначительное отталкивание, достаточное для подпрыгивания вверх на 5–10 см;  
*3-я фаза.* Полет. Скакалка в это время проходит внизу под ногами;  
*4-я фаза.* Приземление происходит на носки и слегка согнутые в коленях ноги. Корпус при прыжках сохраняет прямое положение.
- б) *1-я фаза. И.п:* стать прямо, ноги параллельно на ширине ступни, полуприсесть, отвести руки назад;  
*2-я фаза.* Энергично выпрямляя полусогнутые ноги, оттолкнуться двумя ногами вверх и чуть-чуть вперед; взмах руками вверх;  
*3-я фаза.* В полете во время перехода через планку резко согнуть в коленях ноги, приблизив их к груди, руки опускаются вперед; к концу полета ноги опускаются вниз.  
*4-я фаза.* Приземление на полусогнутые ноги, вначале на носки, а затем с переходом на всю ступню; руки опускаются вниз, ноги снова выпрямляются.

## 4. Установите соответствие между способами приземления и видами прыжков

Способы приземления	Виды прыжков
1) С пятки на всю ступню	а) в длину с места;
2) На носки	б) через скакалку;
	в) в длину с разбега.

## Задание 10

*1. Установите соответствие между видами основных движений и способами выполнения*

**А.**

*Вид*

*Способ выполнения*

- 1) Метание
- 2) Бросание

- а) вниз;
- б) в цель;
- в) вперед;
- г) в стороны;
- д) на дальность;
- е) вверх.

**Б.**

- 1) Метание
- 2) Катание

- а) скатывание;
- б) в цель;
- в) прокатывание;
- г) на дальность;
- д) перекатывание.

**В.**

- 1) Катание
- 2) Бросание

- а) вниз;
- б) скатывание;
- в) вперед;
- г) из стороны в сторону;
- д) прокатывание;
- е) вверх;
- ж) перекатывание.

**Г.**

- 1) Бросание
- 2) Ловля

- а) снизу (1–2 руками);
- б) из-за головы;
- в) «чашечка»;
- г) из-за спины;
- д) одновременным хватом с двух сторон;
- е) от плеча;
- ж) от груди;
- з) одновременным хватом сверху и снизу.

**Д.**

- 1) Метание
- 2) Ловля

- а) из-за спины через плечо;
- б) одновременным хватом с двух сторон;
- в) прямой рукой снизу;
- г) «чашечка»;
- д) прямой рукой сверху;
- е) одновременным хватом сверху и снизу;
- ж) прямой рукой сбоку.

## **2. Установите соответствие между видами движений и требованиями к технике выполнения**

<i>Виды</i>	<i>Требования к выполнению</i>
1) Ловля	а) сочетать необходимое направление с силой толчка;
2) Бросание	б) встречать мяч пальцами в виде «чаши»;
	в) не прижимать мяч к груди;
	г) толчок преимущественно кистью руки;
	д) оценивать направление и скорость полета.

## **3. Установите соответствие между фазами и техникой выполнения метания двумя руками из-за головы**

<i>Фазы</i>	<i>Техника</i>
1-я фаза	а) туловище и ноги выпрямляются, подняться на носки, руки выпрямить вперед–вверх и сделать бросок;
2-я фаза	
3-я фаза	б) туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях;
4-я фаза	в) <i>и.п.</i> : ноги на ширине плеч, руки подняты вверх и согнуты так, чтобы предмет находился за головой;
	г) податься всем корпусом вперед.

## **4. Установите соответствие между фазами и техникой выполнения метания прямой рукой с боку**

<i>Фазы</i>	<i>Техника</i>
1-я фаза	а) туловище отклоняется, правая рука отводится назад до отказа, тяжесть переносится на правую ногу, согнутую в колене, левая рука идет вперед–вправо;
2-я фаза	
3-я фаза	б) <i>и.п.</i> : ноги немного шире плеч, правая отставлена назад, правая рука с предметом вдоль туловища;
4-я фаза	в) правая нога выпрямляется, туловище поворачивается влево–вперед, правая рука движется вперед–влево и кистью выбрасывает предмет; левая рука вниз–назад; правая нога приставляется к левой (для сохранения равновесия);
	г) правая рука вперед–вверх; левая рука слегка отводится вниз–назад.

## 5. Установите соответствие между способом метания и техникой выполнения

А.

### Способы

### Техника

- 1) Метание прямой рукой снизу
- 2) Метание прямой рукой сбоку

- а) *1-я фаза.* И.п.: ноги немного шире плеч, правая отставлена назад, правая рука с предметом вдоль туловища;  
*2-я фаза.* Правая рука вперед–вверх; левая рука слегка отводится вниз–назад;  
*3-я фаза.* Туловище отклоняется, правая рука отводится назад до отказа, тяжесть переносится на правую ногу, согнутую в колене, левая рука идет вперед–вправо;  
*4-я фаза.* Правая нога выпрямляется, туловище поворачивается влево–вперед, правая рука движется вперед–влево и кистью выбрасывает предмет; левая рука–вниз–назад; правая нога приставляется к левой (для сохранения равновесия).
- б) *1-я фаза.* И.п.: ноги немного шире плеч, правая отставлена назад, правая рука полусогнута в локте перед грудью или вдоль туловища, туловище повернуто в противоположность вправо; взгляд обращен вперед;  
*2-я фаза.* Туловище наклоняется вперед, тяжесть тела переносится на левую ногу; правая, выпрямляясь, ставится на носок; правая рука сгибается в локте, поднимается вперед–вверх, левая отводится вниз–назад;  
*3-я фаза.* Правая рука отводится вниз–назад до предела; правая нога отставляется назад и сгибается в колене; туловище наклоняется вперед, левая нога выпрямляется, левая рука выносится вперед;  
*4-я фаза.* Движения правой рукой вниз–вперед–вверх; левая рука рыв-

ком идет вниз–назад–вверх; правая нога приставляется к левой, руки опускаются.

## Б.

- 1) Метание  
двумя руками  
«от груди»
- 2) Метание  
двумя руками  
«с боку»

- а) *1-я фаза. И.п.:* правая нога отставлена назад, руки с предметом отведены назад–вправо;  
*2-я фаза.* Развернуть туловище в сторону;  
*3-я фаза.* Руки с предметом отводятся назад до отказа, тяжесть тела переносится на правую ногу;  
*4-я фаза.* Тяжесть тела переносится на левую ногу, предмет выбрасывается движением туловища и рук вперед.
- б) *1-я фаза. И.п.:* ноги на ширине плеч, руки с мячом перед грудью;  
*2-я фаза.* Туловище наклоняется слегка вперед вниз, руки с предметом выносятся вперед, тяжесть тела переносится напереди стоящую ногу;  
*3-я фаза.* Туловище и руки с предметом отклоняются назад, тяжесть тела переносится на сзади стоящую ногу;  
*4-я фаза.* Туловище и нога выпрямляются, руки, выпрямляясь, бросают предмет; тяжесть тела переносится на левую ногу; правая нога приставляется к левой.

## В.

- 1) Метание  
прямой рукой  
сверху
- 2) Метание  
из-за спины  
через плечо

- а) *1-я фаза. И.п.:* правая нога отставлена назад, ноги — немного шире плеч, туловище слегка повернуто в сторону бросающей руки, правая рука полусогнута в локте перед грудью, левая опущена вдоль туловища;  
*2-я фаза.* Туловище поворачивается в сторону бросающей руки, отклоняется назад, и тяжесть тела переносится на отведенную назад ногу, правая рука оттянута назад;  
*3-я фаза.* Правая нога выпрямляется, туловище, выпрямляясь, поворачивается вперед;

*4-я фаза.* Тяжесть тела переносится на впереди стоящую ногу, правая нога приставляется к левой.

- б) *1-я фаза. И.п.:* ноги немного шире плеч, правая отставлена назад, правая рука с предметом вдоль туловища или полусогнута перед грудью, туловище вполоборота вправо, рука вдоль туловища;

*2-я фаза.* Правая рука вперед-вверх, туловище наклоняется слегка вперед, левая рука отводится вниз-назад;

*3-я фаза.* Правая рука проносится вниз-назад, затем вниз-вперед-вверх до отказа; ноги сгибаются в коленях;

*4-я фаза.* Туловище и ноги выпрямляются в направлении вверх-вперед; рука прямая направляется вверх-перед, кистью выбрасывает предмет, правая нога приставляется к левой.

## Г.

- 1) Метание  
двумя руками  
«от груди»  
2) Метание  
двумя руками  
«из-за головы»

- а) *1-я фаза. И.п.:* ноги на ширине плеч, руки подняты вверх и согнуты так, чтобы предмет находился за головой;

*2-я фаза.* Податься всем корпусом вперед;

*3-я фаза.* Туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях;

*4-я фаза.* Туловище и ноги выпрямляются, подняться на носки, руки выпрямить вперед-вверх и сделать бросок

- б) *1-я фаза. И.п.:* ноги на ширине плеч, руки с мячом перед грудью;

*2-я фаза.* Туловище наклоняется слегка вперед-вниз, руки с предметом выносятся вперед, тяжесть тела переносится на впереди стоящую ногу;

*3-я фаза.* Туловище и руки с предметом отклоняются назад, тяжесть тела переносится на сзади стоящую ногу;

*4-я фаза.* Туловище и нога выпрямляются, руки, выпрямляясь, бросают предмет; тяжесть тела переносится на левую ногу; правая нога приставляется к левой.

**6. Установите соответствие между видами движений и требованиями к их выполнению**

<i>Виды</i>	<i>Требования</i>
1) Катание	а) энергично отталкивать предмет;
2) Бросание	б) толчок производить пальцами выпрямленных рук, сопровождая ими движение мяча;
	в) сочетать необходимое направление и силой толчка;
	г) выдерживать прямолинейное направление;
	д) толчок преимущественно кистью руки;
	е) соотносить силу толчка с расстоянием.

**Задание 11**

***Выберите из предложенных правильные ответы***

1. Требования к катанию следующие:
  - а) энергично отталкивать мяч;
  - б) не прижимать мяч к груди;
  - в) толчок производить пальцами выпрямленных рук, сопровождая ими движения мяча;
  - г) оценивать направление и скорость полета;
  - д) встречать мяч пальцами в виде «чаши»;
  - е) выдерживать прямолинейное направление.
2. Существуют следующие способы метания:
  - а) из-за спины через плечо;
  - б) прямой рукой снизу;
  - в) одновременным хватом сверху и снизу;
  - г) прямой рукой сверху;
  - д) одновременным хватом с двух сторон;
  - е) прямой рукой сбоку.
3. Требования к бросанию следующие:
  - а) оценивать направление и скорость полета;
  - б) сочетать необходимое направление с силой толчка;
  - в) не прижимать мяч к груди;
  - г) толчок преимущественно кистью руки;
  - д) встречать мяч пальцами в виде «чаши».

## **Задание 12**

**Установите последовательность техники выполнения метания**

- а) замах;
- б) *И.п.* (разбег);
- в) бросок;
- г) прицел.

## **Задание 13**

**Выберите из предложенных правильный ответ**

1. Метанию начинают обучать с ....
  - а) с первой младшей группы;
  - б) со второй младшей группы;
  - в) со средней группы;
  - г) со старшей группы;
  - д) с подготовительной к школе группы.
2. Катание мяча — ....
  - а) выполняется небольшими движениями рук, туловище и ноги почти не вовлекаются в работу;
  - б) движение, требующее специального обучения. Основная задача — оценить направление мяча;
  - в) совершается в любом направлении, выполняется активными движениями пальцев обеих рук одновременно.
3. Ловля мяча — ...
  - а) движение, требующее специального обучения. Основная задача — оценить направление мяча;
  - б) совершается в любом направлении, выполняется активными движениями пальцев обеих рук одновременно;
  - в) выполняется небольшими движениями рук, туловище и ноги почти не вовлекаются в работу.
4. Ациклические движения — ...
  - а) характерной особенностью является постепенное выполнение однообразных циклов (кругов), когда все тело и его отдельные части непрерывно возвращаются в исходное положение;
  - б) каждое движение включает в себе определенную последовательность двигательных фаз, имеет определенный ритм выполнения отдельных фаз.

## **Задание 14**

**Закончите утверждающее высказывание**

1. Способность человека сохранять устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений и поз на

- уменьшенной и приподнятой над уровнем земли (пола) площади опоры, называется ...
2. Целенаправленные двигательные задания с установкой на конкретный результат, называются...
  3. Движение по плоскости — это ...
  4. Естественные движения человека, которыми он пользуется в течение жизни, называются ...

### **Задание 15**

**Установите соответствие между способами выполнения упражнения и видами установления равновесия**

*Вид равновесия*

*Способ выполнения*

- |                            |                                                    |
|----------------------------|----------------------------------------------------|
| 1. Статическое равновесие  | а) пройти по скамейке, перешагивая через предметы; |
| 2. Динамическое равновесие | б) стойки на носках;                               |
|                            | в) пройти по скамейке с предметом в руке;          |
|                            | г) приседания на носках.                           |

### **Задание 16**

**Выберите из предложенных варианты правильного ответа**

Статическое равновесие — это....

- а) ходьба по прямой дорожке, ограниченной линиями;
- б) стоя на месте, подняться на носки и постоять, сохраняя равновесие;
- в) потягивание с подниманием на носки;
- г) перешагивание из обруча в обруч;
- д) ходьба по шнуру;
- е) стоять на полу на одной ноге, вторая прямая поднята вперед (в сторону);
- ж) стоять на гимнастической скамейке на одной ноге (считать до 3–5), чередовать правую и левую ногу;
- з) ходьба по гимнастической скамейке спиной вперед.

### **Задание 17**

**1. Установите соответствие между видами движений и техникой выполнения**

*Виды*

*Техника*

- |            |                                                                                               |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Лазанье | а) сильный толчок; мягкое приземление на полусогнутые ноги; вынос рук вперед в момент толчка; |
| 2. Прыжки  | б) кратковременная повторяемость элементов: поочередное движение рук и ног                    |

с моментом опоры ноги на рейки лестницы и задержка обеих ног на них — приставной шаг.

**2. Установите соответствие между видами движений и характером их выполнения**

<i>Характер выполнения</i>	<i>Вид движения</i>
1) Смешанные движения	а) ходьба;
2) Циклические движения	б) метание с разбега;
	в) ползание;
	г) прыжки с разбега;
	д) бег.

**Задание 18**

**1. Установите последовательность в обучении лазанью**

В дошкольном возрасте используются следующие виды лазанья:

- а) пролезание;
- б) подлезание;
- в) ползание;
- г) лазанье;
- д) перелезание.

**2. Установите правильную последовательность слов в определении и поставьте соответствующий номер очередности слов**

- 1. «Равновесие» — это ...
  - 1) площади опоры
  - 2) способность человека
  - 3) во время выполнения
  - 4) на уменьшенной и приподнятой
  - 5) сохранять устойчивое положение
  - 6) над уровнем земли (пола)
  - 7) разнообразных движений и поз.
- 2. «Динамические упражнения» — это ...
  - 1) конкретный результат
  - 2) целенаправленные
  - 3) задания
  - 4) двигательные
  - 5) с установкой на.
- 3. «Основные движения» — это ...
  - 1) для человека
  - 2) которыми он пользуется

- 3) жизненно необходимые
- 4) движения
- 5) в своей деятельности.

## Задание 19

*Выберите из предложенных правильный ответ*

1. Показатели правильного выполнения лазанья следующие:
  - а) сильный толчок; мягкое приземление на полусогнутые ноги; вынос рук вперед в момент толчка;
  - б) кратковременная повторяемость элементов: поочередное движение рук и ног с моментом опоры ноги на рейки лестницы и задержка обеих ног на них — приставной шаг.
2. Циклические движения — ...
  - а) каждое движение включает в себе определенную последовательность двигательных фаз, имеет определенный ритм выполнения отдельных фаз;
  - б) характерной особенностью является постепенное выполнение однообразных циклов (кругов), когда все тело и его отдельные части непрерывно возвращаются в исходное положение.

**Подтвердите или опровергните утверждение**

№ п/п	Верно ли, что	Да	Нет
1	Катание совершается в любом направлении и выполняется активными движениями пальцев обеих рук?		
2	Ловля, это движение, которое требует специального обучения?		
3	Метание — это движение циклического типа?		
4	Чем сильнее бросок, тем выше подскочит мяч?		
5	Равновесие зависит от состояния вестибулярного аппарата, двигательного опыта и функциональной активности организма в целом?		
6	Динамические упражнения — это стойки на носках, на одной ноге, приседания на носках, потягивания с подниманием на носки?		
7	Малыши перемещаются по узкой и высокой доске при выполнении упражнений в равновесии?		
8	Начинать разучивать упражнения в равновесии всегда следует с заданий на гимнастической скамейке?		
9	Упражнения в равновесии следует рассматривать как дополнительные к основным движениям, потому что они не несут большой физической нагрузки?		

№ п/п	Верно ли, что	Да	Нет
10	Ползание относится к циклическому типу движений		
11	Лазать по гимнастической стенке можно одноименным и разноименным способом?		
12	В подпрыгивании приземление осуществляется на пятки с перекатом на всю ступню?		
13	Обучение прыжкам в дошкольном возрасте начинается с прыжка в длину с места?		
14	Прыжки с разбега относятся к ациклическому типу движений?		
15	В прыжках через скакалку приземление осуществляется на носки?		
16	При лазаньи по гимнастической стенке захват рейки лестницы осуществляется 4 пальцами сверху, большим снизу?		
17	При лазаньи по гимнастической стенке, канату, шесту, веревочной лестнице обязательно наличие мягкого покрытия?		
18	Равновесие — это способность человека сохранять устойчивость во время движения и в статичном положении?		
19	Катание, бросание, ловля — это подготавливающие к метанию упражнения, так как они формируют «чувство мяча»?		
20	Сначала обучают детей дошкольного возраста метанию в цель, а затем метанию на дальность?		

## Задание 20

*Экспресс-опрос (см. табл., с. 126).*

## Задание 21

### *Материал к письменной контрольной работе*

1. Раскройте технику выполнения обычного бега.
2. Перечислите фазы прыжка.
3. Дайте определение основным видам движения и раскройте их значение для развития ребенка-дошкольника.
4. Перечислите требования, предъявляемые к бросанию.
5. Раскройте отличительные особенности подводящих упражнений от подготовительных.
6. Перечислите показатели, по которым вы будете оценивать ходьбу.
7. Перечислите требования, предъявляемые к ловле.

8. Раскройте характерную особенность подводящих упражнений.
9. Перечислите виды лазанья, используемые в дошкольном возрасте.
10. Назовите способы лазанья по гимнастической лестнице.
11. Перечислите виды упражнений в равновесии.
12. Назовите виды метания, используемые в дошкольном возрасте.
13. Определите показатель правильного лазанья.
14. Перечислите цели для метания, используемые в детском саду.
15. Назовите способы метания на дальность и в цель.

## **Задание 22**

### ***Разгадайте кроссворды***

#### **I.**

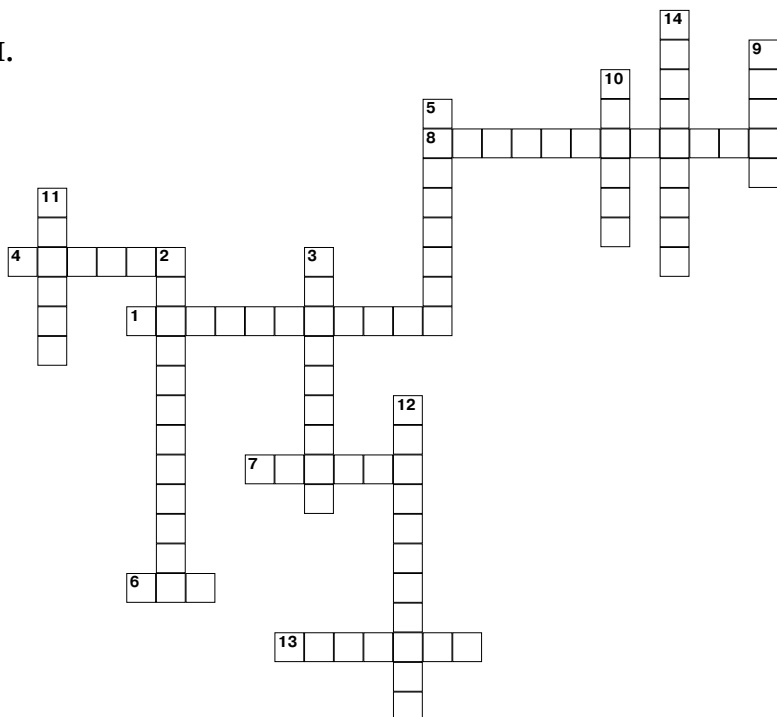
*По горизонтали.* 1. Один из видов движений, характерной особенностью которого является постепенное выполнение однообразных циклов (кругов), когда все тело и его отдельные части непрерывно возвращаются в исходное положение. 4. Основное движение. 6. Движение, в котором отталкивание от опоры ногами (правой или левой) чередуется с полетом. 7. Движение, которое может выполняться в длину в высоту, с места, через скакалку. 8. Фаза прыжка. 13. Один из видов ходьбы.

*По вертикали.* 2. Один из видов движений. 3. Один из видов движений, который можно отнести к циклическому и ациклическому. 5. Вид лазанья. 9. Элемент в технике прыжка. 10. Один из элементов в основной фазе метания. 11. Элемент в заключительной фазе метания. 12. Заключительная фаза прыжка. 14. Шаг, которым пользуются дети на начальном этапе лазанья по гимнастической лестнице.

#### **II.**

*По горизонтали.* 1. Способность человека сохранять устойчивость во время движения и в статичном положении. 3. Одно из движений ациклического типа. 6. Движение, которое дети могут осуществлять с опорой на колени и ладони. 8. Вид лазанья. 10. Прыжок в глубину или... 13. Один из видов движений циклического типа. 14. Вид движения. 17. Одна из фаз выполнения движения, решающая главную задачу. 20. Одна из фаз выполнения движения, обеспечивающая благоприятные условия для выполнения движения. 24. Одно из движений, форми-

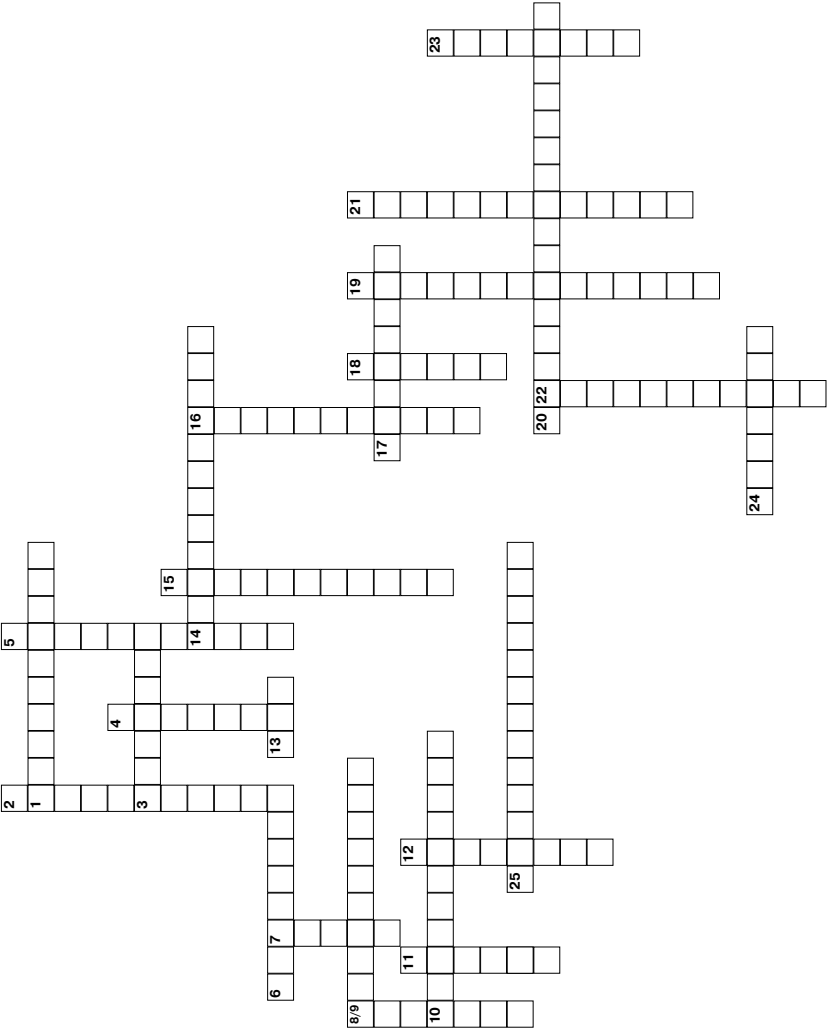
# I.



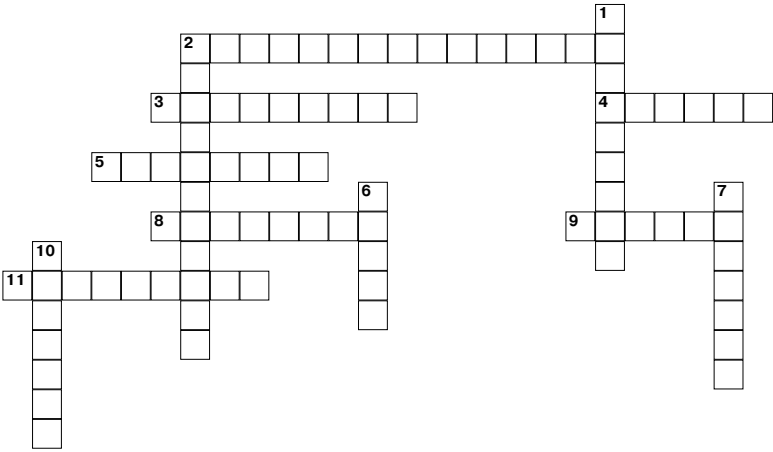
рующих «чувство» мяча и подготавливающих к метанию.  
25. Один из способов прыжков.

*По вертикали.* 2. Одна из фаз в прыжках в длину. 4. Движение, которое выполняется по лежащей на полу или представленной к гимнастической стенке лестницы. 5. Движение, которое используется при переходе с одного пособия на другое. 7. Одно из движений, формирующих «чувство» мяча. 9. Один из примеров подводящих упражнений для обучения детей прыжкам. 11. Движение ациклического типа. 12. Сложные условные рефлексy, постепенно образующиеся в процессе воспитания и обучения. 15. Вид движения... 16. Вид равновесия. 18. Одно из первых движений, которым овладевает ребенок после умения ползать. 19. Одна из фаз выполнения ациклического движения, которая активно затормаживает движение, чтобы сохранить равновесие. 21. Один из видов прыжков, который используется в дошкольном учреждении. 22. Один из способов лазанья по гимнастической стенке. 23. Одно из движений, которое формирует «чувство» мяча.

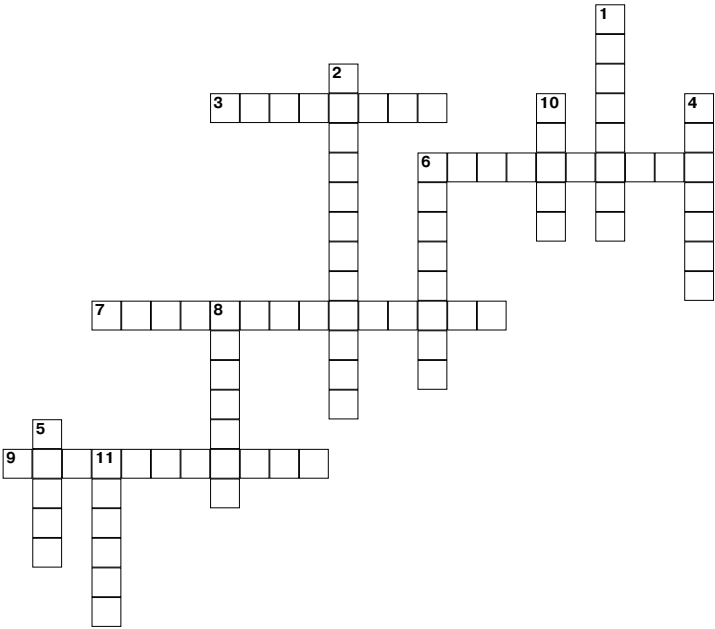
II.



III.



IV.



### III.

*По горизонтали.* 2. Комплекс упражнений, способствующих предупреждению утомления. 3. Разновидность детских игр. 4. Игра с прыжками в старшей группе. 5. Пособие, используемое на финише в соревнованиях по бегу. 8. Летнее спортивное упражнение. 9. Основное циклическое движение. 11. Один из видов бега в старшем дошкольном возрасте.

*По вертикали.* 1. Спортивная игра (старшая группа). 2. Способ организации детей на физкультурном занятии. 6. Предмет, используемый в качестве цели при обучении детей прокатыванию мяча. 7. Один из видов основного движения. 10. Один из видов основного движения, связанного с бросанием предмета.

### IV.

*По горизонтали.* 3. Способность человека выполнять движения с большой амплитудой. 6. Необходимое условие достижения эффекта в обучении. 7. Способ организации детей на физкультурном занятии. 9. Умение согласовывать движения различных частей тела.

*По вертикали.* 1. Игра-соревнование. 2. Один из приемов практического метода обучения. 4. Возрастная группа, когда детей начинают выстраивать по росту. 5. Прием обучения движению на занятии. 6. Один из видов основного движения (передвижение по полу). 8. Одна из частей физкультурного занятия. 10. Предмет, используемый в общеразвивающих упражнениях. 11. Наивысшее достижение в спорте.

### Задание 23

**Блиц-опрос по теме «Основные движения»**

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подготовительная к школе
1	С какой возрастной группы дается ходьба на наружной стороне стопы?			
2	В какой возрастной группе используется бег с высоким подниманием колен?			
3	С какой возрастной группы обучают детей прыжкам через короткую скакалку?			
4	В какой возрастной группе учат детей лазать по гимнастической стенке приставным шагом?			

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подгото- вительная к школе
5	С какой возрастной группы вводится метание в горизонтальную цель?			
6	В какой возрастной группе используется упражнение для равновесия «Пистолетик»?			
7	С какой возрастной группы используется ходьба с разным исходным положением для рук?			
8	В какой возрастной группе обучают детей прыжкам в длину с разбега?			
9	С какой возрастной группы используется набивной мяч в упражнениях с бросанием, ловлей, метанием?			
10	С какой возрастной группы обучают лазанию по канату?			
11	С какой возрастной группы используется лазанье по гимнастической стенке по диагонали?			
12	С какой возрастной группы используется ходьба на носках?			
13	С какой возрастной группы используется ходьба скрестным шагом?			
14	Для какой возрастной группы используется игровое упражнение «Великаны и карлики»?			
15	С какой возрастной группы используется бег змейкой между предметами?			

**Задание 24****Решите педагогические ситуации**

- Вы — старший воспитатель.
  - по каким показателям вы будете оценивать правильную ходьбу;
  - назовите показатели правильного бега;
  - определите показатель правильного лазанья;
  - назовите фазы прыжка и показатель правильного прыжка.
- Вы — старший воспитатель. Оцените технику метания.
  - назовите способы метания;
  - назовите технику метания «из-за спины, через плечо» правой рукой.

## Общеразвивающие упражнения

### Задание 25

#### *Вопросы к письменной контрольной работе*

1. Какова характеристика общеразвивающих упражнений?
2. По какому основному признаку классифицируются общеразвивающие упражнения?
3. Для чего необходимо знать классификацию общеразвивающих упражнений по анатомическому признаку?
4. Что такое комплекс общеразвивающих упражнений?
5. Что такое исходное положение?
6. Чем отличается терминологическая запись упражнений с предметами?
7. Каковы правила подбора упражнений для составления комплекса?
8. Какие упражнения выполняются после прыжков и бега?
9. Какие упражнения, способствуют укреплению брюшного пресса (назовите 5 упражнений)?
10. Какое влияние оказывает исходное положение на выполнение общеразвивающего упражнения?
11. Как влияет исходное положение на сложность упражнений?
12. Что входит в понятие «дозировка нагрузки»?
13. Какую педагогическую направленность придает общеразвивающим упражнениям использование предметов?
14. Каковы особенности общеразвивающих упражнений для детей младшего дошкольного возраста?
15. Почему общеразвивающие упражнения имитационного характера используются преимущественно в младших группах?
16. Как связано с физиологией дыхания произнесение звуков во время выполнения общеразвивающих упражнений?
17. Каковы принципиальные отличия руководства общеразвивающими упражнениями в младшей и старшей группах?
18. Какие задачи решаются в процессе выполнения общеразвивающих упражнений в младшей (средней, старшей) группе?
19. Какие требования предъявляются к отбору общеразвивающих упражнений в младшей (средней, старшей) группе?
20. Какая организация детей при выполнении общеразвивающих упражнений в младшей (средней, старшей) группе?
21. Какие методические приемы используются в младшей (средней, старшей) группе при выполнении общеразвивающих упражнений?

## Задание 26

### 1. Назовите исходное положение ног

1. Носки сомкнуты, пятки разведены.
2. Правая (левая) нога находится перед левой (правой) скрестно и касается колена опорной ноги, ступни поставлены параллельно (на расстоянии 10–15 см).

### 2. Раскройте технику выполнения движения

1. Полуприсед — ...
2. Руки за спину, кисть в «замок» — ...

### 3. Дайте название упражнению

*И.п.:* ноги на ширине плеч, руки за спиной.

В: 1,3–наклон вперед с хлопком между ног; 2,4–*и.п.* (6–7 раз)

### 4. Напишите технику выполнения упражнения «Палка на колено» и укажите дозировку его выполнения

*И.п.* ....

В: .... ( \_\_\_\_ раз)

## Задание 27

### Блиц-опрос по теме «Методы обучения общеразвивающим упражнениям»

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подготовительная к школе
1	В какой возрастной группе в комплекс включается 4 общеразвивающих упражнения?			
2	В какой возрастной группе дозировка упражнений 6–8 раз?			
3	В какой возрастной группе последнее упражнение может повторять первое?			
4	С какой возрастной группы используется <i>И.п.</i> лежа?			
5	С какой возрастной группы используется <i>И.п.</i> стоя на коленях?			
6	С какой возрастной группы используется <i>И.п.</i> основная стойка?			

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подготови- тельная к школе
7	Для какой группы упражнение: <i>И.п.</i> : лежа на спине В: 1,2 — ноги прямые, заведенные за голову, носками коснуться пола; 3,4 — <i>и.п.</i>			
8	С какой возрастной группы используются упражнения с длинной рейкой?			
9	С какой возрастной группы используются упражнения в парах без предметов?			
10	С какой возрастной группы используются упражнения с набивным мячом?			
11	Для какой возрастной группы упражнение: <i>И.п.</i> : ноги на ширине плеч, руки на поясе. В: 1,3 — наклониться, хлопнуть ниже колен; 2,4 — <i>и.п.</i>			
12	С какой возрастной группы вводится приседание с прямой спиной?			
13	С какой возрастной группы вводится обруч?			
14	С какой возрастной группы вводится гимнастическая скамейка?			
15	С какой возрастной группы вводится музыкальное сопровождение?			

**Задание 28****Выберите из предложенных правильный ответ****А.**

- Количество общеразвивающих упражнений в комплексе для средней группы:
  - 4 упражнения;
  - 6–7 упражнений;
  - 5 упражнений.
- Для каких групп мышц в комплексе дается первое упражнение?
  - для брюшного пресса;
  - для плечевого пояса;
  - для мышц спины.

3. Отберите упражнение для мышц спины:
  - а) приседание с обхватом колен;
  - б) повороты с отведением руки в сторону;
  - в) поднимание рук вверх и отведение одной из ноги на носок.
4. Какое исходное положение для ног используется в упражнениях для мышц спины в средней группе:
  - а) основная стойка;
  - б) ноги на ширине плеч;
  - в) ноги вместе.
5. Какое упражнение наиболее сложное:
  - а) «Мельница»;
  - б) Поднимание рук как можно выше;
  - в) Качание рук вперед–назад «Маятник».

**Б.**

1. Назовите количество общеразвивающих упражнений в комплексе младшей группы:
  - а) 5 упражнений;
  - б) 4 упражнения;
  - в) 6–8 упражнений.
2. Отберите упражнение для брюшного пресса и ног:
  - а) приседание с обхватом колен;
  - б) хлопок над головой с подниманием на носки;
  - в) наклониться вперед, хлопнуть по коленям сзади.
3. Какую последовательность упражнения можно назвать правильной:
  - а) для плечевого пояса;  
для туловища;  
для брюшного пресса;
  - б) для туловища;  
для плечевого пояса;  
для брюшного пресса и ног;
  - в) для брюшного пресса и ног;  
для туловища;  
для плечевого пояса.
4. Какое исходное положение ног используется для упражнения приседание с прямой спиной:
  - а) ноги на ширине плеч;
  - б) основная стойка;
  - в) ноги вместе.
5. Какое упражнение больше подходит для детей второй младшей группы:
  - а) наклониться, похлопать по голени сзади;
  - б) пружинистые наклоны вперед;
  - в) наклониться, похлопать по коленям.

## В.

1. Какое количество общеразвивающих упражнений входит в комплекс для детей старшей группы:
  - а) 5 упражнений;
  - б) 6–7 упражнений;
  - в) 4 упражнения.
2. Отберите упражнение, которое в комплексе должно стоять первым:
  - а) хлопок под коленом согнутой ноги;
  - б) поворот с разведением рук в стороны;
  - в) хлопки вперед и за спиной.
3. Отберите исходное положение к упражнениям для плечевого пояса в младшей группе:
  - а) ноги вместе;
  - б) основная стойка;
  - в) ноги на ширине ступни.
4. Назовите упражнения для брюшного пресса и ног:
  - а) отставление ноги в сторону на носок;
  - б) поднимание ноги, согнутой в колене;
  - в) поднимание рук вверх с подниманием на носки.
5. Какое упражнение следует взять в комплекс общеразвивающих упражнений для детей младшей группы:
  - а) наклониться, постучать палочками флажков по полу;
  - б) наклониться вперед, отводя флажок назад-вверх;
  - в) наклониться, положить флажок на пол.

## Г.

1. Какое количество общеразвивающих упражнений входит в комплекс для детей старшей группы:
  - а) 4 упражнения;
  - б) 5 упражнений;
  - в) 6–7 упражнений.
2. Отберите упражнение, которое в комплексе должно стоять первым:
  - а) наклониться вперед, руки в стороны;
  - б) присесть, руки вперед;
  - в) поднять руки в стороны.
3. Отберите исходное положение для приседания с прямой спиной:
  - а) основная стойка;
  - б) ноги на ширине плеч;
  - в) ноги сомкнуты.
4. Назовите упражнение для мышц спины:
  - а) отставление ноги вперед на носок;

- б) наклон в сторону;
  - в) присесть, постучать пальчиками по коленям.
5. Какое упражнение следует взять для комплекса общеразвивающих упражнений старшей группы:
- а) поворот с отведением руки в сторону;
  - б) поворот руки на пояс;
  - в) поворот с разведением рук в стороны.

**Д.**

1. Какое количество общеразвивающих упражнений входит в комплекс для детей старшей группы:
- а) 6–7 упражнений;
  - б) 5 упражнений;
  - в) 4 упражнения.
2. Для каких мышц в комплексе дается первое упражнение:
- а) для туловища;
  - б) для брюшного пресса и ног;
  - в) для плечевого пояса.
3. Выберите упражнение для брюшного пресса и ног:
- а) хлопок по колену согнутой ноги;
  - б) поднимание рук вверх и отставление ноги назад на носок;
  - в) наклон вперед, руки вперед.
4. Выберите наилучшее исходное положение для младшей группы при выполнении поворотов:
- а) сидя, ноги вперед;
  - б) стойка, ноги вместе;
  - в) стойка, ноги на ширине ступни.
5. Какое упражнение следует взять для подготовительной группы:
- а) наклониться, похлопать по коленям;
  - б) наклон вперед, руки на пояс;
  - в) пружинистые наклоны вперед.

### **Строевые упражнения**

#### **Задание 29**

##### ***Раскройте понятия***

1. Гимнастика — это ...
2. Команда — это ...
3. Перестроение — это ...
4. Строевые упражнения — это ...
5. Фланги — это ...
6. Построение в рассыпную — это ...
7. Распоряжение — это ...
8. Построение в круг — это ...

9. Шеренга — это ...
10. Строй — это ...
11. Колонна — это ...
12. Направляющий — это ...
13. Замыкающий — это ...
14. Дистанция — это ...
15. Интервал — это ...
16. Построение — это ...
17. Размыкание — это ...
18. Смыкание — это ...
19. Фронт — это ...

### Задание 30

#### *Вопросы к письменной контрольной работе*

1. К какому классу физических упражнений относятся строевые упражнения?
2. Какие задачи решаются в процессе выполнения строевых упражнений в разных возрастных группах?
3. В чем отличие команды от распоряжения?
4. С какой возрастной группы вводятся «команды»?
5. Перечислите, в каких формах работы могут использоваться строевые упражнения?
6. Как влияют строевые упражнения на разностороннее развитие ребенка-дошкольника?
7. Каковы педагогические требования к построению в колонну, шеренгу в разных возрастных группах?

### Задание 31

*Определите по рисункам 1–5 вид перестроения и напишите соответствующие команды для проведения этого построения*

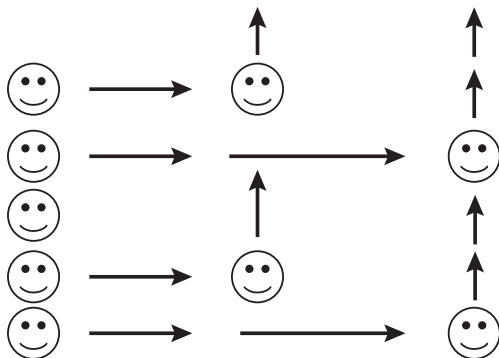
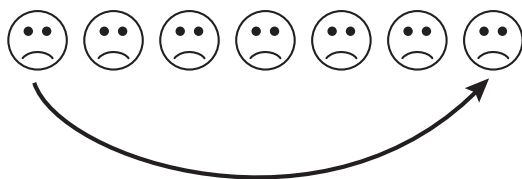
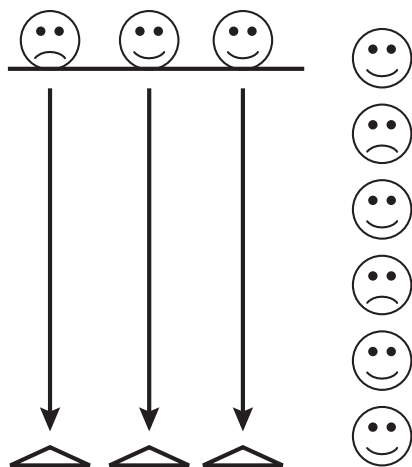


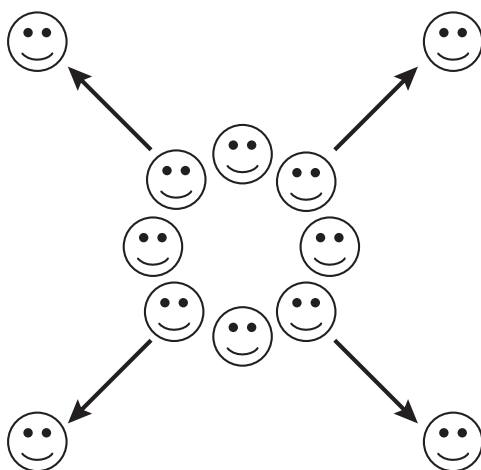
Рис. 1



*Puc. 2*



*Puc. 3*



*Puc. 4*

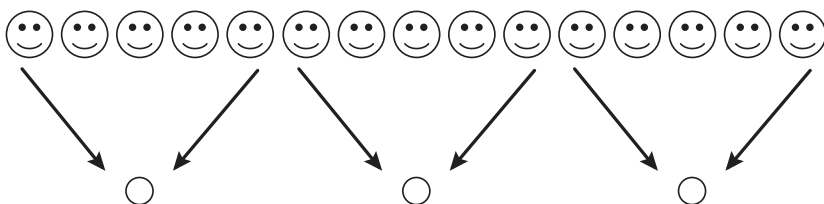


Рис. 5

### Задание 32

**1. В каких возрастных группах используются данные виды построения**

<i>Виды построения</i>	<i>Возрастная группа</i>
1) Равнение по ориентирам	а) старшая группа;
2) Равнение в затылок, в колонне по одному	б) подготовительная к школе группа
3) Построение по росту	в) младшая группа;
4) Построение (самостоятельно) в колонну по одному	г) средняя группа.

**2. Установите соответствие между видами построения и их характеристикой**

<i>Характеристика</i>	<i>Виды построения</i>
1) Строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону	а) перестроение;
2) Переходы из одного строя в другой	б) шеренга.

### Задание 33

**Выберите из предложенных правильный ответ**

- Определите, какое построение используется во всех возрастных группах
  - построение в колонну по одному;
  - построение в несколько кругов;
  - построение полукругом.
- Расчет на первый–второй и перестроение из одной шеренги в две могут выполняться в...
  - средней группе;
  - младшей группе;
  - подготовительной группе;
  - старшей к школе группе.

### **Задание 34**

#### ***Закончите утверждающее высказывание***

1. Размещение друг за другом в затылок на определенном расстоянии, называется ...
2. Совместные действия занимающихся в том или ином строю, называются ...
3. Удобное и целесообразное размещение занимающихся на спортивной площадке, в зале или в другом месте, называется...

### **Задание 35**

#### ***1. Выберите из предложенных правильные ответы***

Выберите построения, которые воспитатель может использовать во всех возрастных группах:

- а) построение врассыпную;
- б) повороты налево, направо;
- в) поворот кругом на месте;
- г) смыкание прыжком;
- д) построение в круг.

#### ***2. Выберите варианты ответов, соответствующие командам для организации строевых упражнений с детьми старшего дошкольного возраста***

- а) встаньте друг за другом
- б) в колонну по одному... Становись!
- в) в обход по залу шагом... Марш!
- г) за Катей шагайте вперед
- д) группа, стой... Раз, два!

#### ***3. Выберите варианты ответов, соответствующих командам для организации строевых упражнений с детьми старшего дошкольного возраста***

- а) оставляйте маленькое расстояние;
- б) дистанция — один шаг;
- в) направляющий... На месте!
- г) на месте шагом... Марш!

### **Задание 36**

#### ***Программированный опрос***

#### ***Выберите один правильный ответ из предложенных***

1. С какой группы используется самостоятельное построение по команде:
  - а) вторая младшая;
  - б) подготовительная к школе;

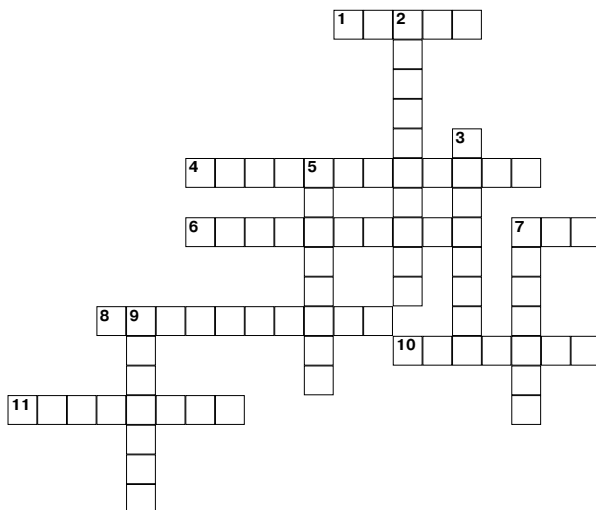
- в) старшая;
  - г) средняя;
  - д) не используется совсем.
2. Исключите лишнее понятие, дифференцируя «команду»:
- а) в обход по залу, шагом... Марш!
  - б) в колонну по одному... Становись!
  - в) прыжком, напра — во!
  - г) шагайте на месте, как я!
  - д) стой!
3. В какой группе обучают детей размыканию и смыканию приставным шагом:
- а) подготовительная к школе;
  - б) вторая младшая;
  - в) старшая;
  - г) средняя;
  - д) первая младшая.
4. В какой группе происходит обучение детей расчету на первый—второй и перестроению из одной шеренги в две:
- а) средняя;
  - б) вторая младшая;
  - в) во всех;
  - г) старшая;
  - д) подготовительная к школе.
5. Размещение друг за другом в затылок на определенном расстоянии, называется ...
- а) строй;
  - б) колонна;
  - в) шеренга;
  - г) перестроение;
  - д) круг.

### **Задание 37**

#### ***Разгадайте кроссворд***

*По горизонтали.* 1. Удобное и целесообразное размещение занимающихся на спортивной площадке, в зале или любом другом месте. 4. Переход из одного строя в другой. 6. Способ увеличения интервала или дистанции строя. 7. Им определяется дистанция. 8. «Строевые.... — это совместное размещение занимающихся в том или ином строю. 10. Строй, в котором дети расположены в затылок друг к другу 11. С его помощью измеряют «на глаз».

*По вертикали.* 2. Его определяют шагами, зрительными ориентирами. 3. Определяется вытянутыми руками вперед



и в стороны. 5. Прием уплотнения разомкнутого строя. 7. Строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону, с интервалом в одну ладонь, приставленную к бедру. 9. Выполняется на месте и в движении, направо, налево, кругом.

### Задание 38

*Блиц-опрос*

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подгото- вительная к школе
1	С какой возрастной группы детей строятся по росту?			
2	С какой возрастной группы используется расчет «на первый–второй»?			
3	С какой возрастной группы происходит построение по команде «Равнение по носкам ведущего»?			
4	С какой возрастной группы происходит смена направляющего в колонне по одному?			
5	В какой возрастной группе необходимо учить быть ведущими?			

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подготовительная к школе
6	Построение в звенья с места по зрительным ориентирам?			
7	С какой возрастной группы при перестроении используется одновременный вывод звена?			
8	Для какой возрастной группы дается команда: «Повернулись направо (ко мне лицом)!»?			
9	Для какой возрастной группы используется равнение типа «Спрячьтесь друг за другом!»?			
10	С какой возрастной группы используется перестроение «дроблением» и «сведением»?			
11	В какой возрастной группе при перестроении в пары воспитатель проходит вдоль колонны и называет, кто к нему подойдет и возьмет за руки?			
12	В какой возрастной группе при перестроении в пары у каждого второго стоящего в строю флажок? Ребенок с флажком подходит к стоящему впереди			
13	С какой возрастной группы дети перестраиваются в пары во время ходьбы?			
14	В какой возрастной группе используется перестроение в колонну по три в движении с поворотом?			
15	Для какой возрастной группы дается команда: «Повернулись ко мне лицом и подравнялись по полоске!»?			

### Задание 39

#### Решите педагогическую ситуацию

- Во время прогулки по улице некоторые дети выходят из колонны, «теряют» свою пару... Как должен к этому относиться воспитатель? Что вы предпримете, чтобы поведение детей в этот момент было организованным?
  - сделать замечание детям;
  - вести этих детей самому за руку;
  - не выводить за пределы участка;
  - поменять их местами и парами.

2. Воспитатель вывела детей на участок, построила их парами и попросила их стоять спокойно, а сама вернулась в помещение детского сада за игрушками, необходимыми детям на прогулке. Когда она вернулась, то увидела, что дети разбежались по участку ... Как должна была поступить воспитатель:

- рассердиться на детей за то, что они нарушили распоряжение;
- не заострять внимание детей на случившемся;
- в наказание не дать им игрушек.

Нет ли вины воспитателя в таком поведении детей.

Как бы вы поступили?

#### **Задание 40**

*Напишите команды и распоряжения с целью построения (перестроения) детей старшего дошкольного возраста:*

1. Построение в шеренгу.
2. Построение в колонну.
3. Ходьба на месте.
4. Начало движения колонны.
5. Перестроение в два звена.
6. Остановка строя.

#### **Задание 41**

*Вопросы к письменной контрольной работе*

1. Что такое строевые упражнения?
2. Что такое строй?
3. Что входит в понятие гимнастическая терминология?
4. Какова методика обучения построениям и перестроениям в младшем (среднем, старшем) возрасте?

### **Тема 11. Методика ознакомления детей дошкольного возраста с функционированием человеческого организма**

#### **Задание 1**

*Письменная контрольная работа*

1. Перечислите принципы отбора знаний о себе (о человеке) для детей дошкольного возраста.
2. Раскройте основные требования к методике работы по формированию у детей представлений о себе.
3. Опишите этапы методики работы с детьми по ознакомлению с человеческим организмом.

## Тема 12. Методика организации подвижных игр в разных возрастных группах

### Задание 1

#### *1. Укажите фамилию автора приведенного высказывания*

1. «Игра — упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни. Она является самостоятельной деятельностью, в которой развивается собственная инициатива ребенка и воспитываются его нравственные качества».
2. «Подвижные игры способствуют укреплению организма путем развития и совершенствования двигательного аппарата. Игры приучают детей к дисциплине, сосредоточению и планомерности действий».

#### *2. Закончите утверждающее высказывание*

1. Сознательная, активная двигательная деятельность детей, основанная на движении и наличии правил, называется ...
2. Определенные требования, которые должны выполняться всеми играющими, — это ...
3. Молниеносная ответная реакция на сигнал, по которому меняется поведение, действия ребенка, — это ...

### Задание 2

#### *1. Установите соответствие между видами и типами игр*

**А.**

*Типы*

*Виды*

- |                                             |                                                                                          |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) Игры по двигательному содержанию         | а) с мячом;<br>б) с бегом;<br>в) с обручем;                                              |
| 2) Игры с использованием пособий и снарядов | г) с метанием;<br>д) с палками;<br>е) с лазаньем;<br>ж) со скакалками;<br>з) с прыжками. |

**Б.**

- |                      |                                                                                                                           |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) Элементарные игры | а) сюжетные игры;                                                                                                         |
| 2) Сложные игры      | б) бессюжетные игры;<br>в) игры с элементами спорта;<br>г) игры-забавы;<br>д) игры-аттракционы;<br>е) игровые упражнения. |

## **В.**

- |                                                         |                                                                              |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 1) По преимущественному формированию физических качеств | а) ловкость;<br>б) большой подвижности<br>в) выносливость;                   |
| 2) По степени физической нагрузки                       | г) средней подвижности;<br>д) быстрота;<br>е) малой подвижности;<br>ж) сила. |

## **2. Установите соответствие между возрастной группой и длительностью игры**

- | <i>Возрастная группа</i>                     | <i>Длительность игры</i> |
|----------------------------------------------|--------------------------|
| 1) младшая группа                            | а) 12–15 мин;            |
| 2) средняя группа                            | б) 6–10 мин;             |
| 3) старшая и подготовительная к школе группа | в) 8–12 мин.             |

## **Задание 3**

### ***Выберите из предложенных правильный ответ***

- Объяснение подвижной игры в младшей группе происходит:  
а) в процессе игры;  
б) до начала игры;  
в) краткое напоминание;  
г) по частям.
- Командные соревнования проводятся, начиная ...  
а) с младшей группы;  
б) со средней группы;  
в) со старшей группы.
- Воспитатель осуществляет косвенное руководство игрой в ...  
а) младшей группе;  
б) средней группе;  
в) старшей и подготовительной к школе группе.
- Игры с элементом индивидуальных соревнований вводятся в ...  
а) старшей группе;  
б) средней группе;  
в) подготовительной к школе группе.

## **Задание 4**

### ***Выберите из предложенных правильные ответы***

- Воспитатель в младшей группе может собрать детей на игру, используя ...  
а) красивую игрушку;

- б) зазывалку;  
в) звонок в колокольчик.
2. Кто из названных авторов занимался вопросами подвижной игры:
- |                |                   |
|----------------|-------------------|
| П.Ф. Лесгафт   | Н.А. Евстратова   |
| Е.А. Аркин     | Н.А. Фомина       |
| А.И. Быкова    | В.И. Васюкова     |
| Т.И. Осокина   | Н.Ю. Соболева     |
| Е.А. Тимофеева | М.Ф. Литвинова    |
| П.П. Буцинская | В.Л. Страковская  |
| Н.Н. Кильпио   | Г.П. Лескова      |
| Т.В. Попова    | Э.Я. Степаненкова |
| А.И. Зимина    | М.А. Рунова       |

## **Задание 5**

### ***Вопросы к письменной контрольной работе***

1. Какова классификация подвижных игр?
2. Укажите, каким должно быть объяснение игры?
3. В чем заключаются особенности методики организации подвижной игры?
4. Каковы воспитательные возможности подвижных игр?
5. Какова роль подвижных игр в обучении движениям?
6. Что входит в понятие «руководство подвижной игрой»?
7. Укажите три подвижные игры с бегом для детей 3–4 года жизни, в которых движения выполняются в соответствии с произносимым вслух стихотворным текстом?
8. Раскройте, отличия игры от игрового упражнения?
9. Как подразделяются игры по образному содержанию?
10. Какое влияние на детей оказывают игры соревновательного типа?
11. Что значит, игра — средство закрепления движений. Как это положение отражается на подборе игр?
12. Почему нельзя начинать объяснение игры с распределения ролей?
13. Как строится объяснение игры в зависимости от возраста?
14. Как подразделяются игры по двигательному содержанию?
15. Почему при отборе игры необходимо учитывать место ее проведения?
16. В каких играх и с какой целью используются приемы создания интереса к игре?

## Задание 6

### Разгадайте кроссворд

I.

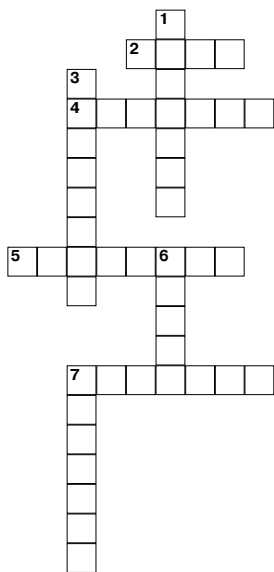
*По горизонтали.* 2. Один из видов построения детей для объяснения подвижной игры. 4. Герой сюжетной подвижной игры. 5. Способ выбора водящего. 7. Основное движение в подвижной игре «Пожарники».

*По вертикали.* 1. Обязательный элемент подвижной игры. 3. Подражание в игре предметам и животным. 7. Подвижная игра, развивающая ловкость. 6. Атрибут подвижной игры «Ловишка с хвостиком».

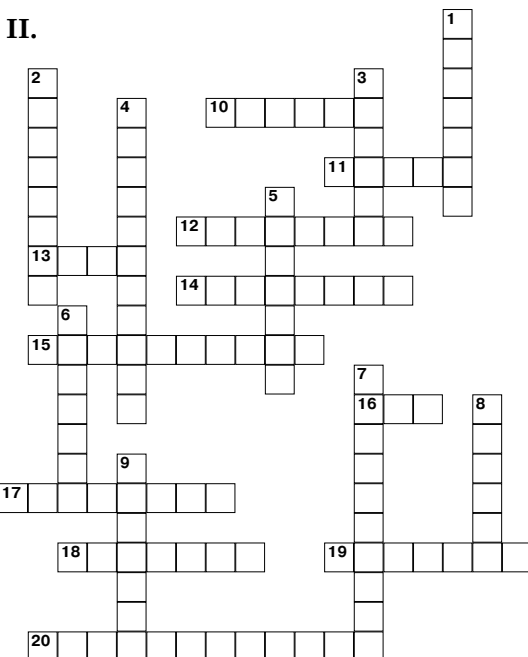
II.

*По горизонтали.* 10. Подвижная игра — это сложная, эмоционально окрашенная деятельность, которая предполагает результат или выполнение двигательной... 11. Одна из видов нагрузки в подвижных играх. 12. Какие подвижные игры являются традиционным средством педагогики, как средство любви к Родине, представление о смелости, ловкости. 13. Подбирая подвижные игры для детей, нужно учитывать их двигательный... 14. Один из видов элементарных подвижных игр. 15. Способ распределения ролей в народных

I.



II.



подвижных играх. 16. Основное движение в игре «Воробышки и автомобиль». 17. Способ выбора водящего в подвижной игре. 18. ...определяют весь ход подвижных игр, регулируют взаимоотношения детей в игре. 19. Двигательное содержание подвижной игры «Охотники и утки». 20. Игра способствует одному из видов воспитания с точки зрения разностороннего развития детей.

*По вертикали.* 1. С какой возрастной группы начинают проводить народные игры. 2. Подбирая подвижные игры для детей, нужно учитывать их... 3. В младшей группе широко используют игры... 4. Кто выполняет ведущую роль в игре с детьми младшей группы? 5. Какое фольклорное средство может сопровождать народные подвижные игры? 6. Игра «...во бору». 7. Один из словесных методов, который может сопровождаться показом. 8. Двигательное содержание игры «Классы» или «Зайцы и волк». 9. Основное движение в подвижной игре «Пожарники».

## Задание 7

*Подтвердите или опровергните высказывание*

№ п/п	Верно ли, что	Да	Нет
1	Подвижная игра — это игра, в которой есть правила, а активные действия играющих выражаются в движениях?		
2	Спортивные игры являются одним из видов подвижных игр?		
3	Подвижные игры способствуют эстетическому воспитанию дошкольников?		
4	В младших группах используются все виды подвижных игр?		
5	В подвижных играх детей младшей группы используются все разновидности основных движений?		
6	В подвижных играх средней группы действуют 3–4 правила?		
7	В подвижных играх детей средней группы используются основные движения со всеми разновидностями?		
8	В подвижных играх детей средней группы используется элемент ловли?		
9	В подвижные игры детей старшего дошкольного возраста вводятся элементы спортивных игр, соревнований?		
10	В подвижных играх детей старшего дошкольного возраста действуют 4–5 правил?		

№ п/п	Верно ли, что	Да	Нет
11	В подвижные игры детей старшего дошкольного возраста вводится элемент увертывания?		
12	Дети старшего дошкольного возраста могут самостоятельно проводить знакомые игры?		
13	Для детей среднего дошкольного возраста могут быть использованы игры–аттракционы?		
14	В средней группе воспитатель руководит игрой со стороны?		
15	В физкультурных досугах могут быть использованы игры всех видов?		
16	Усложнением подвижной игры может быть ее проведение в природных условиях?		
17	В основную часть физкультурного занятия может быть включена игра малой подвижности?		
18	В подвижных играх детей среднего дошкольного возраста используются командные соревнования?		
19	Время сбора на игру зависит от погоды?		
20	В старшем дошкольном возрасте используются игры–эстафеты?		

**Задание 8.****Экспресс-опрос****Вопросы**

1. Чем обусловлен выбор игры?
2. В каком возрасте при выборе игры учитывается интерес и желание детей?
3. Какие приемы можно использовать при распределении ролей в подвижной игре?
4. Какие приемы использует воспитатель, привлекая детей в подвижную игру?
5. Какую роль играет воспитатель в процессе подвижной игры?
6. Как в младшем дошкольном возрасте воспитатель заканчивает подвижную игру?
7. В какие виды подвижных игр должны играть дети старшего дошкольного возраста?
8. Как можно заинтересовать ребенка подвижной игрой?

9. Что значит дифференцированная оценка подвижной игры?
10. Каковы отличительные особенности подвижных игр как вида физических упражнений?
11. Как строится объяснение игры в зависимости от возраста детей?
12. С какой целью варьируются и усложняются подвижные игры?
13. Почему считалки используются начиная со старшей группы?
14. Какому этапу обучения соответствует игра как вид физических упражнений?
15. Можете назвать порядок нарастающей сложности сигналов к началу игры?
16. Почему воспитатель младшей группы должен играть вместе с детьми?
17. Назначение на главную роль должно быть мотивировано. Почему?
18. Каковы требования к считалке?

## Задание 9

### Блиц-опрос

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подготови- тельная к школе
1	В какой возрастной группе в игре воспитатель является рядовым участником и водящим?			
2	С какой возрастной группы на роль водящего можно выбрать ребенка?			
3	С какой возрастной группы проводится игра «Удочка»?			
4	С какой возрастной группы при объяснении игры дети размещаются в любом месте игровой площадки?			
5	С какой возрастной группы воспитатель объясняет игру от начала до конца?			
6	С какой возрастной группы проводится подвижная игра «Поезд»?			

№ п/п	Вопросы	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подготови- тельная к школе
7	С какой возрастной группы проводится подвижная игра «Пожарные на учении»?			
8	С какой возрастной группы используется считалка для выбора водящего?			
9	Для какой возрастной группы используется равнение типа «Спрячьтесь друг за другом!»			
10	С какой возрастной группы проводятся игры–эстафеты?			
11	С какой возрастной группы проводится игра в «Салки»?			
12	Для какой возрастной группы игра «Хитрая лиса»?			
13	С какой возрастной группы используются сговорки?			
14	В какой возрастной группе появляется ловля?			
15	С какой группы можно использовать 2-х и более водящих ?			

## Задание 10

### Решите педагогические ситуации

- Воспитатель вывела детей на прогулку парами, довела их до группового участка парами, предложила всем встать в круг и играть, предварительно назвав игру. Дети играли без интереса, многие старались отойти от играющих, но воспитатель строго следила за тем, чтобы все играли:
  - права ли была воспитатель?
  - что надо было сделать, чтобы все дети охотно играли?
- Воспитатель при проведении игры не обращает внимание на выполнение правил, на подачу сигнала. Как это оценить?

## Задание 11

*Отметьте в таблице, с какой возрастной группы проводятся данные подвижные игры*

№ п/п	Название подвижной игры	Возрастные группы		
		младшая	средняя	старшая, подготови- тельная к школе
1	Ловля обезьян			
2	Бегите ко мне!			
3	Самолеты			
4	Лохматый пес			
5	Жмурки			
6	У медведя во бору			
7	Перелет птиц			
8	По ровненькой дорожке			
9	Зайка серый умывается			
10	Волк во рву			
11	Уголки			
12	Мяч через сетку			
13	Найди свое место			
14	Два мороза			
15	Котята и щенята			
16	Трамвай			
17	Удочка			
18	Кто ушел			
19	Караси и щука			
20	Воробушки и кот			
21	Мыши в кладовой			

## Тема 13. Игры с элементами спорта и спортивные упражнения

### Задание 1

#### 1. Найдите правильные ответы

Кто из перечисленных ниже авторов занимался вопросами спортивных игр и спортивных упражнений?

Н.Т. Терехова

А.В. Листенева

Э.Й Адашкявичене

З.И. Ермакова

В.А. Шишкина

Л.Н. Пустынникова

М.П. Голощекина

Т.С. Казаковцева

М.А. Рунова

Л.Е. Симошина

**2. Одежда маленького велосипедиста должна быть:**

- а) легкой;
- б) не стесняющей движения;
- в) утепленной;
- г) не имеет значения;
- д) свободной.

**Задание 2. Спортивное упражнение — катание на велосипеде**

**1. Какие виды спортивных упражнений можно назвать зимними и летними**

- |                                      |                                   |
|--------------------------------------|-----------------------------------|
| 1) Зимние виды спортивных упражнений | а) скольжение по ледяной дорожке; |
|                                      | б) плавание;                      |
|                                      | в) катание на санках;             |
| 2) Летние виды спортивных упражнений | г) катание на велосипеде;         |
|                                      | д) ходьба на лыжах;               |
|                                      | е) катание на самокате;           |
|                                      | ж) катание на коньках;            |
|                                      | з) катание на роликовых коньках.  |

**2. Установите соответствие между длительностью катания на велосипеде и возрастной группой**

- | <i>Возрастная группа</i> | <i>Длительность катания</i> |
|--------------------------|-----------------------------|
| 1. Вторая младшая        | а) 20–25 мин;               |
| 2. Средняя               | б) 10–15 мин;               |
| 3. Старшая               | в) 15–20 мин.               |

**3. Закончите утверждающее высказывание**

- 1. Одежда маленького велосипедиста должна быть ...
- 2. Катание на трехколесном велосипеде практикуется с ... группы.
- 3. К зимним видам спортивных упражнений относятся...

**4. Выберите из предложенных вариантов правильный ответ**

- 1. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде (по прямой, по кругу, повороты направо и налево) воспитатель организует в ... (назовите группу):
  - а) вторая младшая группа,
  - б) средняя группа,
  - в) старшая группа,
  - г) подготовительная к школе группа,
  - д) во всех возрастных группах.

2. Длительность катания на велосипеде в средней группе составляет:
  - а) 10 мин;
  - б) 5–8 мин;
  - в) 15–20 мин;
  - г) 3 мин;
  - д) 20–25 мин.
3. Катание на двухколесном велосипеде практикуется ...
  - а) со второй младшей группы;
  - б) со средней группы;
  - в) со старшей группы;
  - г) с подготовительной к школе группы.
4. Ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой, затормозить воспитатель организует ...
  - а) во второй младшей группе;
  - б) в средней группе;
  - в) в старшей группе;
  - г) в подготовительной к школе группе;
  - д) во всех возрастных группах.

**5. Разгадайте ребус (рис. 6)**

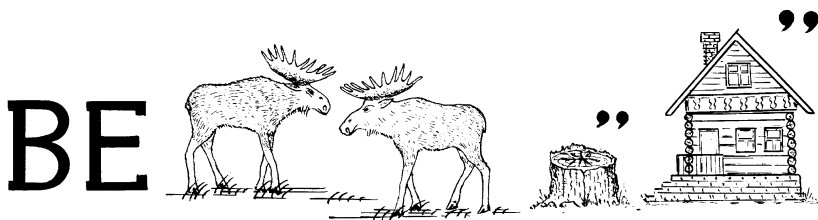


Рис. 6

**Задание 3**

**Спортивное упражнение — катание на роликовых коньках**

**1. Выберите из предложенных вариант правильного ответа**

1. С какой возрастной группы практикуется катание на роликовых коньках:
  - а) со второй младшей группы;
  - б) со средней группы;
  - в) со старшей группы;
  - г) с подготовительной к школе группы.
2. Длительность занятий в старшей группе по обучению катанию на роликовых коньках составляет...

- а) 4–6 мин;
- б) 5–8 мин;
- в) 8–10 мин;
- г) 10–15 мин.

## **2. Закончите утверждающее высказывание**

Катание на роликовых коньках способствует ...

## **3. Выберите из предложенных варианты правильных ответов**

Подготовительные упражнения на траве и на асфальте целесообразно проводить с подгруппой, а учить кататься одновременно не более ...

- а) 3–4 человек;
- б) 5–6 человек;
- в) 9–12 человек;
- г) 10–13 человек.

## **4. Вставьте пропущенные слова**

Подготовительные упражнения для катания на роликовых коньках, выполняемые на траве и асфальте, систематическая тренировка и помощь воспитателя избавляют детей от ... и способствуют развитию ...

## **5. Установите последовательность, ранжируйте**

Умение кататься на роликовых коньках представляет собой сложное двигательное действие, включающее комплекс компонентов:

- а) правильное скольжение;
- б) положение туловища;
- в) сохранение равновесия;
- г) отталкивание.

## **Задание 4. Спортивное упражнение — плавание**

### **1. Закончите утверждающее высказывание**

- 1. Занятия по плаванию укрепляют ...
- 2. Первый способ плавания, которому обучают детей — ...

### **2. Установите соответствие между изменением температуры воды и возрастной группой**

*Возрастная группа*

*Температура воды*

- |             |                  |
|-------------|------------------|
| 1) младшая; | а) + 28 + 30° С; |
| 2) средняя; | б) + 26 + 28° С; |
| 3) старшая. | в) + 30 + 32° С. |

### **3. Установите соответствие между возрастной группой и задачами обучения плаванию**

*Возрастная группа*

*Задачи обучения*

- |            |                                                                      |
|------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1) средняя | а) учить открывать глаза в воде;                                     |
| 2) старшая | б) учить согласовывать движения ног и дыхания;                       |
|            | в) учить детей лежать на воде;                                       |
|            | г) учить скользить на спине, груди, энергично отталкиваясь от опоры. |

### **4. Выберите вариант правильного ответа**

Контроль за санитарным состоянием основных и подсобных помещений бассейна осуществляет ...

- а) воспитатель;
- б) медицинская сестра;
- в) методист (старший воспитатель).

### **5. Выберите правильные ответы**

Упражнения для закрепления навыков плавания в младшей группе:

- а) свободно лечь на воду, вытянуть руки и ноги, спустить в воду голову и полежать без движения;
- б) ходить по воде парами, группой;
- в) пытаться плавать произвольным способом;
- г) присесть, помыть руки, лицо, полить воду на грудь и спину.

### **Задание 5. Спортивные упражнения — скольжение по ледяным дорожкам, катание на санках, ходьба на лыжах, катание на коньках**

#### **1. Установите последовательность техники скольжения по ледяным дорожкам**

- а) отталкивание;
- б) скольжение;
- в) разбег.

#### **2. Установите последовательность техники катания на санках**

- а) спуски с горы;
- б) торможение;
- в) ведение санок;
- г) повороты;
- д) сидение на санках.

### **3. Установите соответствие между возрастной группой и способами ходьбы на лыжах**

*Возрастная группа*

*Способы ходьбы*

- |             |                             |
|-------------|-----------------------------|
| 1) младшая; | а) скользящий шаг;          |
| 2) средняя; | б) ступающий шаг без палок; |
| 3) старшая. | в) попеременный двухшажный. |

### **4. Выберите из предложенных вариантов правильный ответ**

1. С какой возрастной группы можно организовывать скользящее по ледяным дорожкам:
  - а) с первой младшей;
  - б) со второй младшей;
  - в) со средней;
  - г) со старшей;
  - д) с подготовительной к школе группы.
2. С какой возрастной группы доступно катание на коньках...
  - а) со второй младшей группы;
  - б) со средней группы;
  - в) со старшей, подготовительной к школе группы.
3. Обучение ходьбе на лыжах проводится ...
  - а) с младшей группы;
  - б) со средней группы;
  - в) со старшей группы;
  - г) с подготовительной к школе группы.
4. С какой возрастной группы воспитатель организует обучение детей катанию на санках:
  - а) со второй младшей группы;
  - б) со средней группы;
  - в) со старшей группы;
  - г) с подготовительной к школе группы.
5. Длина ледяной дорожки в младшей группе составляет...
  - а) 0,5–1 м;
  - б) 1–1,5 м;
  - в) 3–4 м;
  - г) 8 м;
  - д) 12–15 м.

### **5. Закончите утверждающее высказывание**

1. Обучение катанию на коньках начинается в ...
2. Положение лежа на животе при спуске с горы на санках появляется в... группе.

## **Задание 6**

### **1. Установите соответствие между возрастной группой и обучением спортивным играм**

- | <i>Возрастная группа</i>     | <i>Спортивная игра</i>           |
|------------------------------|----------------------------------|
| 1) старшая;                  | а) катание на роликовых коньках; |
| 2) подготовительная к школе. | б) хоккей.                       |

### **2. Закончите утверждающее высказывание**

1. Спортивные игры вводятся в ... группе.
2. Обучение игре в городки начинается в ... группе.
3. Обучение игре в настольный теннис начинается в ... группе.

### **3. Выберите из предложенных правильный ответ**

1. Спортивные упражнения вводятся ....
  - а) со второй младшей группы;
  - б) со средней группы;
  - в) со старшей группы;
  - г) с подготовительной к школе группе.
2. Обучение игре в баскетбол начинается...
  - а) во второй младшей группе;
  - б) в средней группе;
  - в) в старшей группе;
  - г) в подготовительной к школе группе.
3. Обучение игре в футбол начинается...
  - а) во второй младшей группе;
  - б) в средней группе;
  - в) в старшей группе;
  - г) в подготовительной к школе группе.

## **Тема 14 Формы организации физического воспитания в дошкольном учреждении**

### **Задание 1**

#### **1. Закончите утверждающее высказывание**

Ведущая форма организованного, систематического обучения детей движениям — это ...

#### **2. Выберите из предложенных правильный ответ**

1. Структура и содержание физкультурных занятий была первоначально обоснована:

- а) Е.А. Аркиным;
  - б) Т.И. Осокиной;
  - в) Д.В. Хухлаевой;
  - г) Н.В. Потехиной.
2. Моторная плотность физкультурного занятия — это ...
- а) отношение времени, затраченному детьми на движение, к общему времени занятия;
  - б) отношение педагогически оправданного времени к общему времени занятия.
3. Фронтальный способ организации детей — это ...
- а) выполнение одного и того же упражнения несколькими детьми одновременно;
  - б) выполнение разных упражнений подгруппами детей;
  - в) выполнение одного и того же упражнения всеми детьми одновременно.
4. Пик нагрузки в занятиях приходится на ...
- а) основные движения;
  - б) заключительную часть физкультурного занятия;
  - в) подвижную игру в основной части занятия.
5. Задача заключительной части физкультурного занятия предусматривает ...
- а) совершенствование всех физиологических функций организма;
  - б) подготовка организма к интенсивной работе, разогреть организм ребенка;
  - в) снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние;
  - г) создание интереса и эмоционального настроения.

### **3. Выберите варианты правильного ответа**

1. Методика физкультурных занятий на воздухе была разработана:
- а) Т.И. Осокиной;
  - б) Л.В. Кармановой;
  - в) Е.Н. Вавиловой;
  - г) Г.П. Юрко и В.Г. Фроловым.
2. В содержание вводной части физкультурного занятия можно включить:
- а) подскоки;
  - б) строевые упражнения;
  - в) общеразвивающие упражнения;
  - г) упражнения на внимание;
  - д) различные виды ходьбы и бега.

**4. Установите соответствие между длительностью физкультурного занятия и возрастной группой**

<i>Возрастная группа</i>	<i>Длительность</i>
1) первая младшая;	а) 20 мин;
2) средняя;	б) 30–35 мин;
3) подготовительная к школе.	в) до 15 мин.

**5. Вставьте пропущенное слово**

Физкультурное занятие проводится, начиная... группы.

**Задание 2**

**1. Выберите один правильный ответ из предложенных**

1. Физкультурное занятие — это ....
  - а) средство создания интереса к физической культуре;
  - б) основная форма обучения детей движениям;
  - в) форма активизации двигательной активности детей.
2. Физкультурное занятие во второй младшей группе проводится
  - а) 1 раз в неделю;
  - б) 2 раза в неделю;
  - в) 3 раза в неделю.
3. Задачей основной части физкультурного занятия является...
  - а) снижение физической нагрузки и приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние;
  - б) организация детей, сбор внимания, проверка степени готовности;
  - в) формирование у детей двигательных умений и навыков и развитие физических качеств;
  - г) воспитание интереса и создание эмоционального настроения.
4. Общая плотность физкультурного занятия — это ...
  - а) отношение времени, затраченного детьми на движение, к общему времени занятия;
  - б) отношение педагогически оправданного времени к общему времени занятия.

**2. Выберите варианты правильного ответа**

1. В содержание основной части физкультурного занятия входят:
  - а) спокойная ходьба;
  - б) комплекс общеразвивающих упражнений;
  - в) строевые упражнения;

- г) подвижная игра;
  - д) основные виды движений.
2. Выбор типа занятия зависит от ...
- а) возраста детей;
  - б) наличия оборудования;
  - в) времени года;
  - г) стоящих перед воспитателем задач.

**3. Установите последовательность выполнения упражнений в основной части физкультурного занятия**

- а) подвижная игра;
- б) комплекс общеразвивающих упражнений;
- в) основные движения.

**4. Установите соответствие между длительностью физкультурного занятия и возрастной группой**

*Возрастная группа*

*Длительность*

- |                    |               |
|--------------------|---------------|
| 1) первая младшая; | а) 15–20 мин; |
| 2) вторая младшая; | б) 25 мин;    |
| 3) старшая.        | в) до 15 мин. |

**5. Установите соответствие между способом организации детей и методикой проведения**

*Способ*

*Методика*

- |                                                                    |                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Индивидуальный способ организации детей при обучении движениям; | а) дети распределяются на подгруппы (2–4) и каждая подгруппа получает отдельное задание. В процессе занятия подгруппы меняются местами; |
| 2. Групповой способ организации детей при обучении движениям.      | б) каждый ребенок самостоятельно выполняет данное ему задание под контролем воспитателя.                                                |

**Задание 3**

**1. Выберите из предложенных правильный ответ**

Физкультурное занятие — это ...

- а) форма физкультурно-оздоровительной работы;
- б) форма самостоятельной двигательной деятельности детей;
- в) форма организованного, систематического обучения детей двигательным умениям и навыкам;
- г) форма активного отдыха.

## **2. Установите соответствие между частями физкультурного занятия и задачами обучения**

<i>Части</i>	<i>Задачи</i>
1) Вводная часть физкультурного занятия;	1)совершенствование всех физиологических функций организма ребенка;
2) Основная часть физкультурного занятия;	2)воспитание физических и нравственно-волевых качеств;
3) Заключительная часть физкультурного занятия.	3)повышение эмоционального тонуса ребенка;
	4)повторение и закрепление ранее пройденного материала;
	5)тренировка различных мышечных групп для формирования правильной осанки;
	6)активизация внимания детей;
	7)снижение эмоциональной и физической нагрузки;
	8)обучение новым движениям;
	9)подготовка организма к большой физической нагрузке в основной части занятия .

## **3. Закончите утверждающие высказывания**

1. Количественная оценка двигательной активности детей на физкультурных занятиях определяется методом ...
2. Интенсивность мышечной нагрузки на физкультурных занятиях оценивается методом ...
3. Время двигательной деятельности на физкультурных занятиях оценивается методом ...

## **4. Установите правильную последовательность выполнения физических упражнений на физкультурном занятии с детьми старшего дошкольного возраста**

- 1) игра малой подвижности;
- 2) комплекс общеразвивающих упражнений;
- 3) перестроение в колонну;
- 4) основные виды движений;
- 5) игра большой подвижности;
- 6) построение в шеренгу;
- 7) виды ходьбы и бега в чередовании;
- 8) перестроение через центр в две колонны.

## **5. Выберите из предложенных правильные ответы**

- В основной части физкультурного занятия планируются:
- а) общеразвивающие упражнения;

- б) строевые упражнения;
- в) основные виды движений;
- г) упражнения на внимание;
- д) подвижная игра.

## Задание 4

### *Заполните пропуски*

Физкультурное занятие — это ...

Занятие состоит из ... частей.

Задачи 1-й части занятий ...

Что следует планировать:

1. ...

2. ...

3. ...

4. ...и.т.д....

Продолжительность: ...мин.

Задачи 2-й части занятий ...

Что следует планировать:

1. ...

2. ...

3. ...и.т.д....

Продолжительность: ...мин.

Задачи 3-й части занятий ...

Что следует планировать:

1. ...

2. ...и.т.д...

Продолжительность: ...мин.

## Задание 5

1.

1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 1 (с. 168) физиологической кривой
2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:
  - продолжительность занятия 38 мин;
  - в вводной части ребенок непрерывно двигался 5 мин;
  - в основной части — 17 мин;
  - в заключительной части — 2 мин.

2.

1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 2 (с. 169) физиологической кривой.
2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:

- продолжительность занятия — 19 мин;
- в вводной части ребенок непрерывно двигался 4 мин;
- в основной части — 10 мин;
- в заключительной части — 2 мин.

3.

1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 3 (с. 169) физиологической кривой.
2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:
  - продолжительность занятия 35 мин;
  - в вводной части ребенок непрерывно двигался 6 мин;
  - в основной — 17 мин;
  - в заключительной — 4 мин.

4.

1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 4 (с. 170) физиологической кривой.
2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:
  - продолжительность занятия 28 мин;
  - в вводной части ребенок непрерывно двигался 4 мин;
  - в основной — 12 мин;
  - в заключительной — 2 мин.

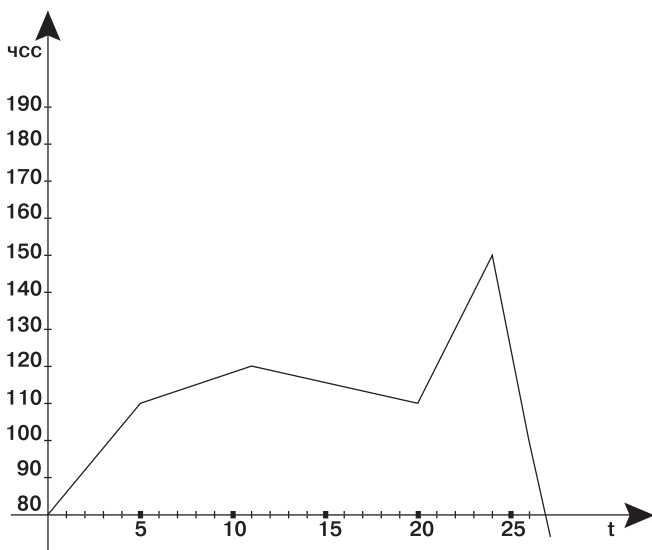


График 1

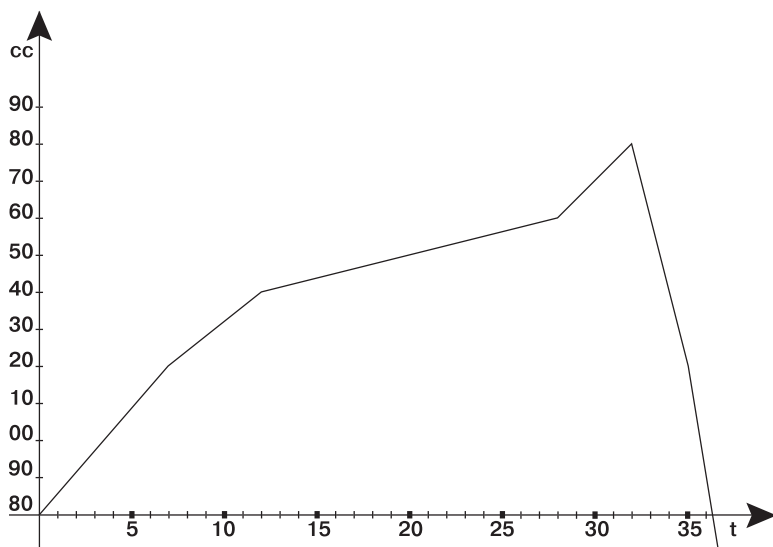


График 2

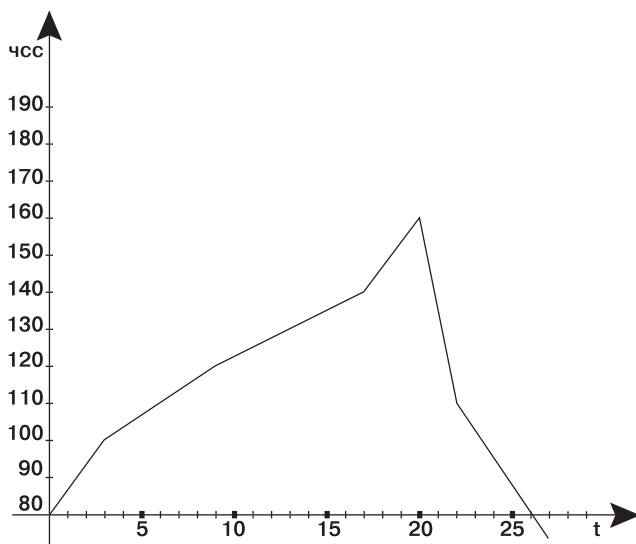


График 3

5.

1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 5 (с. 171) физиологической кривой.
2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:
  - продолжительность занятия 27 мин;
  - в вводной части ребенок непрерывно двигался 5 мин;
  - в основной — 15 мин;
  - в заключительной — 3 мин.

6.

1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 6 (с. 171) физиологической кривой.
2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:
  - продолжительность занятия 32 мин;
  - в вводной части ребенок непрерывно двигался 6 мин;
  - в основной — 18 мин;
  - в заключительной — 5 мин.

7.

1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 7 (с. 173) физиологической кривой.

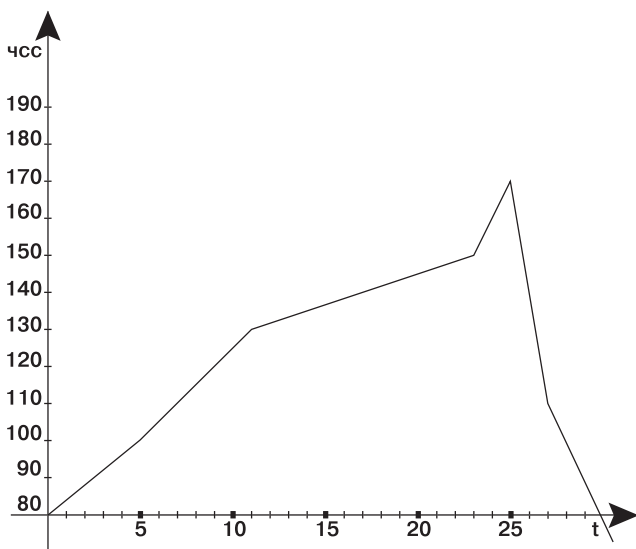


График 4

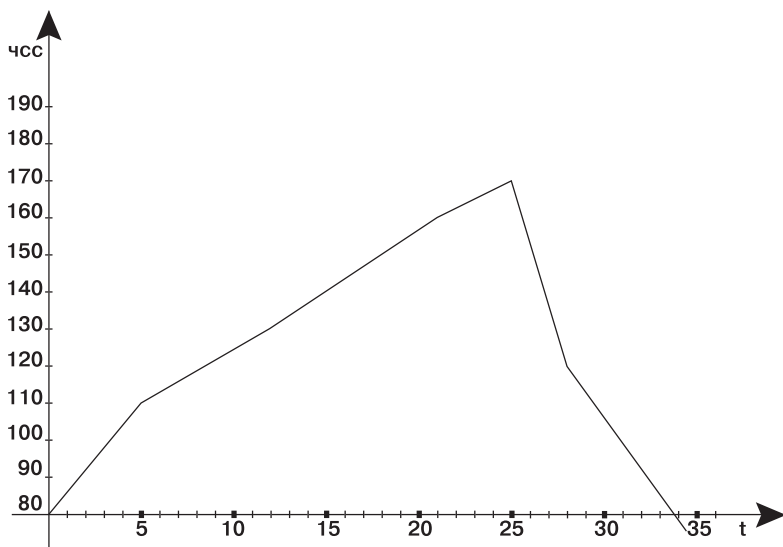


График 5

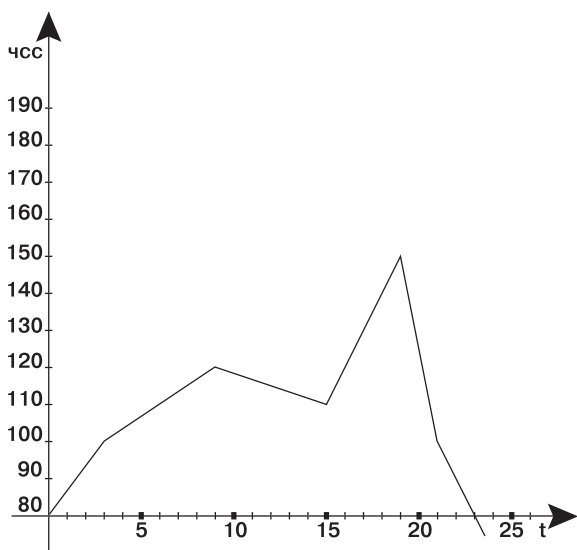


График 6

2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:
  - продолжительность занятия 22 мин;
  - в вводной части ребенок непрерывно двигался 4 мин;
  - в основной — 10 мин;
  - в заключительной — 2 мин.
- 8.
1. Определите тренирующий эффект на физкультурном занятии по графику 8 (с. 173) физиологической кривой.
2. Вычислите моторную плотность физкультурного занятия, если:
  - продолжительность занятия 40 мин;
  - в вводной части ребенок непрерывно двигался 5 мин;
  - в основной — 14 мин;
  - в заключительной — 4 мин.

### **Задание 6**

*Установите способы организации детей во время обучения основным движениям. Определите место воспитателя. Выполните задание в схемах и укажите место нахождения детей*

1.
  - Бросание мяча друг другу снизу двумя руками.
  - Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.
  - Ползание между предметами на четвереньках с опорой на колени и ладони.
2.
  - Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.
  - Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (кубики).
  - Прыжки на двух ногах из обруча в обруч с продвижением вперед.
  - Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.
3.
  - Метание предметов в горизонтальную цель прямой рукой сверху.
  - Пролезание в обруч, лежащий на полу, сверху вниз.
  - Прыжки через гимнастическую скамейку с опорой на руки.
4.
  - Отбивание мяча о землю, стоя на месте, правой (левой) рукой.
  - Лазанье по гимнастической стенке одноименным (разноименным) способом.

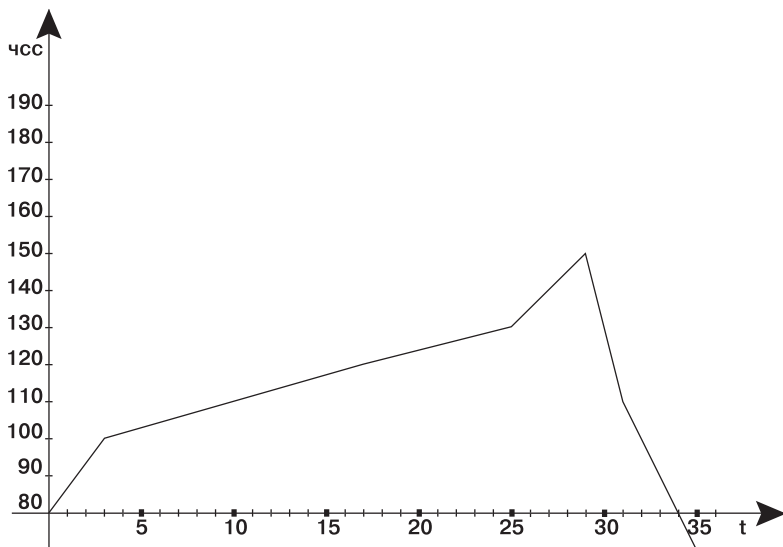


График 7

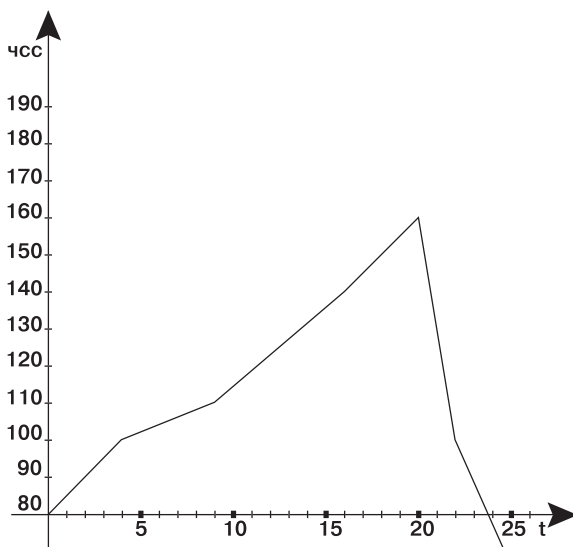


График 8

5.

Лазанье по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом.

Метание мяча в цель прямой рукой снизу.

Прыжки с зажатым мячом между колен, продвигаясь вперед.

## **Задание 7**

### ***Решите педагогические ситуации***

1. Вы — старший воспитатель, присутствуете на физкультурном занятии. Как вы определите, на каком этапе обучения даются упражнения детям.

2. Вы пришли понаблюдать физкультурное занятие.

Как вы относитесь к занятию, в котором наивысшая физиологическая нагрузка дана:

- в основной части занятия при обучении основным движениям;
- в конце занятия в игре-эстафете;
- наивысшая психологическая нагрузка дается в вводной части занятия.

В младшей группе дается основная стойка. Правильно ли это?

## **Задание 8**

### ***Вопросы к письменной контрольной работе***

1. В чем заключается главный аргумент, подтверждающий положение, что физкультурное занятие — ведущая форма организации физического воспитания в дошкольном учреждении?

2. Каковы характерные черты физкультурного занятия?

3. Каковы основные требования при проведении физкультурного занятия?

4. Каковы типы физкультурных занятий?

5. Чем можно объяснить трехчастность физкультурного занятия.

6. В чем суть медико-педагогического контроля на физкультурном занятии.

7. От чего зависит количество основных движений в каждом конкретном физкультурном занятии?

8. Каковы общие критерии для подбора физических упражнений к физкультурному занятию?

9. В чем заключается логическая связь между структурными частями физкультурного занятия?

## Задание 9

Определите по схеме способ организации детей во время выполнения основных движений

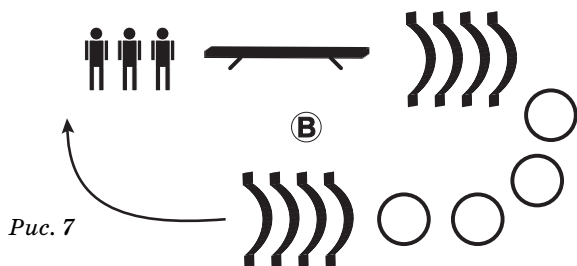


Рис. 7

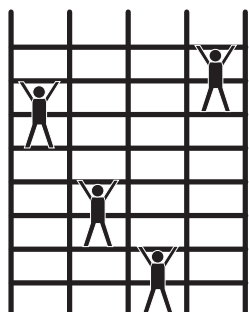


Рис. 8

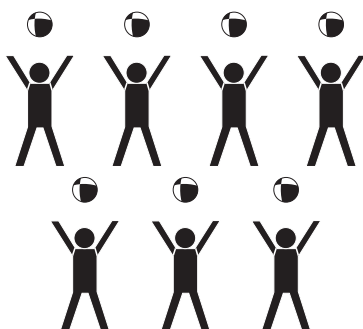


Рис. 9

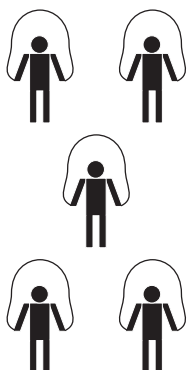


Рис. 10

(B) Место расположения воспитателя.

# Задание 10

Разгадайте ребусы (рис. 11–14)

Рис. 11

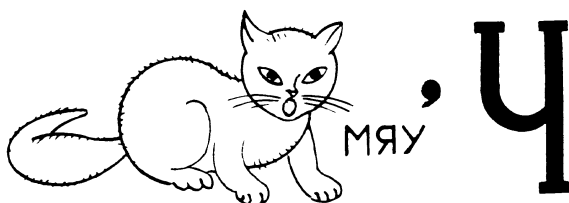


Рис. 12



Рис. 13



Рис. 14

## **Тема 15. Организация физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня**

### **Задание 1. Утренняя гимнастика**

#### **1. Выберите правильный ответ**

1. Утренняя гимнастика проводится ...
  - а) только на воздухе;
  - б) на воздухе и в хорошо проветренном помещении;
  - в) только в групповой комнате.
2. Продолжительность утренней гимнастики в подготовительной к школе группе составляет:
  - а) 3–5 мин;
  - б) 10–12 мин;
  - в) 15–20 мин;
  - г) более 25 мин.
3. В комплекс утренней гимнастики входят упражнения:
  - а) на этапе разучивания;
  - б) на этапе уточнения, исправления ошибок;
  - в) на этапе совершенствования.
4. Утреннюю гимнастику необходимо проводить:
  - а) 4 раза в неделю;
  - б) через день;
  - в) по усмотрению воспитателя;
  - г) ежедневно.
5. Организация утренней гимнастики в младшей группе проходит ...
  - а) в колонну по одному;
  - б) в шеренгу;
  - в) в круг или стайкой.
6. Основная физическая нагрузка на утренней гимнастике приходится на ...
  - а) общеразвивающие упражнения;
  - б) бег и прыжки;
  - в) строевые упражнения.

#### **2. Установите последовательность проведения упражнений**

Общеразвивающие упражнения на утренней гимнастике подбираются в следующем порядке:

- а) для мышц спины, туловища и брюшного пресса;
- б) для ног, стопы;
- в) для рук и плечевого пояса .

**3. Установите соответствие между названием упражнения и для какой группы мышц это упражнение используется**

<i>Группы мышц</i>	<i>Название упражнения</i>
1) для рук и плечевого пояса;	а) «Велосипед»;
2) для мышц туловища и брюшного пресса;	б) «Маятник»;
3) для ног, стопы.	в) «Мельница»;
	г) «Растягивание резины»;
	д) «Насос»;
	е) «Цирковые лошадки».

**4. Закончите утверждающее высказывание**

- Одежда детей на утренней гимнастике должна быть ...
- Температура воздуха в помещении в течение всей утренней гимнастике поддерживается в пределах ....., ..... °С.

**5. Выберите из предложенных несколько правильных ответов**

- Укажите приемы усложнения общеразвивающих упражнений на утренней гимнастике:
  - изменение исходного положения;
  - введение счета;
  - введение предметов;
  - использование наглядных ориентиров;
  - увеличение дозировки и темпа выполнения.
- Использование в ходе утренней гимнастике предметов влияет на:
  - мобилизацию индивидуальных возможностей;
  - учащение дыхания;
  - результативность качества движений;
  - эмоциональное состояние.
- В утреннюю гимнастику обязательно включаются упражнения для профилактики ...
  - плоскостопия;
  - зрения;
  - нарушения осанки;
  - простудных заболеваний.
- Количество упражнений на утренней гимнастике зависит от:
  - сложности упражнений;
  - возраста детей;
  - этапа обучения;
  - места проведения и физической подготовки детей.

5. Отберите методы и приемы обучения, используемые на утренней гимнастике:
- а) целостный показ в естественном темпе;
  - б) показ с объяснением;
  - в) напоминание и выявление знаний;
  - г) распоряжение к одновременному началу упражнений;
  - д) указания по соблюдению темпа и качества выполнения.

### **6. Вставьте пропущенные слова в определение**

Утренняя гимнастика — это комплекс... упражнений, которые проводятся с целью настроить, повысить эмоциональный тонус ребенка на весь предстоящий день.

### **Задание 2**

#### ***Решите педагогическую ситуацию***

Вы проверяете проведение утренней гимнастики в разных возрастных группах — определите:

- 1) структуру утренней гимнастики;
- 2) как вы относитесь к указаниям воспитателя на утренней гимнастике в ходьбе и беге «дышать через нос», «закрывать рот»;
- 3) в каком виде движений дается максимальная нагрузка.

### **Задание 3. Физкультминутки**

#### ***Выберите из предложенных правильные ответы***

- 1. Физкультминутка проводится на занятиях ...
  - а) по формированию элементарных математических представлений;
  - б) музыкальных;
  - в) по развитию речи;
  - г) по изобразительной деятельности;
  - д) физкультурных ;
  - е) утренней гимнастики.
- 2. Продолжительность физкультминутки составляет:
  - а) 1,5–2 мин;
  - б) 5–6 мин;
  - в) 8–10 мин.
- 3. Физкультминутки рекомендуется проводить, начиная с...
  - а) младшей группы;
  - б) средней группы;
  - в) старшей группы;
  - г) подготовительной к школе группы.

## **2. Вставьте пропущенные слова**

Упражнения на физкультминутках должны охватывать крупные группы мышц, должны быть хорошо ..., ..... по выполнению.

## **3. Закончите утверждающее высказывание**

Кратковременные физические упражнения, имеющие целью предупреждение утомления, восстановление умственной работоспособности (возбуждают отделы коры головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности, и дают отдых тем, которые работали), называется...

## **Задание 4**

### ***Письменная контрольная работа***

1. Задачи и требования к организации проведения физкультминуток.
2. Перечислите возможные формы организации физкультминуток.

## **Тема 16. Активный отдых**

### **Задание 1. Экспресс-опрос по теме «Физкультурные досуги»**

#### ***Подтвердите или опровергните утверждение***

<b>№ п/п</b>	<b>Верно ли, что</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
1	Физкультурный досуг — одна из наиболее эффективных форм активного отдыха?		
2	При проведении физкультурного досуга в младшем возрасте необходимо приучать детей к самостоятельному участию в совместных упражнениях, играх, развлечениях, при этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей?		
3	Физкультурный досуг проводится во всех возрастных группах, начиная со 2-й младшей группы?		
4	Физкультурный досуг предназначается для проведения со всеми детьми дошкольного учреждения?		
5	Физкультурный досуг проводится воспитателем в обычной обстановке с обычными атрибутами как в помещении, так и на воздухе?		
6	Физкультурный досуг может совпадать с физкультурными занятиями и праздниками?		

№ п/п	Верно ли, что	Да	Нет
7	Длительность физкультурного досуга в подготовительной группе составляет 35–40 мин?		
8	При проведении физкультурного досуга в старшем дошкольном возрасте необходимо развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности?		
9	В младшем и среднем дошкольном возрасте в содержание физкультурных досугов могут быть введены сказочные герои?		
10	При составлении программы основное время физкультурного досуга должно быть заполнено движениями, чтобы каждый ребенок имел возможность удовлетворить свойственную ему двигательную потребность?		
11	Музыкально-спортивный досуг проводится начиная со средней группы?		
12	Физкультурный досуг заканчивается по возможности сюрпризным моментом (угощением или награждением)?		
13	Физкультурный досуг, строящийся на упражнениях в основных движениях и спортивных упражнениях, проводится со второй младшей группы?		
14	Физкультурные досуги целесообразно посвящать временам года, интересным спортивным событиям, общественным праздникам?		
15	Физкультурный досуг на основе игр-эстафет, проводится в старшей и подготовительной к школе группах?		

## Задание 2

### 1. Закончите утверждающее высказывание

- Длительность физкультурного праздника составляет...
- Физкультурные праздники проводятся, начиная...
- Пешеходные, лыжные, велосипедные прогулки и экскурсии за пределы дошкольного учреждения представляют собой...

### 2. Выберите из предложенных правильный ответ

- Длительность физкультурного досуга в подготовительной к школе группе составляет...
  - 20–30 мин;
  - 35–40 мин;
  - 40–50 мин.

2. Длительность физкультурного досуга в младшей и средней группах составляет...
  - а) 40–50 мин;
  - б) 20–30 мин;
  - в) 35–40 мин.
3. Дистанция лыжных походов в два перехода с детьми старшей группы составляет...
  - а) 1–1,5 км;
  - б) 2–2,5 км;
  - в) 3–3,5 км.
4. Физкультурный досуг проводится...
  - а) педагогическим коллективом;
  - б) родителями;
  - в) воспитателем;
  - г) помощником воспитателя.

**3. Установите соответствие между возрастом детей и длительностью прогулок в ближайшее окружение**

<i>Возраст детей</i>	<i>Продолжительность</i>
1) 3–4 года;	а) 40–45 мин;
2) 5–6 лет;	б) 15–20 мин;
3) 7 лет.	в) 30–40 мин.

**4. Установите соответствие между возрастной группой и продолжительностью лыжных походов**

<i>Возрастная группа</i>	<i>Продолжительность</i>
1) старшая;	а) 1,5–2,5 ч;
2) подготовительная к школе.	б) до 1,5 ч.

**5. Установите соответствие между физкультурным мероприятием и количеством их проведения**

<i>Физкультурное мероприятие</i>	<i>Количество</i>
1) Физкультурный праздник;	а) 1–2 раза в месяц;
2) Физкультурный досуг.	б) 2–3 раза в год.

**Задание 3.**

**Физкультурный праздник**

**Вопросы к письменной контрольной работе**

1. В чем выражается основная идея праздника?
2. Как оценивается двигательная активность детей на физкультурном празднике?
3. В чем литературная ценность физкультурного праздника?

4. В чем проявляется художественная ценность физкультурного праздника?
5. В чем заключается участие родителей на физкультурном празднике?
6. Как должны использоваться сюрпризные моменты?

## **Тема 17. Методическое руководство работой по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении**

### **Задание 1**

#### ***1. Выберите из предложенных правильные ответы***

Медицинский контроль включает:

- а) Динамические наблюдения за состоянием здоровья и физическим развитием детей, которые осуществляются при углубленных осмотрах врачами дошкольного учреждения или поликлиники;
- б) Измерение общей и моторной плотности;
- в) Медицинское наблюдение за организацией двигательного режима, методикой проведения и организацией занятий физическими упражнениями и различных видов закаливающих процедур;
- г) Соотношение времени в каждой части занятия к общей продолжительности всего занятия;
- д) Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий, физкультурным оборудованием, спортивной одежды и обуви детей;
- е) Проверку уровня физической нагрузки;
- ж) Санитарно-просветительскую работу по вопросам физического воспитания детей среди персонала дошкольного учреждения и родителей.

#### ***2. Закончите утверждающее высказывание***

Количество воздуха, который человек может вдохнуть после каждого глубокого выдоха, — это...

#### ***3. Выберите из предложенных правильный ответ***

1. Частота сердечных сокращений в основной части занятия увеличивается на число процентов:
  - а) 15–20;
  - б) 70–90;
  - в) 50–60;
  - г) 5–10.

2. Частота сердечных сокращений в подвижной игре увеличивается на число процентов:

- а) 50–60;
- б) 15–20;
- в) 70–90;
- г) 5–10.

**4. Установите соответствие между группами здоровья и их характеристикой**

<i>Группа здоровья</i>	<i>Характеристика</i>
1) 1-я группа	а) больные дети, находящиеся в больнице;
2) 2-я группа	б) дети, страдающие хроническими заболеваниями с дополнительными отклонениями в развитии;
3) 3-я группа	в) дети, имеющие морфологические и функциональные нарушения, часто болеющие, состоящие на учете у педиатра;
4) 4-я группа	г) дети, имеющие хронические заболевания, состоящие на учете у специалиста;
5) 5-я группа	д) дети, имеющие нормальное физическое развитие, не имеющие морфофункциональных отклонений.

**Задание 2**

**1. Выберите из предложенных правильные ответы**

1. Педагогический контроль включает:
- а) динамические наблюдения за состоянием здоровья и физическим развитием детей, которое осуществляется при углубленных осмотрах врачами дошкольного учреждения или поликлиники;
  - б) измерение общей и моторной плотности;
  - в) медицинское наблюдение за организацией двигательного режима, методикой проведения и организацией занятий физическими упражнениями и различных видов закаливающих процедур;
  - г) соотношение времени в каждой части занятия к общей продолжительности всего занятия;
  - д) контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий, физкультурным оборудованием, спортивной одежды и обувью детей;

- е) проверку уровня физической нагрузки;
- ж) санитарно-просветительскую работу по вопросам физического воспитания детей среди персонала дошкольного учреждения и родителей.

## **2. Закончите утверждающее высказывание**

1. Уровень развития двигательных навыков, умений и физических качеств, называется...
2. Частота сердечных сокращений во вводной части занятия увеличивается на число процентов:
  - а) 5–10;
  - б) 50–60;
  - в) 70–90;
  - г) 15–20.
3. Частота сердечных сокращений в заключительной части занятия увеличивается по сравнению с начальной величиной (до занятия) на число процентов:
  - а) 70–90;
  - б) 5–10;
  - в) 15–20;
  - г) 50–60.

## **3. Установите соответствие между приборами, определяющими физическое развитие и их показателями**

### *Показатели*

### *Приборы*

- |                              |                         |
|------------------------------|-------------------------|
| 1) мышечная сила рук;        | а) становой динамометр; |
| 2) сила мышц туловища;       | б) метод спирометрии;   |
| 3) жизненная емкость легких. | в) детский динамометр.  |

## **Тема 18. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии**

### **Задание 1**

#### ***Вопросы к письменной контрольной работе***

1. Каковы основные направления коррекционной работы с детьми разного уровня здоровья?
2. Какая коррекционная работа проводится с детьми, имеющими отклонения в физическом и двигательном развитии?
3. Какие методы используются для коррекции двигательной активности детей малой подвижности?
4. Каковы особенности детской стопы?

5. В чем специфика использования физкультурного оборудования и пособий на физкультурных занятиях для профилактики плоскостопия?
6. Каково содержание медико-педагогического контроля на физкультурных занятиях за состоянием здоровья детей?

**Тема 19. Преподавание курса  
«Методика физического воспитания  
и развития ребенка»  
в педагогическом колледже**

**Задание 1**

Составить план-конспект урока по «Методике физического воспитания и развития ребенка» в педагогическом колледже (тема по выбору студента).

**Задание 2**

Составить конспект внеклассного мероприятия со студентами педагогического колледжа (тема и форма проведения по выбору студента).

## **Дипломные и выпускные квалификационные работы**

Дипломная и выпускная квалификационная работа — итоговая научная работа студента, выполняется им на последнем курсе, оформляется в письменном виде и представляется по окончании обучения к защите перед Государственной аттестационной комиссией.

Как правило в дипломные и выпускные квалификационные работы включают материал, обобщающий ранее известные в науке сведения, дискуссионные вопросы, разработку системы учебных задач для подтверждения выдвинутых гипотез.

### **Темы дипломных работ**

#### **Вклад Т.И. Осокиной в теорию и практику физического воспитания в современных дошкольных учреждениях**

##### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Научно-педагогические идеи Т.И. Осокиной.

1. Основные направления научной деятельности Т.И. Осокиной.
2. Работа по созданию самостоятельной Типовой программы «Физическая культура в детском саду» (1984 год).
3. Разработка проблемы обучения плаванию детей дошкольного возраста в исследованиях Т.И. Осокиной.
4. Пропаганда знаний по физическому воспитанию в научно-педагогических работах Т.И. Осокиной.

*Глава 2.* Особенности применения идей Т.И. Осокиной в практике работы современных дошкольных учреждений.

1. Анализ использования идей Т.И. Осокиной в практике работы дошкольных учреждений.
2. Анализ воспитательно-оздоровительной работы проводимой в современных дошкольных учреждениях.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. — М., 1986.  
Осокина Т.И. и др. Обучение плаванию в детском саду: — М., 1991.  
Осокина Т.И. Как научить детей плавать. — М., 1959.  
Осокина Т.И. Физическое воспитание в детском саду. Из опыта работы воспитателей: Сб. ст. — М., 1960.  
Осокина Т.И. Лыжи и коньки — детям. — М., 1966.  
Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Организация и проведение физкультурных праздников в детском дошкольном учреждении. — М., 1987.

## **Вклад Ю.Ф. Змановского в развитие оздоровительного направления физического воспитания**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Современное состояние проблемы оздоровления детей дошкольного возраста в дошкольном учреждении.

1. Оздоровительная направленность в физическом воспитании (анализ литературы).
2. Вклад Ю.Ф. Змановского в развитие оздоровительной направленности физического воспитания.
3. Современное развитие оздоровительного направления.
4. Совмещение системы оздоровительной работы в дошкольном учреждении.

*Глава 2.* Практическая часть.

1. Констатирующая часть.
2. Формирующая часть.
3. Контрольная часть.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / Авт.-сост. Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. — М., 2001.
- Змановский Ю.Ф. Биологические ритмы и воспитание здоровья детей // Дошкольное воспитание, 1982. — № 2.
- Змановский Ю.Ф. Биоритмы — основа режима // Дошкольное воспитание, 1988. — № 4.
- Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в детском учреждении // Дошкольное воспитание, 1993. — № 9.
- Змановский Ю.Ф. Двигательная активность и закаливание — ведущие факторы укрепления здоровья ребенка // Дошкольное воспитание, 1988. — №8.

- Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник // Дошкольное воспитание, 1995. — № 5.
- Змановский Ю.Ф. К здоровью без лекарств. — М., 1990.
- Змановский Ю.Ф. Нетрадиционные методы оздоровления детей // Охрана материнства и детства, 1989. — № 7.
- Змановский Ю.Ф. Нормальный сон // Дошкольное воспитание, 1988. — № 5.
- Змановский Ю.Ф. Рациональное питание // Дошкольное воспитание, 1988. — № 7.
- Змановский Ю.Ф. Учеба и здоровье // Дошкольное воспитание, 1988. — № 10.
- Змановский Ю.Ф., Лукоянов Ю.С. С аттестатом здоровья. — М., 1981.

## **Развитие двигательных функций у детей раннего возраста (гибкость)**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблем исследования.

1. Психолого-педагогические исследования проблемы развития двигательных функций у детей раннего возраста.
2. Особенности возрастного развития двигательных функций у детей 2–3 лет.
3. Особенности развития гибкости у детей раннего возраста.

*Глава 2.* Педагогические условия развития гибкости у детей 2–3 лет.

1. Диагностика уровня физического развития детей 3-го года жизни (констатирующий эксперимент).
2. Содержание и методика развития гибкости у детей 2–3 лет (формирующий эксперимент).
3. Контрольный эксперимент.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Бальсевич В.К. Ваши дети. — М., 1985.
- Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. — М., 1966.
- Вильчковский Э.С. Развитие двигательной функции у детей. — Киев, 1986.
- Власенко С. Гибкость — важный фактор здоровья. — Мн., 1992.
- Голубева Л.Г. К вопросу об особенностях физического развития детей раннего возраста // Педагогические условия психофизического благополучия детей раннего возраста /Под ред. Л.Н. Павловой. — М., 1994.

- Контроль за физическими качествами. — Смоленск, 1988.
- Курабшин Ю.Ф. Методы развития физических качеств. — Л., 1980.
- Лях В.И. Координационные способности ребенка. — Минск, 1989.
- Ноткина Н.А. Развитие двигательных качеств // Дошкольное воспитание, 1980. — № 2.
- Павлова Л. О современных проблемах раннего детства // Дошкольное воспитание, 2003. — № 8.
- Хана Толгас. Как развивать гибкость и не стареть. — СПб., 1994.
- Юрко Г.П., Спирина В.Л., Сорочек Р.Г., Уварова З.С. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста. — М., 1978.

## **Формирование положительных лидерских качеств**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1. Теоретические основы проблемы исследования.*

1. Феномен лидерства как педагогическая проблема.
2. Педагогические условия формирования лидерских качеств у детей.
3. Влияние группы на формирование лидерских качеств.
4. Методы выявления и коррекции статуса ребенка в группе сверстников.
5. Подвижная игра как условие проявления лидерских качеств личности дошкольника.
6. Обсуждение результатов анализа литературы и постановка исследования.

*Глава 2. Экспериментальное изучение личности ребенка-лидера.*

1. Постановка исследования.
2. Констатирующий этап исследования.
3. Формирующий этап исследования.
4. Контрольный этап исследования.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Кон И.С. Психология самостоятельности // Педагогика здоровья. — М., 1992
- Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М., 1975.
- Леонтьев А.Н. Психологические основы дошкольной игры // Проблемы развития психики. — М., 1981.
- Мухина В.С. Детская психология. — М., 1978.
- Мухина В.С. К проблеме социального развития ребенка // Психологический журнал, 1980. — № 1.

- Новикова Л.И., Куракин А.Т. Педагогическая концепция детского коллектива // Вопросы психологии, 1983. — № 5.
- Психология личности и деятельности дошкольника / Под ред. А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина. — М., 1965.
- Репина Т.А. Деятельность и взаимоотношения дошкольников. — М., 1987.
- Сенько Т.В. Зависимость положения дошкольников в группе сверстников от формирования их личностного поведения // Вопросы психологии, 1989. — № 1.
- Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

## **Использование средств физического воспитания в повышении эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Проблема эмоционального благополучия дошкольников в современных психолого-педагогических исследованиях.

1. Характеристика эмоционального благополучия у дошкольников.
2. Потенциал средств физического воспитания в повышении эмоционального благополучия детей.

*Глава 2.* Педагогические условия повышения эмоционального благополучия младших дошкольников.

1. Характеристика эмоционального состояния детей в период их адаптации к дошкольному учреждению.
2. Технология использования средств физического воспитания для нормализации и повышения эмоционального благополучия детей.
3. Динамика уровня эмоционального благополучия детей.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонение. — М., 1990.
- Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. — М., 1976.
- Гализова Л.Н. Как помочь быстрее адаптироваться в детском саду // Дошкольное воспитание, 1996. — № 6.
- Диагностика и коррекция психического развития дошкольника / Под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько. — Мн., 1997.

- Захаров А.И.* Предупреждение отклонений в поведении дошкольника. — СПб., 1997.
- Изард К.* Эмоции человека. — М., 1980.
- Кошелева А.Д.* Проблема эмоционального мироощущения ребенка в детской практической психологии // Психолог в детском саду, 2000 — № 2–3.
- Психологическая помощь при ранних нарушениях эмоционального развития /Сост. Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг. — М., 2001.
- Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. — М., 1986.
- Соловьева Е.А.* Адаптация ребенка в детском саду// Дошкольное воспитание, 1997. — № 6.
- Степанова Г.* Эмоциональное состояние ребенка дошкольника и их педагогическая оценка в условиях детского сада // Дошкольное воспитание, 1998. — № 5.
- Эмоциональное развитие дошкольников/Под ред. А.Д. Кошелевой. — М., 1985.
- Якобсон С.Г., Соловьева Е.В.* Дошкольник, каков он? — М., 2002.

## **Подвижные игры в развитии ловкости старшего дошкольника**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Развитие ловкости как проблема исследования.
2. Методика развития ловкости у дошкольников.
3. Методика использования подвижных игр.
4. Обсуждение анализа литературы и постановка экспериментальной части исследования.

*Глава 2.* Педагогические условия развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

1. Диагностика развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста (констатирующий эксперимент).
2. Разработка системы подвижных игр, направленных на развитие ловкости у детей старшего дошкольного возраста (формирующий эксперимент).
3. Анализ результатов исследования (контрольный этап исследования).

Выводы.

Методические рекомендации.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Васильева Н.В.* Как вырастить ребенка здоровым и ловким. — М., 2003.
- Давайте поиграем! Организация и проведение игровых занятий с детьми /Авт.- сост. Г.Л. Анцупова.* — Ростов н/Д. — 2000.
- Доскин В.А., Голубева Л.Г.* Растем здоровыми. — М., 2002.
- Жуков М.Н.* Подвижные игры. — М., 2002.
- Крусева Т.О.* Справочник инструктора по физической культуре в детских дошкольных учреждениях. — Ростов н/Д. — 2005.
- Луури Ю.Ф.* Физическое воспитание детей в детском саду. — М., 1991.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С.* Игры и развлечения детей на воздухе. — М., 1983.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

## **Обучение основным движениям в подвижных играх детей старшего дошкольного возраста**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Проблема формирования и совершенствования основных движений.

1. Развитие основных движений у детей старшего дошкольного возраста.
2. Место подвижных игр в обучении дошкольников основным движениям.
3. Обучение детей прыжковым упражнениям в современных исследованиях. Методика использования подвижных игр при обучении прыжковым упражнениям.
4. Обсуждение результатов анализа литературы и постановка опытной работы.

*Глава 2.* Задачи и методы экспериментальной работы с детьми.

1. Анализ содержания и методов обучения в практике дошкольных учреждений.
2. Особенности формирования навыков в прыжковых упражнениях у детей старшего дошкольного возраста (констатирующий эксперимент).
3. Разработка педагогических условий обучения детей старшего дошкольного возраста прыжковым упражнениям (формирующий эксперимент).
4. Анализ результатов исследования (контрольный этап исследования).

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Аракелян О.Г., Карманова Л.В.* Обучение прыжкам в детском саду // Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания» /Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1984.
- Бернштейн Н.А.* Очерки по физиологии движений и физиологии активности. — М., 1966.
- Бернштейн Н.А.* Физиология движений и активность. — М., 1990.
- Былеева Л.В., Коротков И.М.* Подвижные игры. — М., 1982.
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Запорожец А.В.* Развитие произвольных движений. — М., 1960.
- Конторович М.М.* Подвижные игры в детском саду. — М., 1961.
- Обучение детей дошкольного возраста основным двигательным навыкам: Методические рекомендации. — М., 1989.
- Потехина Н.В.* Обучение основным движениям на этапе их совершенствования // Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе /Под ред. Т.И. Осокиной. — М., 1980.
- Трофимова Л., Романова В.* Обучение детей прыжкам // Дошкольное воспитание, 1983. — № 7.

## **Обучение детей старшего дошкольного возраста равновесию как основы развития координационных способностей**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Состояние проблемы развития способности к равновесию у детей дошкольного возраста на основе анализа литературных источников.
2. Психолого-педагогические исследования методов развития способности к равновесию у детей старшего дошкольного возраста.
3. Анализ программ по физическому воспитанию.
4. Задачи, методика и организация опытно-экспериментальной работы.

*Глава 2.* Педагогические условия развития равновесия у детей старшего дошкольного возраста.

1. Диагностика упражнений в равновесии у детей старшего дошкольного возраста (констатирующая часть исследования).

2. Разработка системы педагогических средств, направленных на развитие равновесия (формирующая часть исследования).

3. Анализ результатов констатирующей части исследования.  
Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

*Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.

*Бернштейн Н.А.* Физиология движений и активность. — М., 1990.

*Вильковский Э.С.* Развитие моторики у детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры, 1972. — № 6.

*Вильковский Э.С.* Развитие двигательной функции детей. — Киев, 1983.

*Осокина Т.И.* Развитие функции равновесия // Физическое воспитание детей дошкольного возраста /Под ред. М.Ю. Кистяковской. — М., 1978.

*Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

## **Фольклор в физическом воспитании детей дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретический анализ проблемы.

1. Состояние проблемы использования фольклора в воспитании детей. Анализ психолого-педагогической литературы.
2. Методика использования фольклора в физическом воспитании детей дошкольного возраста.
3. Классификация русского детского фольклора применительно к двигательной деятельности детей.
4. Обсуждение проблемы исследования и постановка экспериментальной работы.

*Глава 2.* Опытнo-экспериментальная работа.

1. Констатирующий этап работы.
2. Разработка фольклорных физкультурных занятий и их апробация в процессе формирующего эксперимента.
3. Сравнительный анализ эффективности организации физкультурных занятий с использованием фольклора и занятий обычного типа.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## Литература

- Асташина М.П., Трещева О.Л. Фольклор в физическом воспитании дошкольников // Дошкольное воспитание, 1997. — № 3.
- Асташина М.П., Трещева О.Л. Использование русских танцевальных упражнений в работе по физическому воспитанию детей дошкольного возраста // Физкультурное образование Сибири, 1995. — № 2.
- Асташина М.П. Организация и методика проведения физкультурных занятий и утренней гимнастики в сочетании с фольклорным материалом в дошкольных учреждениях // Физкультурное образование Сибири, 1995. — № 1.
- Детский фольклорный праздник/Сост. Л.В. Фибих, Н.В. Курбатова. — Кемерово, 1997.
- Зуб А. Ой та, сынок, медовой сахарок, румяный пирожок, березовый душок // Дошкольное воспитание, 1998. — № 2.
- Зуева Т.В., Кирдан Б.П. Русский фольклор. — М., 1998.
- Игры детей мира/ Сост. Т.И. Линго. — Ярославль, 1998.
- Литвинова М.Ф. Народные подвижные игры. — М., 1986.
- Мельников М.Н. Русский детский фольклор. — М., 1987.
- Музыкально-двигательные упражнения в детском саду/Сост. Е.П. Раевская. — М., 1991.
- Остроух Г. Программа «Музыкальный фольклор как средство развития музыкальных способностей детей» // Дошкольное воспитание, 1994. — № 9.
- Хлысталова А.Н. Кружок «Народные игры» // Начальная школа, 1989. — № 8.
- Якуб С.К. Вспомним забытые игры. — М., 1988.

## Педагогические условия оптимизации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста основным движениям (прыжки)

### Примерный план

Введение.

**Глава 1.** Современное состояние проблемы оптимизации обучения основным движениям.

1. Психолого-педагогическая характеристика оптимизации процесса обучения движениям.
2. Развитие основных движений у детей дошкольного возраста.
3. Оптимизация процесса обучения детей прыжковым упражнениям в современных исследованиях.

**Глава 2.** Задачи, методы и организация опытно-экспериментальной работы.

1. Особенности формирования навыков в прыжковых упражнениях у детей старшего дошкольного возраста (контрастирующий эксперимент).

2. Разработка педагогических условий оптимизации обучения детей старшего дошкольного возраста прыжковым упражнениям (формирующий эксперимент).
3. Анализ результатов исследования (контрольный этап исследования).

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Аракелян О.Г., Карманова Л.В.* Обучение прыжкам в детском саду // Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» /Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1984.
- Бальсевич В.К.* Исследования локомоторной функции у детей. — М., 1980.
- Бернштейн Н.А.* Очерки по физиологии движений и физиологии активности. — М., 1966.
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Вильчковский Э.С.* Обучение детей дошкольного возраста основным двигательным навыкам: Методические рекомендации. — М., 1988.
- Запорожец А.В.* Развитие произвольных движений. — М., 1960.
- Кольцова М.М.* Двигательная активность и развитие функций ребенка. — М., 1973.
- Потехина Н.В.* Обучение основным движениям на этапе их совершенствования // Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе /Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1980.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

## **Развитие быстроты у детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Проблема индивидуально-дифференцированного подхода и индивидуальных различий в обучении и физическом развитии детей дошкольного возраста.
2. Быстрота как проблема исследования.
3. Методы развития быстроты в дошкольном воспитании.
4. Постановка экспериментальной части исследования.

*Глава 2.* Дифференцирование развития быстроты в старшем дошкольном возрасте в условиях дошкольного учреждения.

1. Диагностика проявления быстроты у детей 6–7 лет.
2. Разработка педагогических условий, основанных на дифференцированном подходе, к развитию быстроты у детей старшего дошкольного возраста
3. Анализ эффективности проведенной работы по развитию быстроты у детей старшего дошкольного возраста

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981.
- Ветошкина Е.А.* Развитие и диагностика физических качеств у детей старшего дошкольного возраста. — Комсомольск -на- Амуре, 1998.
- Вильковский Э.С.* Развитие двигательных функций у детей. — Киев, 1983.
- Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. — СПб., 1993.
- Развитие двигательных качеств у детей дошкольного возраста. Игры и упражнения: Методические рекомендации/Авт.-сост. Н.А. Ноткина. — СПб., 1995.
- Ноткина Н.А.* Воспитываем физические качества // Дошкольное воспитание, 1980. — № 12.

## **Бег как средство развития выносливости**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы проблемы исследования.

1. Психолого-педагогические исследования проблемы выносливости и методы ее развития у детей дошкольного возраста.
2. Использование беговых упражнений в развитии выносливости у детей дошкольного возраста.
3. Постановка опытно-экспериментальной работы.

*Глава 2.* Педагогические условия использования беговых упражнений в развитии выносливости.

1. Особенности обучения детей дошкольного возраста беговым упражнениям (констатирующий эксперимент).
2. Методика использования беговых упражнений в развитии выносливости (формирующий эксперимент).
3. Контрольный эксперимент.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981.
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1893.
- Вильчковский Э.С.* Развитие двигательных функций у детей. — Киев, 1983.
- Залесский М.З., Резер Л.Ю.* Путешествие в страну бега. — М., 1986.
- Коробейников Н.К.* и др. Физическое воспитание. — М., 1989.
- Коробов А.Н.* О беге — почти все. — М., 1986.
- Кудрявцев В.Г., Кудрявцева Ж.В.* Спорт мира и мир спорта. — М., 1987.
- Лях В.И.* Выносливость: основы измерения и методика развития // Физическая культура в школе, 1998. — № 1.
- Ноткина Н.А.* Воспитываем физические качества // Дошкольное воспитание, 1980. — № 12.
- Ноткина Н.А.* Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. — СПб., 1993.

## **Методика обучения бегу мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Психолого-педагогические аспекты исследования бега.
2. Психофизические различия мальчиков и девочек.
3. Педагогические условия, обеспечивающие эффективное обучение бегу.
4. Анализ программ физического воспитания по обучению бега.
5. Обсуждение результатов анализа литературы и постановка экспериментальной части исследования.

*Глава 2.* Практическая часть исследования.

1. Констатирующий этап исследования.
2. Формирующий этап исследования.
3. Контрольный этап исследования.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Быкова А.И.* Обучение детей дошкольного возраста основным движениям. — М., 1962.
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Вильчковский Э.С.* Развитие двигательных функций у детей. — Киев, 1983.
- Волков Л.В.* Физические способности детей и подростков. — Киев, 1981.

- Залесский М.З., Резер Л.Ю.* Путешествие в страну бега. — М., 1986.
- Репина Т.А.* Одинаково ли воспитывать сыновей и дочерей? // Дошкольное воспитание. — 1993. — № 4.
- Стрелова М.* Раздельное воспитание: за и против // Дошкольное воспитание, 2000. — № 4.
- Филиппова С.О.* Мир движений мальчиков и девочек — СПб., 2001.

## **Использование средств физического воспитания (упражнения в метании) в подготовке детей к школе**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблем значения физических упражнений в подготовке детей к обучению в школе.

1. Физическое воспитание дошкольников как предпосылка успешного обучения в школе.
2. Развитие координационных способностей у детей.
3. Развитие ручной умелости при подготовке детей к школе.
4. Постановка опытно-экспериментальной работы.

*Глава 2.* Педагогические условия развития у детей координации движений мышц рук и туловища.

1. Особенности формирования упражнений в метании в старшем дошкольном возрасте.
2. Разработка системы средств и методики использования физических упражнений — упражнений в метании для подготовки к школе.
3. Анализ результатов исследования.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Адаптация организма учащихся к учебной и физической нагрузкам/Под ред. А.Г. Хрипковой, М.В. Антроповой. — М., 1983.
- Аркин Е.А. Ребенок в дошкольные годы. — М., 1998.
- Безруких М.М., Ефимова С.П., Князева М.Г. Как подготовить ребенка к школе и по какой программе лучше учиться? — М., 1993.
- Вильчковский Э.С. Развитие двигательной функции у детей. — Киев, 1983.
- Гурьянов Е.В. Психология обучения письму: формирование графических навыков письма. — М., 1959.
- Сековец Л.С. Физическое воспитание детей дошкольного возраста с монокулярным зрением. — Нижний Новгород, 2000.
- Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе (из опыта работы)/Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1980.

# Проблема включения детей с ограниченными возможностями в физкультурные занятия

## *Примерный план*

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Морфофункциональные особенности детей с ограниченными возможностями старшего дошкольного возраста.
2. Сущность комплексной реабилитации детей с ограниченными возможностями.
3. Физкультурные занятия — основная форма обучения детей с ограниченными возможностями.
4. Обсуждение результатов теоретической части исследования и постановка эксперимента.

*Глава 2.* Практическая часть.

1. Оценка физического состояния детей с ограниченными возможностями (констатирующий эксперимент).
2. Методика проведения физкультурных занятий (формирующий эксперимент).
3. Анализ исследования (контрольный эксперимент).

Выводы.

Практические рекомендации.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Алиев М.Н. Физическое воспитание дошкольников с ослабленным здоровьем. — Ашхабад, 1984.
- Башкурова М.М., Гусев С.И. Формирование интереса инвалидов к занятиям физической культурой и спортом. Зарубежный опыт. — М., 1992.
- Галанов А.С. Игры, которые лечат. — М., 2001.
- Годунова К.Ф. Игровой метод в системе реабилитации детей-инвалидов с ДЦП. — М., 1999.
- Давыдов В.В. Морфофункциональные показатели развития моторики у детей 3–6-летнего возраста разных типов конституции. — М., 1995.
- Дубровский В.И. Лечебная физическая культура. — М., 1998.
- Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика. — М., 1997.
- Рунова М.А., Бурба И., Храмцов П.И. Физическое воспитание дошкольников с функциональными нарушениями опорно-двигательного аппарата // Дошкольное воспитание, 2003. — №.4.

# Развитие ловкости у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата

## Примерный план

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблемы исследования.

1. Психолого-педагогические проблемы развития ловкости у детей дошкольного возраста.
2. Особенности развития опорно-двигательной системы и виды основных нарушений опорно-двигательного аппарата у детей.
3. Методика развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста с ортопедическими нарушениями.

*Глава 2.* Педагогические условия развития ловкости у детей с ортопедическими нарушениями.

1. Организация исследования и разработка методов.
2. Анализ результатов констатирующего эксперимента.
3. Анализ результатов формирующего эксперимента.
4. Анализ результатов контрольного эксперимента.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## Литература

- Алиев М.Н. Формирование правильной осанки // Дошкольное воспитание, 1993. — № 2.
- Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. — М., 1991.
- Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981.
- Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. — М., 2000.
- Глушкова Г.В., Голубева Л.Г., Прилепина И.В. Здоровье и физическое развитие детей старшего дошкольного возраста: Вариативные формы дошкольного образования. — М., 2002.
- Глушкова Г.В., Гиришвич М.В. Организация профилактики нарушения осанки и плоскостопия у дошкольников: Методическое пособие. — М., 2002.
- Донской Д.Д. Биомеханическое обоснование строения действия. — М., 1998.
- Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. — М., 2003.
- Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. — М., 2002.
- Организация медицинского контроля за развитием и здоровьем дошкольников и школьников на основе массовых скрининг — тестов и их оздоровление в условиях детского сада, школы/Под ред. Г.Н. Сердюковской. — М., 1995.

- Осанка, ее нарушения и их профилактика средствами физкультуры. — Мн., 1991.
- Полозова А.А. О выявлении и профилактике нарушений осанки и сколиозов у детей. — Л., 1982.
- Справочник по детской лечебной физкультуре/Под ред. М.И. Фонарева. — М., 1983.
- Туревский И.М. Ловкость как комплекс психологии и моторных способностей. — Таганрог, 1980.
- Туревский И.М., Филин В.П., Кофман Л.Б. Зигзаг ловкости. — Тула, 1993.

## **Совершенствование походки у девочек старшего дошкольного возраста**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы проблемы исследования.

1. Исследование развития походки в онтогенезе. Структурные компоненты походки и биодинамика нормальной походки.
2. Формирование походки дошкольников в процессе физического воспитания.
3. Анатомо-физиологические особенности девочек старшего дошкольного возраста.
4. Обсуждение результатов анализа литературы. Постановка экспериментальной части исследования.

*Глава 2.* Организация экспериментальной работы.

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. — М., 1966.
- Бочарова Н.И. Некоторые вопросы дифференцированного подхода в физическом воспитании мальчиков и девочек // Дошкольное воспитание, 1992. — № 12.
- Букреева Д.П., Косилов С.А., Тамбиев А.П. Возрастные особенности циклических движений детей и подростков. — М., 1978.
- Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Вильковский Э.С. Развитие двигательной функции у детей. — Киев, 1983.

- Давыдов В.Ю. Морфофункциональные показатели и развитие моторики у детей 3–6-летнего возраста разных типов конституции // Теория и практика физической культуры, 1995. — № 11.
- Еремеева Д.В. Хризман Т.П. Мальчики и девочки — два разных мира. — М., 1998.
- Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей дошкольного возраста /Под ред. М.В. Антроповой, М.М. Кольцовой. — М., 1983.
- Репина Т.А. Одинаково ли воспитывать сыновей и дочерей? // Дошкольное воспитание, 1993. — №4.
- Скворцов Д.В. Клинический анализ движений. Анализ походки. — Иваново, 1996.
- Тюрина Т.В. Конституционные особенности развития двигательных навыков и речи у детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры, 1994. — №7.
- Филиппова С.О. Мир движений мальчиков и девочек. — СПб., 2001.
- Янсон Х.А. Биомеханика нижней конечности. — Ростов, 1975.

## **Воспитание у детей доброжелательных отношений на физкультурных занятиях**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы проблемы воспитания доброжелательных взаимоотношений у детей 6 года жизни на физкультурных занятиях.

1. Доброжелательные отношения как психологическая и педагогическая проблема.
2. Физкультурные занятия как двигательная деятельность, направленная на воспитание доброжелательных отношений.

*Глава 2.* Содержание и методика экспериментальной работы.

1. Особенности проявления доброжелательных отношений у детей 6 года жизни на физкультурных занятиях.
2. Воспитание доброжелательных отношений старших дошкольников со сверстниками в процессе физкультурных занятий.
3. Динамика проявления доброжелательных отношений у старших дошкольников.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Артемова Л.В.* Формирование общественной направленности ребенка-дошкольника. — Киев, 1988.
- Буре Р.С.* Детский сад: некоторые проблемы гуманизации педагогического процесса // Дошкольное воспитание, 1984. — №3.
- Вавилова Е.Н.* Нравственное воспитание старших дошкольников в процессе физкультурных занятий в детском саду // Физическая культура и спорт в системе коммунистического воспитания молодежи. — М., 1981.
- Выготский Л.С.* Проблема возраста. Собр. соч. — М., 1984.
- Запорожец А.В.* Особенности различных видов детской деятельности их роль в психическом развитии ребенка // Избранные психологические труды. В 2 т. Т.1. — М., 1986.
- Лескова Г.П.* Педагогическая оценка деятельности детей на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 1980. — № 2.
- Смирнова Е., Холмогорова В.* Дошкольный возраст: формирование доброжелательных отношений // Дошкольное воспитание, 2003. — №9.

## **Использование физических упражнений в нравственном воспитании дошкольников**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Современное состояние проблемы воспитания доброжелательных отношений у детей старшего дошкольного возраста посредством физических упражнений.

1. Психолого-педагогическая характеристика проблемы доброжелательных отношений, особенности их проявления у детей старшего дошкольного возраста.
2. Возможности воспитания доброжелательных отношений в разных видах совместной деятельности.
3. Воспитание доброжелательных отношений посредством физических упражнений.
4. Выводы по первой главе.

*Глава 2.* Педагогические условия воспитания доброжелательных отношений посредством физических упражнений.

1. Задачи и методы проведения констатирующего этапа эксперимента.
2. Задачи, содержание, этапы формирующего эксперимента.
3. Контрольный эксперимент.
4. Основные выводы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Вавилова Е.Н.* Нравственное воспитание старших дошкольников в процессе физкультурных занятий в детском саду // *Физическая культура и спорт в системе коммунистического воспитания молодежи.* — М., 1981.
- Воспитание и обучение детей пятого года жизни/Под ред. В.В. Холмовской. — М., 1986
- Воспитание нравственных чувств у старших дошкольников/Под ред. А.М. Виноградовой. — М., 1989.
- Деятельность и взаимоотношение дошкольников/Под ред. Т.А. Репиной. — М., 1987.
- Дошкольная педагогика. В 2 ч. /Под ред. В.И. Логиновой и П.Г. Саморуковой. — М., 1988. Ч. 1.
- Козлова С.А., Куликова Т.А.* Дошкольная педагогика. — М., 2004.
- Марьенко И.С.* Нравственное становление личности школьника. — М., 1985.
- Нравственное воспитание в детском саду/Под ред. В.Г. Нечаевой, Т.А. Марковой — М., 1984.
- Основы дошкольной педагогики/Под ред. А.В. Запорожца, Т.А. Марковой. — М., 1980.
- Смирнова Е., Холмогорова В.* Дошкольный возраст: формирование доброжелательных отношений // *Дошкольное воспитание*, 2003. — № 9.
- Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.

## **Влияние физических упражнений на психическое развитие ребенка**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Взаимосвязь моторного и психического развития.
2. Особенности развития психики детей старшего дошкольного возраста.
3. Развитие точности движений как проблема исследования.
4. Использование подвижных игр в физическом воспитании детей.

*Глава 2.* Практическая часть исследования.

1. Диагностика уровня развития точности движений у детей старшего дошкольного возраста.
2. Диагностика избирательности внимания.
3. Анализ результатов экспериментальной части исследования.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Вавилова Е.Н.* Развитие двигательных качеств у детей 6–7 лет в процессе физического воспитания // Развитие двигательных способностей у детей. — М., 1976.
- Васютина А.И.* Влияние тренировки на точность локомоторных актов у детей. — М., 1959.
- Гальперин П.Я.* К исследованию интеллектуального развития ребенка // Вопросы психологии, 1968. — № 1.
- Голомазов С.В., Зацiorsкий В.М.* Точность двигательных действий. — М., 1979.
- Денисова И.М.* Изучение путей формирования точностных движений у человека. — М., 1972.
- Запорожец А.В.* Педагогические и психологические проблемы всестороннего развития и подготовка к школе старших дошкольников // Дошкольное воспитание, 1972. — № 4.
- Лукьяненко В.П.* Точность движений: проблемные аспекты теории и их прикладное значение // Теория и практика физической культуры, 1991. — № 4.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

## **Формирование активности у детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблемы исследования.

1. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме формирования активности у детей старшего дошкольного возраста.
2. Формирование двигательной активности как компонента активности ребенка.
3. Физкультурные занятия как форма двигательной активности детей.
4. Постановка цели и задач исследования.

*Глава 2.* Экспериментальное решение проблемы.

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Боген М.М.* Обучение двигательным действиям. — М., 1985.
- Бочарова Н.И., Сазонова В.В.* Как правильно и интересно организовать работу по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях. — М., 1996.
- Вильковский Э.С.* Формирование двигательных качеств у детей дошкольного возраста. — М., 1983.
- Грохольский Г.Ю.* Двигательная активность детей дошкольного возраста: Методические рекомендации. — Мн., 1992.
- Кольцова М.Н.* Двигательная активность и развитие функций мозга. — М., 1973.
- Осокина Т.И.* Физическая культура в детском саду. — М., 1986.
- Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2004.
- Твой друг — игра / Под ред. Е.В. Кордяк. — М., 1988.

## **Организация двигательной активности на открытом воздухе как средство физического развития детей**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Роль двигательной активности на открытом воздухе в физическом развитии дошкольника.
2. Структура, содержание, методика проведения физкультурных занятий на воздухе.
3. Анализ программ по физическому воспитанию детей дошкольного возраста и организация физкультурных занятий на воздухе в практике дошкольных учреждений.
4. Обсуждение результатов анализа литературы и постановка экспериментальной части работы.

*Глава 2.* Содержание и анализ экспериментальной работы.

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Выводы и рекомендации.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Змановский Ю.Ф.* Воспитаем детей здоровыми. — М., 1989.
- Кириллова Ю.А.* Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы (ОНР). — М., 2005.

- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения на воздухе. — М., 1983.
- Рунова М.А. Двигательная активность детей на прогулке // Роль физического воспитания в подготовке к школе/Под ред. Ю.Ф. Змановского. — М., 1980.
- Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2000.
- Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. — М., 1983.
- Юрко Г.П. Организация двигательной активности детей // Дошкольное воспитание, 1979. — № 10.

## **Использование танцевальных упражнений в физическом воспитании старших дошкольников**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы проблемы исследования.

1. Активный отдых в физическом развитии детей дошкольного возраста.
2. Роль танцевальных упражнений в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста.
3. Методика использования танцевальных упражнений в работе с детьми дошкольного возраста.
4. Обсуждение результатов и постановка эксперимента.

*Глава 2.* Педагогические условия использования танцевальных упражнений в физическом воспитании дошкольников.

1. Констатирующий этап исследования.
2. Формирующий этап исследования.
3. Контрольный этап исследования.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Бекина Е.И. Музыка и движения для детей 6–7 лет. — М., 1984.
- Боген М.М. Обучение двигательным действиям. — М., 1985.
- Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика». — СПб., 1997.
- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. — М., 1967.
- Горшкова В.Г. Учимся танцевать. Путь к творчеству. — М., 1993.
- Горшкова Е.В. О музыкально-двигательном творчестве в танце // Дошкольное воспитание, 1991. — № 12.
- Ерастова Л.П. Организация разных форм активного отдыха в детском саду // Дошкольное воспитание, 1992. — № 2,3,4,9,10.

- Раевская Е., Руднева С., Соболева Г., Ушакова З.* Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. — М., 1969.
- Ротерс Т.Т.* Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. — М., 1989.
- Семенова Л.М., Ильина Л.Ю., Рожкова Н.В.* Танцевальные упражнения в детском саду // Теория и практика физической культуры, 1990. — № 11.

## **Ритмическая гимнастика в системе физического воспитания в старшей группе**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблемы.

1. Состояние проблемы развития ребенка средствами музыки и ритма.
2. Механизм воздействия музыки на движение.
3. Содержание, формы и методы ритмической гимнастики в детском саду.
4. Анализ программ по использованию музыкально-ритмических движений в дошкольном учреждении.

*Глава 2.* Опытно-педагогическая работа.

1. Изучение состояния использования ритмической гимнастики в физическом воспитании дошкольников (констатирующий эксперимент).
2. Разработка и применение музыкально-ритмических движений в работе с детьми по физическому воспитанию (формирующий эксперимент).
3. Сравнительный анализ эффективности организации физкультурных занятий с использованием музыкально-ритмических движений для физического развития ребенка (контрольный эксперимент).

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Агаджанян Н.А.* Музыка и здоровье // Зерно жизни. — М., 1997.
- Александрова Н.Г.* О ритмическом воспитании. — М., 1920.
- Бекина Е.И.* Музыка и движения для детей 6–7 лет. — М., 1984.
- Бирюк Е.В.* Ритмическая гимнастика: Методические рекомендации. — Киев, 1986.
- Ветлугина Н.А.* Музыкальное развитие ребенка. — М., 1967.
- Ефименко Н.Н.* Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. — М., 1999.

- Запорожец А.В.* Развитие произвольных движений. — М., 1960.
- Засыпкина А.* Ритмическая гимнастика // Дошкольное воспитание, 1996. — № 11.
- Иова Е.Н., Иоффе И.Я.* Утренняя гимнастика под музыку. — М., 1984.
- Иванова О.А., Шарабарова И.Н.* Занимайтесь ритмической гимнастикой. — М., 1998.
- Лисицкая Т.* Ритм. Пластика. — М., 1988.
- Метлов Н.А.* Музыка — детям. — М., 1985.
- Михайлов В.В., Тиунова О.В., Крамина С.В., Белецкая М.М.* Интенсивность мышечной нагрузки на занятиях ритмической гимнастикой // Теория и практика физической культуры, 1986. — № 1.
- Роттерс Т.Т.* Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. — М., 1982.

## **Тренажерные устройства в работе с детьми дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблемы исследования.

1. Организационно-методические основы обучения движениям на физкультурных занятиях.
2. Механизм воздействия пособий и тренажеров.
3. Методика применения тренажерных устройств в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста.
4. Анализ авторских программ по использованию тренажеров.

*Глава 2.* Практическая часть.

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Баранов В.М.* Ключ к успеху в занятиях на тренажерах // Физкультура и спорт, 1988. — № 3.
- Бауэр В.А., Солодков С.С.* Рациональное дозирование нагрузок при обучении технике движений детей — шестилеток // Теория и практика физической культуры, 1990. — № 11.
- Глузман Л.С., Баранов В.М.* Домашние тренажеры. — М., 1985.
- Гужаловский А.А.* Домашний спортуголок. — М., 1988.
- Денискин Д.Н., Судakov В.И.* Домашний стадион. — М., 1988.

- Ефименко Н.Н.* Как интересно и доступно оборудовать физкультурный зал (площадку), кабинет ЛФК, двигательный уголок в дошкольном учреждении и дома. — Одесса, 1992.
- Использование спортивных тренажеров и нестандартного оборудования в работе с дошкольниками: Методические рекомендации. — М., 1990.
- Козлова Т.В., Рябухина Т.А.* Физкультура для всей семьи. — М., 1990.
- Мельник В.В.* Методические рекомендации по применению тренажеров в системе занятий физическими упражнениями и играми старших дошкольников. — Курск, 1991.
- Рунова М.А.* Использование тренажеров в детском саду: Методические рекомендации. — М., 2005.
- Старинин Ю.Л., Крапивник В.В., Квицкий И.М.* Твой спортивный уголок. — М., 1989.
- Тренажеры для дошкольников: Методические рекомендации/Сост. Т.С. Грядкина. — СПб., 1992.
- Физические упражнения на тренажерах: Методические рекомендации. — Одесса, 1984.
- Шишкина В.А., Мащенко М.В.* Какая физкультура нужна дошкольнику. — М., 1999.
- Юлин Ю.А., Юлин А.Ю.* Тренажеры — ваше здоровье: сила, быстрота, выносливость. — Нижний Новгород, 1990.

## **Диагностика нервно-психического развития ребенка раннего возраста как одно из условий его физического развития**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические проблемы исследования.

1. Особенности развития детей раннего возраста.
2. Воспитание и обучение, как движущая сила развития.
3. Диагностика нервно-психического развития в обеспечении индивидуального темпа развития.

*Глава 2.* Использование показателей нервно-психического развития в обеспечении индивидуального темпа развития.

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

## Литература

- Алямовская В.Г. Ясли — это серьезно. — М., 1999.
- Баркан А.И. Его величество ребенок. — М., 1996.
- Волосова Е.Б. Изучение эмоций у детей раннего возраста. — М., 1989.
- Волосова Е.Б. Развитие ребенка раннего возраста (основные показатели). — М., 1999.
- Воспитание детей раннего возраста/Под ред. Г.М. Ляминой. — М., 1976.
- Герасина Л. Раннее детство — основа всему // Дошкольное воспитание, 1998. — № 10.
- Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. — М., 2005.
- Кочетова Н.П. Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста. — М., 2005.
- Павлова Л.Н. О современных проблемах раннего возраста // Дошкольное воспитание, 2003. — № 8.
- Педагогические условия психофизического благополучия детей раннего возраста /Под ред. Л.Н. Павловой. — М., 1994.
- Печора К.Л., Пантюхина Г.Н., Голубева Л.Г. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. — М., 2002.

## Спортивные игры в развитии ловкости

### Примерный план

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблемы исследования.

1. Психолого-педагогические проблемы исследования развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.
2. Функции ловкости как результат развития координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста.
3. Роль и место спортивных игр в системе упражнений по координации движений человека.
4. Особенности использования спортивных игр в развитии ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

*Глава 2.* Педагогические условия использования спортивных игр в развитии ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

1. Особенности ловкости у детей старшего дошкольного возраста (констатирующий эксперимент).
2. Методика и организация исследования по развитию ловкости у старших дошкольников (формирующий эксперимент).

### 3. Динамика развития ловкости у старших дошкольников (контрольный эксперимент).

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

#### Литература

- Адашкявичене Э.Й.* Спортивные игры и упражнения в детском саду. — М., 1992.
- Артамонова Т.В., Якимович В.С.* Развитие координационных способностей у детей дошкольного возраста на основе многоуровневой системы построения движений // Проблемы физического воспитания детей школьного и дошкольного возраста. — Волгоград, 1995.
- Бернштейн Н.А.* О ловкости и ее развитии. — М., 1991.
- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981.
- Гришин В.Г., Осипов Н.Ф.* Малыши открывают спорт. — М., 1975.
- Матвеев Л.П.* Методы воспитания координационных способностей у детей дошкольного возраста. — Омск, 1988.
- Ноткина Н.А.* Воспитывать физические качества // Дошкольное воспитание, 1980. — № 12.
- Роль спортивных игр и упражнений в воспитании физических качеств у старших дошкольников: Методические рекомендации. — Киев, 1989.
- Туревский И.М.* Ловкость как комплекс психологии и моторных способностей. — Таганрог, 1980.
- Туревский И.М., Филин В.П., Кофман Л.Б.* Зигзаг ловкости. — Тула, 1993.
- Фомина А.И.* Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. — М., 1984.
- Шпак В.Г.* Элементы спортивных игр в детском саду. — Мн., 2004.
- Якимович В.И., Артамонова Т.В.* Современные проблемы развития ловкости // Проблемы физического воспитания детей школьного и дошкольного возраста. — Волгоград, 1994.

### Физическое воспитание часто болеющих детей

#### Примерный план

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Основные направления оздоровления и воспитания часто болеющих детей.
2. Физиологические основы формирования здоровья детей.
3. Развитие двигательной активности.
4. Эффективное закаливание в дошкольном учреждении.

5. Формирование у детей навыков рационального дыхания.
6. Обсуждение результатов анализа литературы и постановка эксперимента.

*Глава 2. Система оздоровления часто болеющих детей.*

1. Констатирующий этап исследования.
2. Формирующий этап исследования.
3. Контрольный этап исследования.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Богина Т.Л.* Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. — М., 2005.
- Богина Т.Л., Усова А.* Укреплять здоровье ослабленных и часто болеющих детей // Дошкольное воспитание, 1994. — № 6.
- Бузунова Л., Волков П.* Медико-педагогическая оздоровительная работа // Дошкольное воспитание, 2003. — № 4.
- Велитченко В.К.* Физкультура для ослабленных детей. — М., 1989.
- Глушкова Г.В., Голубева Л.Г., Прилепина И.В.* Здоровье и физическое развитие детей старшего дошкольного возраста: Вариативные формы дошкольного образования. — М., 2002.
- Доскин В.А., Голубева Л.Г.* Растем здоровыми. — М., 2002.
- Дмитриенко Т.И.* Оздоровительный режим в детском саду. — Киев, 1982.
- Егоров Б.Б., Нестерук Т.В.* Оздоровительно-воспитательная работа с ослабленными детьми в ДОУ. — Элиста, 1999.
- Кудрявцев В.Т.* Физическая культура и развитие здоровья ребенка // Дошкольное воспитание. — 2004. — № 1.
- Макарова З.С., Голубева Л.Г.* Оздоровление и реабилитация часто болеющих детей в дошкольных учреждениях. — М., 2004.
- Оздоровление детей в условиях детского сада/Под ред. Л.В. Кочетковой. — М., 2005.
- Федоровская О.* Физкультурно-оздоровительная и профилактическая работа в ДОУ // Дошкольное воспитание. — 2004. — № 1.
- Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ/Авт.-сост. О.Н. Моргунова. — Воронеж, 2005.

## **Руководство методической работой дошкольного учреждения по проблеме физического воспитания детей**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретическое обоснование проблемы.

1. Педагогические аспекты руководства методической работой дошкольного учреждения.

2. Психологические аспекты руководства методической работы дошкольного учреждения.

3. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.

*Глава 2. Содержание и анализ экспериментальной работы.*

1. Изучение уровня теоретической и методической подготовки педагогов к работе по физическому воспитанию детей дошкольного возраста на материале физического воспитания (констатирующий эксперимент).

2. Содержание и формы организации работы, направленной на повышение теоретической и методической подготовки педагогических кадров (обучающий эксперимент).

3. Констатирующий эксперимент и анализ его результатов.

Выводы.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

*Анохина Т.* Педагогический совет: как сделать эту форму работы действенной? // Дошкольное воспитание, 1991. — № 1,2,6.

*Арнаутова Е.* Педагогический поиск продолжается // Дошкольное воспитание, 1990. — № 3.

*Белая К.Ю.* Методическая работа в дошкольном учреждении. — М., 2000.

*Белая К.Ю.* О нетрадиционных формах работы // Дошкольное воспитание, 1990. — № 12.

*Васильева А.И., Бахтурина Л.А., Кобитина И.И.* Старший воспитатель детского сада. — М., 1990.

*Курочкина И.Н.* Деловая игра как форма организации воспитательно-образовательного процесса // Дошкольное воспитание, 2001. — № 5.

*Михайленко Н., Короткова Н.* Дошкольное воспитание: ориентиры и требования к обновлению содержания // Дошкольное воспитание, 1992. — № 5–6.

*Поздняк Л.В.* Основы управления образовательным учреждением. — М., 1994.

*Поздняк Л.В., Лященко Н.Н.* Управление дошкольным образованием. — М., 1996.

*Шиленюк Т.* Организация и проведение проблемных семинаров // Дошкольное воспитание, 1992. — № 5–6.

*Широкова Г.К.* Дошкольное воспитание в Москве в условиях переходного периода // Дошкольное воспитание, 1991. — № 1.

# **Роль методиста округа (района) в решении задач физического воспитания в дошкольных учреждениях**

## ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы проблемы исследования.

1. Перспективные направления развития системы физического воспитания как проблема исследования.
2. Педагогические и психологические основы физического воспитания и обучения в дошкольных учреждениях.

*Глава 2.* Анализ практики работы методиста округа по руководству физическим воспитанием.

1. Особенности работы методиста округа по организации физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях.
2. Анализ работы методиста центрального округа по руководству физическим воспитанием.
3. Формы методической работы с педагогическими коллективами.

*Глава 3.* Организация работы методиста округа по руководству физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях центрального округа.

1. Критерии оценки дошкольных учреждений по физкультурно-оздоровительной работе.
2. Практическая деятельность методиста по физкультурно-оздоровительной работе.

Заключение.

Методические рекомендации методисту (советы, сопутствующие руководству педагогическим коллективом).

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Агулова Т.Т.* Работа с педагогами по выполнению программы физического воспитания в детском саду. — М., 1995.
- Белякова В.В.* Роль методического кабинета в совершенствовании работы дошкольного учреждения по физическому воспитанию // Дошкольное воспитание, 1980. № 6.
- Уварова Л.И.* Роль методического кабинета в совершенствовании физического воспитания детей раннего возраста. — Л., 1990.
- Вильковский Э.С.* Инспектирование работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание, 1987. — № 7.

- Зайцева Ф., Викторова Н. Методическое руководство физическим воспитанием // Дошкольное воспитание, 1980. — № 12.
- Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. — М., 1989.
- Методист детского сада /Под ред. Р.С. Буре. — М., 1994.
- Нестерова З.И. Педагогический контроль за физическим воспитанием в дошкольных учреждениях: Рекомендации в помощь заведующим и воспитателям. — Шадринск, 1992.
- Никитина Г. Методическая работа с воспитателями по физическому воспитанию // Дошкольное воспитание, 1983. — № 7.
- Олонцева Г.Н. Организация контроля за физическим воспитанием детей в детском саду. — Иркутск, 1987.
- Сагайдачная Е.А., Яковлева Т.С. Научные основы проектирования творческих развивающих технологий физического воспитания дошкольников //Развивающее образование в системе дошкольного воспитания /Под ред. В.Т. Кудрявцева, Н.А. Смирновой. — Дубна, 1995.
- Старший воспитатель детского сада/Под ред. А.И. Васильевой, Л.А. Бахтуриной, И.И. Кобитиной. — М., 1980.
- Чернышенко Ю.К., Дворкин Л.С. Взрослым о физическом воспитании детей дошкольного возраста. — Краснодар, 1997.

## **Темы выпускных квалификационных работ**

### **Подвижные игры как средство развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста**

#### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Обоснование проблемы использования игровых упражнений в развитии ловкости.

1. Развитие ловкости у старших дошкольников.
2. Методика развития ловкости у детей дошкольного возраста.
3. Игры и игровые упражнения в развитии ловкости.

*Глава 2.* Педагогические условия развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста в игровых упражнениях.

1. Оценка уровня развития ловкости у старших дошкольников.
2. Разработка методики развития ловкости с использованием игровых упражнений.
3. Сравнительный анализ уровня развития ловкости у старших дошкольников.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Бернштейн Н.А.* О ловкости и ее развитии. — М., 1991
- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981
- Лях В.И.* Взаимосвязь между ловкостью и психофизическими функциями у детей и подростков. — М., 1976.
- Туревский И.М., Филин В.П., Кофман Л.Б.* Зигзаг ловкости. — Тула, 1993.
- Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.

## **Подвижные игры как одно из средств предупреждения плоскостопия детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Плоскостопие — одно из нарушений развития опорно-двигательного аппарата.

1. Плоскостопие. Механизмы формирования стопы ребенка (особенности строения стопы, отклонения в развитии).
2. Методика обследования и коррекции развития стопы ребенка.
3. Использование подвижных игр в профилактике плоскостопия.
4. Оздоровительная работа по профилактике плоскостопия.

*Глава 2.* Педагогические условия профилактики и коррекции плоскостопия.

1. Роль диагностики в профилактике и коррекции.
2. Методика дифференцированной работы с детьми по профилактике и коррекции плоскостопия.
3. Анализ проведенной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложения.

### **Литература**

- Велитченко В.К.* Физкультура для ослабленных детей. — М., 1986.
- Волков М.В., Дедова В.Д.* Детская ортопедия. — М., 1980.
- Галанов А.С.* Игры, которые лечат. — М., 1988.
- Герасименко В.* Средства для профилактики плоскостопия // Дошкольное воспитание, 1990. — № 10.
- Крусева Т.О.* Справочник инструктора по физической культуре в детских дошкольных учреждениях. — Ростов н/Д, 2006.
- Кузнецова М.* Плоскостопие // Дошкольное воспитание, 1993. — № 9.

- Ловейко И.Д.* Лечебная и физическая культура у детей при дефектах осанки, сколиоза и плоскостопии. — Л., 1982.
- Матюшонок М.Т.* Гимнастические упражнения для профилактики плоскостопия у дошкольников. — Мн., 1967.
- Михайлова Л.* Почему дети приходят в детский сад уже с нарушениями опорно-двигательного аппарата // Дошкольное воспитание, 1996. — № 12.
- Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ/Авт.-сост. О.Н. Моргунова. — Воронеж, 2005.
- Саркисян А., Овакимян Г.* Детское плоскостопие и косолапость // Дошкольное воспитание, 1991. — № 7.
- Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.
- Чоговадзе А.В.* Предупреждение и лечение плоскостопия. — М., 1965.
- Янкелевич Е.И.* Физическое воспитание детей от 0 до 7 лет. — М., 1999.

## **Влияние упражнений с гимнастическими мячами на двигательную активность детей старшего дошкольного возраста**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Исследование двигательной активности в работах отечественных педагогов.

1. Понятие и значение двигательной активности для разностороннего развития дошкольников. Структура двигательной активности. Гиподинамия и гипокинезия.
2. Условия развития двигательной активности.
3. Особенности развития двигательной активности у детей старшего дошкольного возраста.
4. Механизм воздействия упражнений с гимнастическими мячами на двигательную активность детей.

*Глава 2.* Педагогические условия использования гимнастических мячей в развитии двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.

1. Оценка двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.
2. Разработка и внедрение системы работы по обучению детей старшего дошкольного возраста упражнениям с гимнастическими мячами.
3. Анализ опытно-экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложения.

## **Литература**

- Васильева И.* Развитие основных движений в самостоятельной деятельности детей // Дошкольное воспитание, 1992. — № 7.
- Вильчковский Э.С., Пономоренко С.* Повышение двигательной активности старших дошкольников на занятиях физкультурой // Дошкольное воспитание, 1986. — № 3.
- Воротилкина И.* Организация двигательной активности дошкольников // Дошкольное воспитание, 1988. — № 6.
- Двигательная реабилитация и гимнастические мячи: Методические рекомендации.* — М., 1995.
- Змановский Ю.Ф.* Воспитаем детей здоровыми. — М., 1989.
- Карманова Л.В.* Двигательная активность и пути ее повышения в детском саду // Лекции по дошкольной педагогике. — Минск, 1986.
- Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2000.
- Рунова М.А.* Двигательная активность старших дошкольников и ее регулирование // Дошкольное воспитание, 1984. — № 3.
- Рунова М.А.* Комплексная оценка двигательной активности детей дошкольного возраста: Методические рекомендации. — М., 1996.
- Шишкина В.А.* Двигательная активность детей в играх // Дошкольное воспитание, 1984. — № 6.

## **Сюжетное физкультурное занятие как средство развития интереса к движениям у детей младшего дошкольного возраста**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Развитие интереса к движениям как проблема исследования.

1. Физкультурное занятие — основная форма работы с детьми по физическому воспитанию.
2. Особенности развития интереса к движениям у детей младшего дошкольного возраста.
3. Использование методов и приемов для развития интереса к движениям у младших дошкольников на физкультурных занятиях.
4. Руководство воспитателя в развитии интереса к движениям на физкультурных занятиях у детей младшего дошкольного возраста.

*Глава 2.* Педагогические условия развития интереса к движениям у детей младшего дошкольного возраста.

1. Оценка уровня развития интереса к движениям у детей младшего дошкольного возраста.

2. Разработка и проведение серии сюжетных физкультурных занятий, повышающих уровень развития интереса к движениям.

3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.  
Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

*Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983

*Венгер Л.А., Мухина В.С.* Психология. — М., 1988.

*Глазырина Л.Д.* Физическая культура — дошкольникам. Младший дошкольный возраст. — М., 1999.

*Литвинова М.Ф.* Физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни. — М., 2005.

*Муллаева Н.Б.* Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. — СПб., 2005.

*Осокина Т.И.* Физическая культура в детском саду. — М., 1986.

*Урунтаева Г.А.* Дошкольная психология. — М., 1998.

*Утробина К.К.* Занимательная физкультура в детском саду для дошкольников 3–5 лет. — М., 2003.

*Яковлева Л., Юдина Р.* Работаю по программе «Старт»: Как проводить физкультурные занятия // Дошкольное воспитание, 1996. — № 3.

*Щербак А.П.* Тематические и физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника. — М., 1999.

## **Методика обучения детей старшего дошкольного возраста элементам игры в баскетбол**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Специфика обучения детей спортивным играм.

1. Значение и специфика влияния игр с элементами баскетбола на разностороннее развитие ребенка дошкольника.

2. Особенности методики обучения игре в баскетбол.

3. Анализ программ физического воспитания по обучению детей элементам игры в баскетбол.

*Глава 2.* Овладение техникой работы с мячом детей старшего дошкольного возраста.

1. Выявление уровня владения техникой работы с мячом детей старшего дошкольного возраста.

2. Разработка содержания и методики, повышающей уровень владения техникой работы с мячом и внедрение ее в практическую деятельность дошкольного учреждения.

3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

*Адашкявичене Э.Й.* Спортивные игры и упражнения в детском саду. — М., 1992

*Адашкявичене Э.Й.* Баскетбол для дошкольников. — М., 1993

Баскетбол /Под ред. Ю.М. Портнова. — М., 1988.

*Галицкий А., Переплетчиков Л.* Путешествие в страну игр. — М., 1971.

*Гришин В.Г., Осипов Н.Ф.* Малыши открывают спорт. — М., 1978.

*Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.

*Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.

Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе/Под ред. А.В. Кенеман. — М., 1986.

*Хухлаева Д.В.* Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. — М., 1984.

*Шпак В.Г.* Элементы спортивных игр в детском саду. — Мн., 2004.

## **Ознакомление старших дошкольников с историей развития спорта как средство повышения интереса к физическим упражнениям**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* История развития спорта.

1. История возникновения Олимпийских игр.

2. Методы и приемы повышения интереса к физическим упражнениям при ознакомлении детей с историей развития спорта.

3. Анализ программ физического воспитания по ознакомлению детей с историей развития спорта.

*Глава 2.* Овладение детьми 5–6 лет системой знаний об истории развития спорта как средство повышения интереса к физическим упражнениям.

1. Оценка уровня знаний детей старшего дошкольного возраста о спорте.

2. Разработка и внедрение системы работы по ознакомлению детей с историей развития спорта.

3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.  
Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

*Исаев А.* Олимпийцы среди нас. — М., 1998

История физической культуры и спорта /Под ред. В.В. Столбова. — М., 1977.

*Козлова С.А.* Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. — М., 1998.

*Светлов А.* Разговор перед стартом. — М., 1972.

Твой олимпийский учебник. — М., 2003.

*Щербак А.П.* Тематические и физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника. — М., 1999.

## **Бег как средство развития выносливости у детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Проблема использования физических упражнений в развитии выносливости.

1. Особенности использования беговых упражнений в старшем дошкольном возрасте.

2. Проблема развития выносливости в методике физического воспитания.

3. Методы развития выносливости в старшем дошкольном возрасте.

4. Анализ программ физического воспитания по развитию выносливости и бега.

*Глава 2.* Использование бега для развития выносливости старших дошкольников.

1. Оценка уровня развития выносливости у детей старшего дошкольного возраста.

2. Разработка и проведение серий беговых упражнений с детьми старшего дошкольного возраста для развития выносливости.

3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.  
Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## Литература

- Бернштейн Н.А.* Физиология движений и активность /Под ред. К.И. Газенко. — М., 1990.
- Бернштейн Н.А.* Очерки по физиологии движений и физиологии активности. — М., 1966.
- Быкова А.И.* Обучение детей дошкольного возраста основным движениям. — М., 1957.
- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981
- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Вавилова Е.Н.* Особенности бега детей дошкольного возраста // Дошкольное воспитание, 1978. — № 6.
- Залесский М.З., Рейзер Л.Ю.* Путешествие в страну бега. — М., 1986.
- Зимнин Н.В.* Физическая характеристика быстроты и выносливости. — М., 1956.
- Коробов Н.К.* О беге — почти все. — М., 1986.
- Лях В.И.* Выносливость: основы измерения и методика развития // Физическая культура в школе, 1998. — № 1.
- Ноткина Н.А.* Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. — СПб., 1993
- Ноткина Н.А.* Воспитываем физические качества // Дошкольное воспитание, 1980. — № 12.

## Принцип программности при обучении движениям

### Примерный план

Введение.

*Глава 1.* Проблема обучения движениям.

1. Теоретические основы реализации принципа программности при обучении движениям.
2. История создания программы воспитания и обучения в детском саду.
3. Экспертиза программ дошкольного образования и условия для реализации программ.

*Глава 2.* Анализ программ по физическому воспитанию дошкольников.

1. Содержание работы по обучению детей движениям в программах по физическому воспитанию дошкольников.
2. Анализ практической деятельности дошкольных учреждений по реализации принципа программности при обучении движениям.
3. Анализ проведенной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## Литература

- Авдеева Н., Князева О., Стеркина Р. Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» // Дошкольное воспитание, 1997. — № 3 — 4
- Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. — М., 1993
- Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. Программа «Здоровье» // Дошкольное воспитание, 1993. — № 11,12.
- Ветошкина Е., Скурлатова Л. Воспитываем гибкость, силу, выносливость // Дошкольное воспитание, 1995. — № 8.
- Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду. — СПб., 1997.
- Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник // Дошкольное воспитание, 1995. — № 6.
- Из детства — в отрочество: Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4–7 лет. — М., 2003.
- Истоки: базисная программа развития ребенка-дошкольника. — М., 2000.
- История педагогики /Под ред. М.Ф. Шабаевой — М., 1981.
- Казаковцева Т.С. Программа по валеологии и физической культуре для дошкольных образовательных учреждений «Здоровье с детства». — Киев, 1997
- Лазарев М.Л. Здравствуй! Программа формирования у детей основ здорового образа жизни. — М., 1997.
- Примерная общеобразовательная программа воспитания, обучения и развития детей раннего и дошкольного возраста / Под ред. Л.А. Парамоновой. — М., 2004.
- Программа «Детская картина мира» // Дошкольное воспитание, 1994. — № 6.
- Программа «Развитие»: основные положения. — М., 1994.
- Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М.А. Васьильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. — М., 2005.
- Программа по физической культуре от 3 до 17 лет — М., 1998.
- Радуга. Программа и руководство по воспитанию, развитию и образованию детей 6–7 лет в детском саду / Сост. Т.Н. Доронова. — М., 1997.

## Физкультурные досуги как средство совершенствования двигательных умений и навыков детей старшего дошкольного возраста

### Примерный план

Введение.

Глава 1. Проблема совершенствования двигательных умений и навыков.

1. Методы совершенствования двигательных умений и навыков в работах отечественных педагогов.
2. Роль досуговых мероприятий в совершенствовании двигательных умений и навыков.

### 3. Методика проведения физкультурных досугов.

*Глава 2.* Совершенствование двигательных умений и навыков на физкультурных досугах.

1. Оценка уровня развития двигательных умений и навыков.
2. Методика проведения физкультурных досугов с детьми старшего дошкольного возраста.

3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.  
Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### Литература

*Адашкявичене Э.Й.* Спортивные игры и упражнения в детском саду. — М., 1992

*Гладилина Л.* Формирование двигательных навыков // Дошкольное воспитание, 1982. — № 9.

Организация активного отдыха в детском саду // Дошкольное воспитание, 1992. — № 9–10

Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» /Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1984.

*Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.

## **Физкультурно-оздоровительные досуги в повышении двигательной активности детей старшего дошкольного возраста**

### *Примерный план*

Введение.

*Глава 1.* Проблема повышения двигательной активности в работе с детьми дошкольного возраста.

1. Двигательная активность — важнейший фактор жизнедеятельности организма.
2. Особенности двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.
3. Физкультурно-оздоровительный досуг как одно из средств увеличения двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.
4. Методика организации оздоровительных досуговых мероприятий как основное средство увеличения двигательной активности детей.

*Глава 2.* Организация экспериментальной работы.

1. Анализ двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.

2. Содержание и методика проведения экспериментальной работы с детьми.

3. Анализ результатов экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

*Грохольский Г.Г.* Двигательная активность детей дошкольного возраста. Методические рекомендации. — Минск, 1992.

Инструктивно-методическое письмо «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения». Письмо Министерства образования РФ от 14 марта 2000 г. № 65/23–16.

Организация активного отдыха детей дошкольного возраста. — М., 1995.

*Осокина Т.И.* Физическая культура в детском саду. — М., 1986.

*Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2000.

Содержание и организация физкультурных досугов и праздников в детском саду. — Пермь, 1996.

Организация активного отдыха в детском саду // Дошкольное воспитание, 1992. — № 2, 3–4.

*Хухлаева Д.В.* Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. — М., 1984.

*Шишкина В.А., Мащенко М.В.* Какая физкультура нужна дошкольнику. — М., 1999.

## **Подвижные игры с бегом как средство развития быстроты у детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Подвижные игры в развитии двигательных способностей детей.

1. Роль подвижных игр в развитии быстроты.

2. Особенности развития быстроты у детей старшего дошкольного возраста.

3. Методы развития быстроты у детей старшего дошкольного возраста.

*Глава 2.* Педагогические условия развития быстроты у детей старшего дошкольного возраста.

1. Оценка уровня развития быстроты в старшем дошкольном возрасте.

2. Подбор и проведение подвижных игр с бегом для развития быстроты у детей старшего дошкольного возраста.
3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложения.

### Литература

- Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. — М., 1981
- Ветошкина Е.А.* Развитие и диагностика физических качеств у детей старшего дошкольного возраста. — Комсомольск на Амуре, 1998.
- Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. — СПб., 1993.
- Конторович М.М., Михайлова Л.И.* Подвижные игры в детском саду. — М., 1961.
- Развитие двигательных качеств у детей дошкольного возраста. Игры и упражнения: Методические рекомендации/Авт.-сост. Н.А. Ноткина. — СПб., 1995.
- Роль спортивных игр и упражнений в воспитании физических качеств у старших дошкольников: Методические рекомендации. — Киев, 1989.
- Степаненкова Э.Я.* Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольника // Дошкольное воспитание. — 1995. — № 12.
- Шишкина В.А.* Творческие подвижные игры // Дошкольное воспитание, 1991. — № 8.

## Подвижная игра как средство формирования положительных взаимоотношений детей старшего дошкольного возраста

### Примерный план

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы проблемы исследования.

1. Подвижные игры в формировании положительных взаимоотношений у старших дошкольников.
2. Анализ воспитательно-образовательных программ по нравственному воспитанию детей старшего дошкольного возраста.
3. Методика использования подвижных игр в нравственном воспитании детей старшего дошкольного возраста.

*Глава 2.* Практическая часть.

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Блощицина Т.* Возможность формирования детских взаимоотношений в подвижных играх // Дошкольное воспитание, 1982. — № 12.
- Воспитание нравственных чувств у старших дошкольников / Под ред. Р.С. Буре, А.М. Виноградовой. — М., 1980.
- Дошкольная педагогика. — М., 1998.
- Лесгафт П.Ф.* Психология нравственного и физического воспитания / Под ред. М.П. Ивановой. — М. — Воронеж, 1998.
- Нравственное воспитание в детском саду / В.Г. Нечаева, Т.А. Маркова, Р.И. Жуковская. — М., 1984.
- Степаненкова Э.Я.* Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников // Дошкольное воспитание, 1995. — № 12.
- Психология и педагогика игры дошкольника / Под ред. А.В. Запорожца, А.П. Усовой. — М., 1966.
- Фатеева Л.П.* 300 подвижных игр для младших школьников. — Ярославль, 1998.
- Формирование нравственных взаимоотношений старших дошкольников в игре. Методические рекомендации / Сост. Л.И. Уманец. — Киев, 1989.

## **Подвижная игра как средство физического развития детей младшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Особенности физического развития детей младшего дошкольного возраста.
2. Отечественные и зарубежные исследователи о роли подвижных игр в физическом развитии детей дошкольного возраста.
3. Руководство подвижными играми в младшем дошкольном возрасте как один из методов физического развития детей.

*Глава 2.* Организация экспериментальной работы.

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Заклучение.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Богуславская З.М.* Подвижные игры для детей дошкольного возраста. — М., 1940.
- Вавилова Е.Н.* Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
- Кильпио Н.Н.* 80 игр для детского сада. — М., 1973.
- Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» /Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1984.
- Рудик П.А.* Игры детей и их педагогическое значение. — М., — Л., 1948.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Степаненкова Э.Я.* Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников // Дошкольное воспитание. — 1995. — № 12.
- Тимофеева Е.А.* Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. — М., 1979.
- Тимофеева Е.А.* Больше внимания подвижным играм // Дошкольное воспитание, 1979. — № 10.

## **Народные подвижные игры как средство формирования интереса к занятиям физической культуры у детей старшего дошкольного возраста**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Значение народной подвижной игры для разностороннего развития и формирования интереса к физической культуре у детей дошкольного возраста.
2. Использование народных подвижных игр в работе с детьми дошкольного возраста в работах отечественных педагогов и психологов.
3. Методика проведения физкультурных занятий с использованием народных подвижных игр с детьми старшего дошкольного возраста.
4. Анализ программ физического воспитания по использованию народных подвижных игр.

*Глава 2.* Формирование интереса к занятиям физической культурой у детей старшего дошкольного возраста с использованием народных подвижных игр.

1. Оценка уровня развития интереса у детей старшего дошкольного возраста.
2. Разработка системы физкультурных занятий с использованием народных подвижных игр для формирования интереса к физкультуре.
3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заключение.  
Использованная литература.  
Приложение.

### **Литература**

- Венгер Л.А., Мухина В.С.* Психология. — М., 1990.  
*Детские народные подвижные игры*/Сост. А.В. Кенеман, Т.И. Осокина. — М., 1995.  
*Игры народов СССР* /Сост. Л.В. Былеева, В.М. Григорьев. — М., 1985.  
*Литвинова М.Ф.* Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — М., 2003.  
*Немов Р.С.* Общие основы психологии. — М., 1994.  
*Панкеев И.А.* Русские народные игры. — М., 1998.  
*Покровский Е.А.* Детские игры, преимущественно русские. — М., 1997.  
*Раховская К.* Народные подвижные игры // Дошкольное воспитание, 1990. — № 6.  
*Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.  
*Степаненкова Э.Я.* Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников // Дошкольное воспитание, 1995. — № 12.  
*Хухлаева Д.В.* Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. — М., 1984.

## **Использование фольклора в физическом воспитании как средство развития интереса к физкультуре у старших дошкольников**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Проблема развития интереса в психолого-педагогических исследованиях.

1. Фольклор как средство воспитания в работах отечественных педагогов.
2. Классификация русского детского фольклора применительно к двигательной деятельности детей.
3. Методика использования фольклора в физическом воспитании как средство развития интереса к физической культуре.

*Глава 2.* Педагогические условия развития интереса к физкультуре у старших дошкольников.

1. Оценка уровня развития интереса к физкультуре у старших дошкольников.
2. Использование средств фольклора, способствующее развитию интереса к физкультуре у старших дошкольников на физкультурных занятиях.

3. Динамика развития интереса к физкультуре у старших дошкольников.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Асташина М.П., Трещеева О.Л.* Фольклор в физическом воспитании дошкольников // Дошкольное воспитание, 1997. — № 3.
- Былеева Л.В., Григорьева В.М.* Игры народов СССР. — М., 1985.
- Ветрова В.* Ладушки. Игры для детей и родителей. — М., 1994.
- Детская литература* /Под ред. Е.Е. Зубаревой. — М., 1985.
- Кенеман А.В., Хухлаева Д.В.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.
- Кенеман А.В., Осокина Т.И.* Детские народные подвижные игры. — М., 1995.
- Литвинова М.Ф.* Народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — М., 2003.
- Мельников М.Н.* Русский детский фольклор. — М., 1987.
- Петровский А.В.* Введение в психологию. — М., 1998.
- Фибих Л.В.* Детский фольклорный праздник. — Кемерово, 1997.
- Якуб С.К.* Вспомним забытые игры. — М., 1988.

## **Русские народные подвижные игры в физическом развитии детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Использование народных подвижных игр в работе с детьми дошкольного возраста.

1. История развития русских народных подвижных игр.
2. Значение, классификации русских народных подвижных игр.
3. Руководство воспитателя в организации и проведении народных подвижных игр с детьми старшего дошкольного возраста.
4. Понятие и характеристика физического развития детей старшего дошкольного возраста.

*Глава 2.* Физическое развитие детей старшего дошкольного возраста.

1. Оценка уровня физического развития детей старшего дошкольного возраста.
2. Подбор и проведение русских народных подвижных игр для физического развития детей старшего дошкольного возраста.

3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.  
Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Аникин В.П.* Русские народные пословицы, поговорки, загадки и детский фольклор. — М., 1957.
- Аркин Е.А.* Дошкольный возраст. — М., 1978.
- Былеева А.В.* Русские народные игры. — М., 1988.
- Григорьев В.М.* Народные игры и традиции в России. — М., 1994.
- Гришина Г.* Не забывайте народные игры // Дошкольное воспитание, 1993. — № 2.
- Заинька во садочке: Сб. народных игр/Сост. Л.В. Барбутько, Н.А. Тарасевич.* — Екатеринбург, 2000.
- Зими́на А.Н.* Народные игры с пением. — М., 2000.
- Литвинова М.Ф.* Русские народные подвижные игры. — М., 1986.
- Мельникова Е.* Бояре! А мы к вам пришли. Русские народные игры-забавы // Дошкольное воспитание, 2003. — № 12.
- Мельникова Л.И., Зими́на А.Н.* Детский музыкальный фольклор. — М., 2000.
- Покровский Е.А.* Детские игры, преимущественно русские. — СПб., 1994.
- Раховская К.* Народные подвижные игры // Дошкольное воспитание, 1990. — № 6.
- Тридцать три пирога: Игры, считалки, сговорки, скороговорки/Сост. М. Булатов.* — М., 1988.
- Шебеко В.А., Ермак Н.Н., Шишкина В.А.* Физическое воспитание дошкольников. — М., 1996.
- Шишкина В.А., Мащенко М.В.* Какая физкультура нужна дошкольнику. — М., 2000.

## **Приобщение к основам здорового образа жизни в процессе ознакомления старших дошкольников с понятием «здоровье»**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Проблема здорового образа жизни ребенка.

1. История развития науки о здоровье.
2. Характеристика понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «здоровый дошкольник».
3. Анализ программ физического воспитания по ознакомлению детей старшего дошкольного возраста с понятием «здоровье».
4. Методика работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни.

**Глава 2.** Приобщение детей старшего дошкольного возраста к основам здорового образа жизни.

1. Оценка уровня знаний детей старшего дошкольного возраста о понятии «здоровье».
2. Разработка системы работы по приобщению старших дошкольников к основам здорового образа жизни и внедрение ее в практику работы дошкольного учреждения.
3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заклучение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Алямовская В.Г.* Как воспитать здорового ребенка: Программа «Здоровье» // Дошкольное воспитание, 1993. — № 11, 12.
- Бабенкова Е.А.* Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье. — М., 2004.
- Вавилова Е.Н.* Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
- Зайцев Г.К., Зайцев А.Г.* Твое здоровье: Укрепление организма. — СПб., 1998.
- Змановский Ю.Ф.* Воспитаем детей здоровыми. — М., 1989.
- Змановский Ю.Ф.* Программа «Здоровый дошкольник» // Дошкольное воспитание, 1995. — № 6.
- Казаковцева Т.С.* Здоровье с детства: Программа по валеологии и физической культуре для дошкольных образовательных учреждений. — Киров, 1997.
- Маханева М.Д.* Воспитание здорового ребенка. — М., 1997.
- Нестерова З.И.* Заботиться о своем здоровье // Дошкольное воспитание, 1998. — № 6.
- Обухова Л.А., Лемякина Н.А.* Тридцать уроков здоровья для первоклассников. — М., 1999.

## **Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи в формировании здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

**Глава 1.** Проблема здорового образа жизни дошкольника.

1. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении как средство формирования основ здорового образа жизни ребенка.
2. Здоровый образ жизни семьи.

3. Психолого-педагогические основы взаимодействия семьи и педагогов в дошкольном образовательном учреждении по формированию здорового образа жизни ребенка.
4. Формы совместной работы дошкольного образовательного учреждения и семьи по вопросам формирования здорового образа жизни.

## *Глава 2. Организация экспериментальной работы.*

1. Научные предположения и задачи работы.
2. Содержание и методика проведения экспериментальной работы.
3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

**Заключение.**

**Использованная литература.**

**Приложение.**

## **Литература**

- Антонова Т., Волкова Е., Мишина Н.* Проблемы и поиск современных форм сотрудничества педагогов детского сада с семьей ребенка // Дошкольное воспитание, 1998. — № 6.
- Бердыхова Я.* Мама, папа, занимайтесь со мной. — М., 1990.
- Богданова Г.П., Козлов В.И.* Занимайтесь всей семьей. — М., 1987.
- Богина Т.Л., Рунова М.А.* Сохранение и укрепление здоровья ребенка // Дошкольное воспитание, 1999. — № 6.
- Голубева Л.Г., Прилепина И.В.* Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей // Дошкольное воспитание, 2001. — № 1.
- Доронова Т.И., Соловьева Е.В., Жичкина А.Е., Мусиенко С.И.* Дошкольное учреждение и семья — единство пространства детского развития. — М., 2001.
- Загик Л.В., Иванова В.М.* Воспитатели и дети. — М., 1985.
- Козлова С.А., Кожухова Н.Н. и др.* Формирование здорового образа жизни дошкольника /Под ред. С.А. Козловой. — М., 2003.
- Куликова Т.А.* Семейная педагогика и домашнее воспитание. — М., 1999.
- Маркова Т.А.* Детский сад и семья. — М., 1986.
- Осокина Т.И.* Физическая культура в детском саду. — М., 1986.
- Островская Л.Ф.* Педагогические ситуации в семейном воспитании дошкольника. — М., 1990.
- Симановский А.Э., Метенова И.М.* Работа воспитателей детского сада с семьей. — Ярославль, 1991.
- Урбанская О.Н.* Воспитателю о работе с семьей. — М., 1977.
- Филиппова С.О.* Культура здоровья дошкольников // Дошкольная педагогика, № 1 (зима). — 2001.

# Обучение детей старшего дошкольного возраста элементам игры в бадминтон как средство физического развития

## *Примерный план*

Введение.

*Глава 1.* Обзор педагогической литературы по проблеме обучения детей игре с элементами бадминтона.

1. История развития бадминтона.
2. Значение игры с элементами бадминтона на развитие детей старшего дошкольного возраста.
3. Техника обучения детей старшего дошкольного возраста игре с элементами бадминтона.
4. Методика обучения игре с элементами бадминтона детей старшего дошкольного возраста.
5. Анализ программ по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам игры в бадминтон.

*Глава 2.* Овладение детьми старшего дошкольного возраста элементами игры в бадминтон.

1. Выявление уровня владения элементами игры в бадминтон детей старшего дошкольного возраста.
2. Разработка системы работы по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам игры в бадминтон.
3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

*Адашкявичене Э.Й.* Спортивные игры и упражнения в детском саду. — М., 1992.

*Воробьев Н.П.* Спортивные игры. — М., 1973.

*Галицкий А., Марков О.* Азбука бадминтона. — М., 1971.

*Голощекина М.П.* Спортивные игры // Дошкольное воспитание, 1977. — № 5.

*Гришин В.Г.* Игры с мячом и ракеткой. — М., 1982.

*Гришин В.Г., Осипов Н.Ф.* Малыши открывают спорт. — М., 1975.

*Дмитриенко Т.И.* Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста. — Киев, 1983.

*Кенеман А.В., Хухлаева Д.В.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.

*Кучина Н.* Обучение старших дошкольников игре в бадминтон // Дошкольное воспитание, 1991. — № 5.

*Лившиц В., Галицкий А.* Бадминтон. — М., 1986.

- Нестерова З.И.* Воспитание интереса к физической культуре и спорту детей 6–7 лет // Дошкольное воспитание, 1986. — № 2.
- Портных Ю.И.* Спортивные игры. — М., 1975.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Шпак В.Г.* Элементы спортивных игр в детском саду. — Мн., 2004.

## **Использование элементов хоккея в работе со старшими дошкольниками как средство ознакомления со спортивными играми**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Ознакомление детей старшего дошкольного возраста со спортивными играми.

1. Использование игр с элементами хоккея в работах отечественных педагогов.
2. Значение игры с элементами хоккея для разностороннего развития детей старшего дошкольного возраста.
3. Методика обучения старших дошкольников элементам игры в хоккей.
4. Анализ программ физического воспитания по использованию игр с элементами хоккея.

*Глава 2.* Обучение детей элементам игры в хоккей.

1. Анализ уровня знаний о спортивных играх и техники выполнения элементов хоккея детьми старшего дошкольного возраста.
2. Разработка системы работы с использованием элементов хоккея для ознакомления старших дошкольников со спортивными играми и внедрение ее в практику работы дошкольного учреждения.
3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Закключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Адашкявичене Э.Й.* Спортивные игры и упражнения в детском саду. — М., 1992.
- Воробьев Н.П.* Спортивные игры. — М., 1973.
- Голощекина М.П.* Спортивные игры // Дошкольное воспитание, 1977. — № 5.
- Гришин В.Г., Осипов Н.Ф.* Малыши открывают спорт. — М., 1975.

- Дмитриенко Т.И. Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста. — Киев, 1983.
- Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1985.
- Нестерова З.И. Воспитание интереса к физической культуре и спорту детей 6–7 лет // Дошкольное воспитание, 1986. — № 2.
- Портных Ю.И. Спортивные игры. — М., 1975.
- Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Шпак В.Г. Элементы спортивных игр в детском саду. — Мн., 2004.

**Преемственность в работе  
дошкольного образовательного учреждения  
и начальной школы по обучению основным видам  
движений (на примере прыжка в длину с места)**

***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Постановка проблемы преемственности дошкольного образовательного учреждения и начальной школы по обучению движениям.

1. Организация преемственности в работе дошкольного учреждения и школы и ее значение для подготовки к школе.
2. Формы работы дошкольного образовательного учреждения со школой.
3. Развитие основных видов движений в дошкольном и младшем школьном возрастах.
4. Методика обучения прыжку в длину с места в старшем дошкольном и младшем школьном возрастах.

*Глава 2.* Педагогические условия организации преемственности в развитии основных видов движений у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста (на примере обучения детей прыжкам в длину с места).

1. Оценка результата прыжка в длину с места у детей старшего дошкольного возраста.
2. Разработка системы физических упражнений и игр для развития прыжка в длину с места в старшем дошкольном возрасте.
3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.  
*Дошкольная педагогика*/Под ред. В.И. Ядэшко. — М., 1986.  
*Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено).* — М., 2001.  
*Кофман Л.Б.* Настольная книга учителя физической культуры. — М., 1998.  
*Лихачев Б.Т.* Педагогика. — М., 1993.  
О построении преемственности в программах дошкольного образования и начальной школы. Письмо МО РФ от 09.08.2000 г. № 237/23-16.  
*Пономарева Е.В.* Преемственность дошкольного и начального образования // *Дошкольная педагогика*/Апрель, май, июнь, 2001, № 2.  
*Попова Н.М.* Шестилетние в школе и дома. — М., 1988.  
*Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — 2001.  
*Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А.* Физическое воспитание дошкольников. — 1996.

## **Система планирования физкультурно-оздоровительной работы как средство повышения уровня физического развития детей дошкольного возраста (на примере основных движений)**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Планирование физкультурно-оздоровительной работы в трудах отечественных педагогов.

1. Содержание понятий «планирование», «план». Значение и основные принципы планирования воспитательно-образовательной работы с детьми в дошкольном образовательном учреждении.
2. Влияние планирования физкультурно-оздоровительной работы на повышение уровня физического развития детей дошкольного возраста.
3. Формы и содержание планирования физкультурно-образовательной работы. Требования к планированию.
4. Планирование физкультурно-оздоровительной работы в семье.

*Глава 2.* Организация физкультурно-образовательной работы с детьми старшего дошкольного возраста в дошкольном образовательном учреждении.

1. Анализ опыта работы дошкольно-образовательных учреждений по планированию физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего дошкольного возраста.

2. Разработка перспективного плана работы по развитию основных видов движений и внедрение его в практику работы дошкольного учреждения.

3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

*Богина Т.Л., Рунова М. А.* Преемственность воспитания и обучения в ДООУ и начальной школе // Дошкольное воспитание, 1999. — № 6. Дошкольная педагогика /Под ред. В.И. Ядэшко, Ф.А. Сохина. — М., 1986.

*Засыпкина Л.* Примерное планирование физкультурных занятий в зале// Дошкольное воспитание. — 1996. — № 9.

Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» /Под ред. А.В. Кенеман, Т.И. Осокиной. — М., 1984.

*Солодянкина О.В.* Система планирования в дошкольном учреждении. — М., 2006.

Физкультурно-оздоровительная работа в ДООУ /Авт.-сост. О.Н. Моргунова. — Воронеж, 2005.

*Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А.* Физическое воспитание дошкольников. — М., 1996.

## **Использование физкультурного оборудования как средство повышения самостоятельности в двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Проблема использования физкультурного оборудования в развитии самостоятельности у детей дошкольного возраста.

1. Значение физкультурного оборудования для всестороннего развития детей старшего дошкольного возраста. Типология физкультурного оборудования и его характеристика. Тренажеры и тренировочные устройства.
2. Особенности развития самостоятельности у старших дошкольников.
3. Методика развития самостоятельности в двигательной деятельности дошкольников.
4. Оборудование и инвентарь для физкультурных залов и спортивных площадок. Требования к физкультурному оборудованию как средству развития самостоятельности.

*Глава 2. Педагогические условия применения физкультурного оборудования на спортивных площадках и в физкультурном зале в работе с детьми старшего дошкольного возраста с целью развития самостоятельности.*

1. Анализ оборудования для спортивных площадок и физкультурного зала дошкольного учреждения.
3. Разработка системы работы по развитию самостоятельности в двигательной деятельности при использовании физкультурного оборудования на открытом воздухе.
3. Составление рекомендаций по применению физкультурного оборудования в работе с детьми старшего дошкольного возраста для повышения их самостоятельности в двигательной деятельности на открытом воздухе и в физкультурном зале.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

#### **Литература**

- Воротилкина И.* Организация двигательной активности дошкольников // Дошкольное воспитание, 1998. — № 6.
- Вильчковский Э.С., Пономаренко С.* Повышение двигательной активности старших дошкольников на занятиях физкультурой // Дошкольное воспитание, 1986. — № 3.
- Герасименко В.* Тренажеры из автопокрышек // Дошкольное воспитание, 1989. — № 7.
- Денискин Д.Н.* Тренажеры в доме. — М., 1986.
- Иглин П.* Универсальный спортивный комплекс // Дошкольное воспитание, 1990. — № 4.
- Коробов А.В.* Двигательный режим и здоровье. — М., 1972.
- Литвинова М.Ф.* Физкультурная площадка детского сада // Дошкольное воспитание, 1993. — № 9.
- Овсянкин В.А., Глазырина Л.Д.* Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. — М., 1999.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А.* Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений. Аннотированный перечень. — М., 1999.
- Рунова М.А.* Двигательная активность старших дошкольников и ее регулирование // Дошкольное воспитание, 1984. — № 3.
- Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2000.
- Рунова М.А.* Обеспечение двигательной активности детей на прогулке // Дошкольное воспитание, 1998. — № 8.
- Сивачева Л.Н.* Спортивные игры с нестандартным оборудованием. — СПб., 2001.
- Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н.* Физиологические основы двигательной активности. — М., 1991.

Шишкина В.А. Двигательная активность детей в играх // Дошкольное воспитание, 1984. — № 6.

Шишкина В.А., Мащенко М.В. Какая физкультура нужна дошкольнику. — М., 1999.

## **Дидактические игры как средство развития интереса к спорту у детей старшего дошкольного возраста**

### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Проблема развития интереса к спорту в работах отечественных психологов.

1. Интерес и его характеристика.
2. Значение дидактических игр для разностороннего развития детей старшего дошкольного возраста.
3. Методика проведения дидактических игр с детьми старшего дошкольного возраста как средство развития интереса к спорту.
4. Анализ программ физического воспитания по развитию интереса к спорту у детей старшего дошкольного возраста.

*Глава 2.* Использование дидактических игр в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

1. Оценка уровня знаний о спорте у детей старшего дошкольного возраста.
2. Разработка и практическое апробирование серии дидактических игр для развития интереса к спорту у детей старшего дошкольного возраста.
3. Динамика уровня развития интереса к спорту у старших дошкольников.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду. — М., 1985.

Венгер Л.А., Мухина В.С. Психология. — М., 1988.

Голощапов Б.Р. История отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спорта. — М., 1995.

История дошкольной зарубежной педагогики/Сост. Н.Б. Мчедлидзе, А.А. Лебедеенко, Е.А. Гребенщикова. — М., 1974.

История советской дошкольной педагогики /Под ред. М.Н. Колмаковой. — М., 1988.

Козлова С.А. Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью — М., 1998.

- Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. — М., 1998.
- Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено). — М., 2000.
- Крутецкий В.А. Психология. — М., 1986.
- Нестерова З.И. Воспитание интереса к физической культуре и спорту у детей 6–7 лет // Дошкольное воспитание, 1986. — № 2.
- Сорокина А.И. Дидактические игры в детском саду. — М., 1982.
- Теплов Б.М. Психология. — М., 1948.
- Формирование интереса к учению у школьников/Под ред. А.К. Марковой. — М., 1986.
- Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях — М., 1984.

**Прогулки с туристической направленностью  
в дошкольном учреждении  
как средство совершенствования основных движений  
у детей старшего дошкольного возраста  
(на примере бега и лазанья)**

***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Проблема совершенствования основных движений в работах отечественных педагогов.

1. Понятие и значение основных видов движений для разностороннего развития детей дошкольного возраста. Характеристика основных движений (бег, лазанье) в старшем дошкольном возрасте.
2. Роль прогулок с туристической направленностью в совершенствовании основных видов движений у детей старшего дошкольного возраста.
3. Методика организации и проведения прогулок с туристической направленностью детей старшего дошкольного возраста как средство совершенствования упражнений в беге и лазаньи.
4. Анализ программ физического воспитания по совершенствованию основных видов движений (бег, лазанье).

*Глава 2.* Совершенствование основных видов движений у детей старшего дошкольного возраста.

1. Оценка уровня развития бега и лазанья у старших дошкольников.
2. Анализ уровня знаний детей старшего дошкольного возраста о туризме.
3. Разработка и проведение серии прогулок с туристической направленностью для совершенствования бега и лазанья у детей старшего дошкольного возраста.

4. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### **Литература**

- Бочарова Н.И.* Туристические прогулки в детском саду. — М., 2004.
- Бочарова Н.И.* Оздоровительный семейный досуг с детьми старшего дошкольного возраста. — М., 2002.
- Вавилова Е.Н.* Особенности бега детей // Дошкольное воспитание, 1978. — № 6.
- Гранильщиков Ю.В.* Семейный туризм. — М., 1993.
- Завьялова Т.П.* Дошкольный туризм: проблемы, поиски, решения// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2001. — № 2.
- Назаренко Л.Д.* Оздоровительные основы физических упражнений. — М., 2002
- Осокина Т.И.* Физическая культура в детском саду. — М., 1973.
- Остапец А.А.* От кружка школы до экспериментального центра Москвы и России. — М., 1997
- Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2000.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001
- Хухлаева Д.В.* Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. — М., 1984.

## **Элементы акробатики как средство развития гибкости у детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы исследования.

1. Проблема развития гибкости в работах отечественных педагогов. Понятие «гибкость», ее виды.
2. Особенности развития гибкости в старшем дошкольном возрасте.
3. Роль элементов акробатики в развитии гибкости у старших дошкольников. Методика обучения акробатическим упражнениям. Диагностические тесты для развития гибкости у детей старшего дошкольного возраста.
4. Анализ программ физического воспитания по обучению акробатическим упражнениям.

*Глава 2.* Развитие гибкости у детей старшего дошкольного возраста средствами акробатики.

1. Оценка уровня развития гибкости у детей старшего дошкольного возраста.
2. Разработка системы работы с элементами акробатики, способствующая развитию гибкости.
3. Динамика развития гибкости у детей старшего дошкольного возраста.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

### Литература

- Азеркович Н.В., Цейтин М.И.* Акробатика. — М., 1967.
- Бондарев А.К., Панибратцев В.Р.,* и др. Правила проведения акробатических упражнений. — М., 1951.
- Ветошкина Е., Скулатова Л.* Воспитываем гибкость, силу, выносливость // Дошкольное воспитание, 1995. — № 8.
- Гимнастика и методика ее преподавания /Под ред. Н.К. Меньшикова. — СПб., 1998.
- Гимнастика /Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. — М., 2001.
- Голощапов Б.Р.* История физической культуры и спорта. — М., 2001.
- Жвания Д.К., Оганов И.И.* Спортивная гимнастика в школе. — Л., 1962.
- Зуев Е.И.* Волшебная сила растяжки. — М., 1990
- Коркин В.П.* Акробатика. — М., 1983.
- Коркин В.П.* Акробатика для всех. — Мн., 1993.
- Лях В.И.* Гибкость: основы измерения и методики развития // Физическая культура в школе, 1996. — № 1.
- Лях В.И.* Тесты в физическом воспитании школьников. — М., 1998.
- Ноткина Н.А.* Воспитывать физические качества // Дошкольное воспитание, 1980. — № 12.
- Соколова Е.Г.* Акробатика. — М., 1973.
- Яковлева Л., Юдина Р.* Работаем по программе «Старт»: Акробатические упражнения // Дошкольное воспитание, 1996. — № 5.
- Яковлева Л., Юдина Р.* Работаем по программе «Старт»: Акробатические кувырки // Дошкольное воспитание, 1996. — № 6.

## Индивидуальная работа с детьми по обучению прыжковым упражнениям в младшем дошкольном возрасте

### Примерный план

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы форм организации педагогического процесса обучения движениям.

1. Формы организации обучения и их развитие в дидактике. Классификация.
2. Индивидуальная работа с детьми как одна из форм работы по физическому воспитанию.

3. Особенности развития прыжков в младшем дошкольном возрасте.
4. Анализ программ физического воспитания по обучению прыжкам в младшем дошкольном возрасте.

#### *Глава 2. Практическая часть.*

1. Констатирующий эксперимент.
2. Формирующий эксперимент.
3. Контрольный эксперимент.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

#### **Литература**

- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Воспитание и обучение детей младшего дошкольного возраста / Под ред. Г.Н. Годиной, Э.Г. Пилюгиной. — М., 1987.
- Гусарова Л.* Развитие движений детей 3–4 лет // Дошкольное воспитание, 1994. — № 1.
- Ковальчук Я.И.* Индивидуальный подход в воспитании ребенка. — М., 1981.
- Пензулаева Л.И.* Физкультурные занятия с детьми 3–4 лет. — М., 1983.
- Проблема индивидуального подхода к детям дошкольного возраста. — Пермь, 1978.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Степаненкова Э.Я.* Методика физического воспитания. — М., 2005.
- Удалая А.Д.* Индивидуальные характеристики двигательной деятельности и приемы ее регулирования у детей 2–3 лет // Индивидуально-дифференцированный подход в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста / Под ред. Н.Т. Тереховой. — М., 1989.

### **Дифференцированный подход в обучении метанию в старшем дошкольном возрасте**

#### ***Примерный план***

Введение.

*Глава 1.* Теоретические основы форм организации педагогического процесса обучения движениям.

1. Формы организации обучения и их развитие в дидактике. Классификация.
2. Индивидуальная работа с детьми как одна из форм дифференцированного подхода в физическом воспитании.
3. Особенности развития метания в старшем дошкольном возрасте.
4. Анализ программ физического воспитания по обучению метанию в старшем дошкольном возрасте.

## **Глава 2. Практическая часть.**

- 1. Констатирующий эксперимент.**
- 2. Формирующий эксперимент.**
- 3. Контрольный эксперимент.**

**Заключение.**

**Использованная литература.**

**Приложение.**

### **Литература**

- Вавилова Е.Н.* Учите бегать, прыгать, лазать, метать. — М., 1983.
- Воспитание и обучение детей младшего дошкольного возраста / Под ред. Г.Н. Годиной, Э.Г. Пилюгиной. — М., 1987.
- Гусарова Л.* Развитие движений детей 3–4 лет // Дошкольное воспитание., 1994. — № 1.
- Ермакова З.И., Шебеко В.Н.* Занятия по физической культуре для детей младшей и средней группы детского сада. — Мн., 1979.
- Ковальчук Я.И.* Индивидуальный подход в воспитании ребенка. — М., 1981.
- Пензулаева Л.И.* Физкультурные занятия с детьми 3–4 лет. — М., 1983.
- Пономарев С.А.* Основные периоды развития // Физкультура и спорт, 1988. — № 12.
- Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М., 2001.
- Удалая А.Д.* Индивидуальные характеристики двигательной деятельности и приемы ее регулирования у детей 2–3 лет // Индивидуально-дифференцированный подход в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста / Под ред. Н.Т. Тереховой. — М., 1989.
- Юрко Г.П.* Пути совершенствования физического воспитания детей дошкольного возраста // Проблемы совершенствования физического воспитания дошкольников / Под ред. Е.Я. Бондаревского. — М., 1988.

## **Физические упражнения как средство формирования правильной осанки у детей старшего дошкольного возраста**

### **Примерный план**

**Введение.**

**Глава 1.** Правильная осанка — основа здоровья ребенка.  
**Приосаниться — значит собраться телом и духом.**

- 1. Особенности возрастной осанки. Виды осанки.**
- 2. Нарушения осанки. Степени и причины нарушения осанки.**
- 3. Исследование проблемы формирования осанки ведущими специалистами в области физического воспитания детей дошкольного возраста.**
- 4. Методика воспитания правильной осанки. Изучение и тренировка правильной осанки с помощью зеркала. Уп-**

ражнения у вертикальной стены. Ношение предметов на голове. Координационные умения.

5. Профилактика нарушения осанки. Комплексы упражнений с детьми старшего дошкольного возраста. Подбор мебели, одежды, обуви.

## *Глава 2. Практическая часть.*

1. Обследование детей экспериментальной группы.
2. Тесты по обследованию мышечного корсета. Результаты тестирования.
3. Комплексы упражнений для детей контрольной группы
5. Рекомендации воспитателям по проведению профилактических упражнений в разные режимные моменты.
6. Работа с детьми по формированию осознанного отношения к своему организму.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение.

## **Литература**

- Алиев М.* Формирование правильной осанки // Дошкольное воспитание, 1993. — № 2.
- Бурмистрова Н.* Правильная ли осанка у детей? // Дошкольное воспитание, 1990. — № 9.
- Вавилова Е.Н.* Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
- Галанов А.С.* Игры, которые лечат. — М., 2005
- Голубев В.В., Голубев С.В.* Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. — М., 1998.
- Козырева О.В.* Комплексная физическая реабилитация дошкольников с нарушением осанки // Дошкольное воспитание, 1998. — № 12.
- Козырева О.В.* Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушениях опорно-двигательного аппарата). — М., 2003.
- Комарова Н.* Воспитание правильной осанки // Дошкольное воспитание, 1981. — № 7.
- Красикова И.С.* Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. — СПб., 2001.
- Красикова И.С.* Сколиоз: Профилактика и лечение. — СПб., 2003.
- Леонтьева М.А., Борисова М.М.* У меня спина прямая! (Сборник методических материалов по формированию правильной осанки у дошкольников) — М., 2006.
- Лечебная физическая культура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста.* — М., 2006.
- Михайлова Л.* Почему дети приходят в детский сад уже с нарушением опорно-двигательного аппарата // Дошкольное воспитание, 1996. — № 12.
- Осокина Т.И.* Физическая культура в детском саду. — М., 1985.
- Попатчук А.А., Дидур М.Д.* Осанка и физическое развитие детей: Программы, диагностики и коррекции нарушения. — СПб., 2001.

Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ/Авт.-сост. О.Н. Моргунова. — Воронеж, 2005.  
Сидоров А.П., Силуянов В.А. Раннее выявление нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. — М., 1985.  
Тонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Я. Ради здоровья детей. — М., 1985.

## **Задания на методическую практику в дошкольном учреждении**

1. Знакомство с дошкольным учреждением. Беседа со старшим воспитателем и заведующей ГОУ — детский сад об особенностях работы учреждения и актуальных задачах по физическому воспитанию, решаемых коллективом дошкольного учреждения.
2. Ознакомление с деятельностью воспитателя по физической культуре, изучение документации по организации и проведению различных форм физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.
3. Изучение и анализ материальных условий в дошкольном учреждении для развития двигательной деятельности и укрепления здоровья дошкольников, оборудования физкультурного зала, участков и спортивной площадки.
4. Самостоятельное проведение диагностики уровня физического и двигательного развития детей дошкольного возраста.
5. Просмотр физкультурного занятия с целью анализа поставленных задач, определения значимых из них с учетом уровня физического развития детей, выбора целесообразных в данной педагогической ситуации форм, методов и средств физического воспитания.
6. Анализ работы воспитателей по ознакомлению детей с функционированием человеческого организма как одного из условий приобщения их к здоровому образу жизни.
7. Анализ оборудования участков и выбор оптимальных условий для проведения физкультурных занятий на воздухе.
8. Организация и проведение физкультурных досугов.
9. Подготовка и проведение консультации с воспитателями по формированию основ здорового образа жизни.
10. Оказание помощи дошкольному учреждению в проведении работы с родителями по вопросам воспитания здорового ребенка (подготовка консультаций, бесед, родительского собрания, папок-передвижек, журнала для родителей, оформление стенда в группе).

11. Подготовка материалов к педагогическому совету по вопросам физического воспитания и развития детей дошкольного возраста, участие в педагогическом совете.

### **Задания на педагогическую практику в педагогическом колледже**

1. Беседа с заместителем директора по научно-методической работе об основных направлениях деятельности педагогического колледжа.
2. Знакомство с учебно-методическим оснащением кабинета «Методика физического воспитания и развития детей дошкольного возраста» в педагогическом колледже.
3. Просмотр и анализ урока по «Методике физического воспитания и развития детей дошкольного возраста».
4. Подготовка конспектов и самостоятельное проведение студентами педагогического университета уроков по методике физического воспитания и развития детей дошкольного возраста.
5. Посещение и знакомство с организацией и проведением педагогической практики студентов педагогического колледжа в дошкольном учреждении.
6. Самостоятельное проведение со студентами педагогического колледжа внеклассного мероприятия по вопросам физического воспитания (форма проведения внеклассного мероприятия по выбору студента).

### **Примерное содержание анализа урока в педагогическом колледже**

В анализе необходимо отразить следующие моменты:

1. Дата проведения урока, предмет, тема.
2. Фамилия, имя, отчество преподавателя.
3. Состав учащихся по образованию (9 или 11 классов средней общеобразовательной школы).
4. Тип урока, структурные части и их длительность.
5. Соответствие содержания программе, поставленным задачам и уровню знаний студентов, а также современному научному уровню.

6. Методика проведения урока преподавателем:
  - приемы организации студентов в начале урока в процессе занятия;
  - приемы проверки и оценки знаний, умений, навыков; активность студентов; количество опрошенных; объективность выставления оценок;
  - приемы сообщения нового материала; реализация дидактических принципов; владение гимнастической терминологией, правильность подачи команд, распоряжений; методика показа физических упражнений; использование наглядных пособий (таблицы, схемы, рисунки, фотографии), технических средств (магнитофонные записи, видеофильмы); элементы проблемного обучения; опора на межпредметные связи;
  - приемы закрепления новых знаний; элементы самостоятельной работы студентов на уроке;
  - приемы объяснения домашнего задания, его содержание, методика выполнения; форма отчетности; характеристика рекомендованной педагогом литературы;
  - приемы повышения познавательной активности, интереса к разбираемому вопросу;
  - приемы предупреждения утомления, повышения работоспособности.
7. Оценка профессиональных качеств педагога: знание предмета, умение доходчиво объяснять материал (правильно показывать физические упражнения, иллюстрировать примерами методику обучения дошкольников движениям, использовать технические средства и элементы проблемного обучения); умение организовать студентов на выполнение задач урока, знание приемов их активизации; уровень педагогического мастерства (умение владеть голосом, культура речи, соблюдение педагогического такта, обращение к студентам).
8. Характер ведения урока (уверенно, неуверенно), настроение преподавателя.
9. Поведение студентов на уроке: подготовка рабочего места, активность, дисциплинированность, ответственность, любознательность, творчество, старательность (на уроке и при выполнении домашних заданий).
10. Общая оценка урока.
11. Предложения по совершенствованию педагогического процесса.

# Ответы контрольных заданий для самопроверки<sup>1</sup>

## Тема 1. Здоровый образ жизни

### Задание 1

С.П. Громова, Г.Д. Казакова, Т.А. Кравчук, О.Г. Лазарь, Б.Б. Егоров, И.М. Масло, О.С. Шнейдер, Л.И. Латохина, Н.Н. Ефименко, В.Л. Страковская, О.В. Козарева, В.В. Зайцева, Ю.Ф. Змановский.

## Тема 2. Предмет теории и методики физического воспитания и развития ребенка

### Задание 1

1–в), 2–а), 3–б).

### Задание 2

1. 1)–в), 2)–а), 3)–б); 2. 1)–б), 2)–в), 3)–а).

### Задание 3

1. 1, 3, 5, 6, 2, 4; 2. 1, 3, 5, 2, 4; 3. 1, 3, 6, 5, 7, 2, 8, 4; 4. 1, 4, 5, 3, 2.

### Задание 4

1. *Физическая культура* — это часть общей культуры человека, характеризующая достижения общества в области физического, психического и социального здоровья человека.

2. *Физическое воспитание* — педагогический процесс, направленный на совершенствование форм и функций организма ребенка, формирование двигательных навыков, воспитание физических качеств.

3. *Физическая подготовленность* — это уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств.

### Задание 5

1. Физическое совершенство. 2. Физическая подготовленность.  
3. Двигательная деятельность.

### Задание 6

5, 3, 7, 1, 6, 2, 4.

## Тема 4. Система физического воспитания — система задач, содержания, средств, методов и форм организации физического воспитания

### Задание 1

1–в), 2–в), 3–г).

---

<sup>1</sup> По теме 3 задания носят творческий характер.

## Задание 2

1–б), 2–а), 3–г), 4–в).

## Задание 3

*По горизонтали.* 2. Быкова. 3. Прием. 11. Подготовленность. 12. Строй. 14. Система. 16. Воспитательная. 19. Лесгафт. 21. Программа. 24. Закаливание. 25. Яковлева. *По вертикали.* 1. Быстрота. 4. Метод. 5. Истоки. 6. Сила. 7. Выносливость. 8. Спорт. 9. Здоровье. 10. Ловкость. 13. Змановский. 15. Принцип. 17. Осокина. 18. Тип. 20. Умения. 22. Гибкость. 23. Детство.

## Задание 4

1. 1. Формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.
2. Немецкая, шведская, французская, сокольская системы физического воспитания.

2. *Принцип разностороннего развития личности* предполагает, что при решении специфических физкультурных задач также обеспечивается умственное, нравственное, эстетическое, трудовое воспитание. Любое физкультурное мероприятие должно активизировать мыслительную деятельность, создавать условия, в которых ребенок сам ищет наиболее рациональный способ поведения, упражняется в трудовых действиях, фиксирует внимание на формах окружающей обстановки и оборудования, эмоционально воспринимает ритм, музыку.

*Принцип гуманизации и демократизации* обязывает педагога отказаться от авторитарного стиля отношений с детьми, педагогических стереотипов. Вся физкультурная работа строится на основе комфортности, с учетом желаний и настроений ребенка. Воспитателю предоставляются права свободного выбора форм, средств и методов работы с детьми.

*Принцип индивидуализации* обязывает учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, создавать здоровый образ жизни в дошкольном учреждении каждому ребенку с учетом состояния его здоровья, развития, интересов; дифференцировать задания, физические нагрузки, а также приемы педагогического воздействия.

*Принцип оздоровительной направленности* — специфический принцип физического воспитания, требующих таких физических упражнений, которые будут укреплять здоровье детей. Физические нагрузки следует давать адекватно возрасту, полу ребенка, уровню физического развития и состоянию здоровья; сочетать двигательную активность с общедоступными закаливающими процедурами; вклю-

чать в комплексы физических упражнений элементы дыхательной гимнастики, упражнения для повышения выносливости; повышать двигательную активность, осуществлять медицинский контроль за физическим развитием; обеспечивать рациональный общий и двигательный режим в дошкольном учреждении, создавать оптимальные условия для игр и занятий детей. Помнить, что воспитатель несет ответственность за жизнь и здоровье каждого ребенка.

## **Тема 5. Теоретическое обоснование задач физического воспитания и развития**

### **Задание 1**

1—●; 2—▲; 3—■; 4—▲; 5—■; 6—▲; 7—●; 8—■

### **Задание 2. Блиц-опрос**

**А** — 2, 6, 7, 9, 13; **Б** — 1, 3, 5, 8, 11; **В** — 4, 10, 12, 14

### **Задание 3**

*Оздоровительные задачи:* 1. Охрана жизни и укрепления здоровья (обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма); 2. Всестороннее физическое совершенствование функций организма; 3. Повышение работоспособности и закалывания.

*Образовательные задачи:* 1. Формирование двигательных умений и навыков; 2. Развитие психофизических качеств; 3. Овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

*Воспитательные задачи:* 1. Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями; 2. Разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

## **Тема 6. Средства физического воспитания и развития детей дошкольного возраста**

### **Задание 2**

*Физические упражнения.* Цель — используются для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач физического воспитания. *Условия применения* — обеспечивают эффективное решение задач физического воспитания, если выступают в форме целостного двигательного режима, отвечающего возрастным и индивидуальным особенностям каждого ребенка.

*Психологические факторы.* Цель — повышают эффективность воздействия физических упражнений. *Условия применения* — психофизиологический комфорт ребенка.

**Эколого-природные факторы.** Цель — усиливают положительное влияние физических упражнений на организм и повышают его работоспособность. Используются для закаливания организма. *Условия применения* — положительный эффект этого средства достигается только при экологически чистой природе.

### **Задание 3**

1. 1–б), д), 2–а), в), г); 2. 1–б), г), 2–а), в), д).

### **Задание 4**

1) физические упражнения; 2) психогигиенические факторы; 3) эколого-природные факторы.

## **Тема 7. Основы обучения детей двигательным действиям. Обучение как процесс формирования двигательных умений и навыков, развитие физических качеств**

### **Задание 1**

1. 1 — 2), 4), 5), 7), 13), 15); 2 — 1), 3), 6), 9), 12), 14), 16), 19); 3 — 8), 10), 11), 17), 18), 20; 2. 1–б), 2–а).

### **Задание 2**

1–б); 2–б); 3–в); 4–б); 5–в); 6–в.

### **Задание 3**

1. Метод обучения; 2. Прием обучения; 3. Классификация физических упражнений; 4. Выносливость; 5. Двигательные умения; 6. Сила; 7. Двигательный навык; 8. Ловкость; 9. Быстрота.

### **Задание 4**

1–а), в); 2–а), в), г), е); 3–а), в), е); 4– а), в), г); 5–б), г), е), ж), и); 6–б), г), е.

### **Задание 5**

1–в), д); 2–а); 3–б.

### **Задание 6**

*Приемы, относящиеся к наглядному методу:* показ физических упражнений, использование наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии); имитация (подражание); зрительные ориентиры (предметы, разметка поля); музыка, песни; непосредственная помощь воспитателя.

*Приемы, относящиеся к словесному методу:* объяснения; пояснения; указания; подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы к

детям; образный сюжетный рассказ; описание; беседа; словесная инструкция.

*Приемы, относящиеся к практическому методу:* повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме.

**Задание 7**

*По горизонтали.* 3. Быстрота. 2. Ловкость. *По вертикали.* 1. Выносливость. 4. Сила.

**Задание 9. Программированный опрос**

**Карточка для проверки программированного опроса  
с правильными ответами**

№	а	б	в
1			+
2			+
3		+	
4			+
5	+		
6		+	
7	+		
8		+	

**Задание 10**

1-й этап — 2, 3, 7, 11; 2-й этап — 1, 8; 3-й этап — 4, 5, 6, 9, 10

**Задание 12**

1–а) умение, 1–б) навык; 2–Надежность и прочность. Навык не исчезает даже при продолжительных перерывах; 3–а) принцип наглядности, доступности; 3–б) принцип сознательности; 3–в) принцип наглядности.

**Тема 9. Предпосылки развития движений  
в пренатальном периоде  
и особенности моторики  
в раннем и дошкольном возрасте**

**Задание 2**

1–а), б), г); 2–а), в), д), ж); 3–а), б), е); 4–а), в), д); 5–б), г), ж.

# Тема 10. Методика обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям

## Задание 1

### Основные виды движений и техника их выполнения

Основные движения — жизненно необходимые движения для человека, которыми он пользуется в своей деятельности						
<b>Значение:</b> вовлекают в работу большое количество мышц, укрепляют опорнодвигательный аппарат, регулируют деятельность нервной системы, способствуют оздоровлению ребенка, содействуют воспитанию у ребенка различных ориентировок (в пространстве, во времени)						
Виды						
Циклические — характерной особенностью является постоянное выполнение однообразных циклов (кругов), когда все тело и его отдельные части непрерывно возвращаются в и.п.	Смешанные — циклические + ациклические движения		Ациклические — каждое движение включает в себе определенную последовательность двигательных фаз, имеет определенный ритм выполнения отдельных фаз			
	Ползание	Ходьба	Бег	Прыжки с разбегом	Метание с разбегом	Прыжки
Техника выполнения						
Чередование движений с опорой на руки и ноги	Чередование шагов правой и левой ногой, содружественные движения рук (способ сохранения равновесия)	Чередование шагов правой и левой ногой, содружественные движения рук (способ сохранения равновесия) + фаза полета (обе	Чередование шагов правой и левой ногой, содружественные движения рук (способ сохранения равновесия) + фаза полета (обе	Разбег	Подготовительная фаза обеспечивает наилучшие условия для выполнения упражнения в основной фазе?	Исходное положение

Основные движения — жизненно необходимые движения для человека, которыми он пользуется в своей деятельности						
<b>Значение:</b> вовлекают в работу большое количество мышц, укрепляют опорнодвигательный аппарат, регулируют деятельность нервной системы, способствуют оздоровлению ребенка, содействуют воспитанию у ребенка различных ориентировок (в пространстве, во времени)						
Виды						
Циклические — характерной особенностью является постоянное выполнение однообразных циклов (кругов), когда все тело и его отдельные части непрерывно возвращаются в и.п.	Смешанные — циклические + ациклические движения		Ациклические — каждое движение включает в себе определенную последовательность двигательных фаз, имеет определенный ритм выполнения отдельных фаз			
	Ползание	Ходьба	Бег	Прыжки с разбегом	Метание	Прыжки
Техника выполнения						
			ноги находятся в отрыве от почвы)	Отталкивание Полет	Основная фаза — направление на решение главной двигательной задачи. В ней заключается способ выполнения движения	Отталкивание Полет
				Отталкивание Полет	Основная фаза — направление на решение главной двигательной задачи. В ней заключается способ выполнения движения	Прицел Замах
				Прицел Замах	Основная фаза — направление на решение главной двигательной задачи. В ней заключается способ выполнения движения	Прицел Замах
				Прицел Замах	Основная фаза — направление на решение главной двигательной задачи. В ней заключается способ выполнения движения	Бросок

## Задание 2

1. Ходьба в полуприседе, руки согнуты в локтях, пальцы широко расставлены. 2. Ходьба скрестным шагом, руки на пояс. 3. Ходьба спиной вперед, руки за спину. 4. Ходьба приставным шагом, различные положения рук. 5. Ходьба выпадами, руки на колено. Руки к плечам — в стороны. 6. Спортивная ходьба, махи руками вперед-назад. 7. Обычная ходьба, положение рук свободное. 8. Ходьба на носках, руки вверх. 9. Ходьба на пятках, согнутые в локтях руки обхватить за спиной. 10. Ходьба с высоким подниманием коленей, руки в стороны. Взмахи руками. Руки вперед, пальцы сжаты в кулаки. 11. Ходьба широким шагом, руки на пояс. 12. Ходьба в приседе, руки на колени.

## Задание 3

1. Бег свободный, легкий с естественными движениями рук. Руки полусогнуты в локтях, пальцы свободно согнуты (но не сжаты в кулаки). При беге руки движутся вперед-вверх примерно до уровня груди несколько внутрь, затем отводятся локтями назад — в стороны. Согнутая в колене нога ставится на переднюю часть стопы. Туловище слегка наклонено вперед, голова с ним на одной линии, грудь и плечи развернуты. 2. Бег с отведением назад согнутой в колене ноги. 3. Бег скрестным шагом. 4. Медленный бег. 5. Широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах. Перед сменой направления темп более частый, шаги короткие, колени более согнуты, чтобы сохранить равновесие. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на поворачивании. 6. Ногу следует ставить на переднюю часть стопы, не касаясь пяткой пола. Шаг широкий, темп быстрый. Движения рук спокойные, расслабленные, в такт шагам, высоко их не поднимать. Можно поставить руки на пояс. 7. Бег с высоким подниманием колен. 8. Бег широким шагом. 9. Выполняется энергично, широким размашистым движением. Толчок делать вперед-вверх. 10. Бег в быстром темпе.

## Задание 4

1-г), 2-б), 3-в), 4-а), 5-б), 6-б).

## Задание 5

1А: 1)-г; 2)-в; 3)-б; 4)-а. 1Б: 1)-г; 2)-а; 3)-б; 4)-в.

2А: 1)-а, в, д, ж; 2)-б, г, е. 2Б: 1)-б, г, д, ж, з, к; 2)-а, б, е, и.

3. 1)-в; 2)-д; 3)-а; 4)-б; 5)-г.

4. 1)-а, в, д; 2)-б, г.

5. 1)-б, г, д, ж, з, к; 2)-а, в, е, и.

6. 1)-б, г, е; 2)-а, в, д.

## Задание 6

1-б), в), д), ж), з); 2-а), в), д); 3-а), в), д).

## Задание 7

1-б); 2-г); 3-б); 4-б); 5-г ).

## Задание 8

1-1), 4), 7), 2), 3), 5), 6); 2-б), г), а), в).

### Задание 9

**1.** 1)–а, в; 2)–б. **2А:** 1)–б, г; 2)–а, в, д. **2Б:** 1)–б, г, е; 2)–а, в, д, ж. **2В:** 1)–б, г, е; 2)–а, в, д. **3А:** 1)–б; 2)–а. **3Б:** 1)–б; 2)–а. **4.** 1)–а, в; 2)–б.

### Задание 10

**1А:** 1)–б, д; 2)–а, в, г, е. **1Б:** 1)–б, г; 2)–а, в, д. **1В:** 1)–б, д, ж; 2)–а, в, г, е; **1Г:** 1)–а, б, г, е, ж; 2)–в, д, з. **1Д:** 1)–а, в, д, ж; 2)–б, г, д, е. **2.** 1)–б, в, д; 2)–а, г. **3.** 1-я фаза — в; 2-я фаза — г; 3-я фаза — б; 4-я фаза — а. **4.** 1-я фаза — б; 2-я фаза — г; 3-я фаза — а; 4-я фаза — в. **5А:** 1)–б; 2)–а. **5Б:** 1)–б; 2)–а. **5В:** 1)–б; 2)–а. **5Г:** 1)–б; 2)–а. **6.** 1)–а, б, г, е; 2)–в, д.

### Задание 11

1–а), в), е); 2–а), б), г), е); 3–б), г).

### Задание 12

б), а), г), в).

### Задание 13

1–в); 2–в); 3–а); 4–б).

### Задание 14

1. Равновесие. 2. Динамические упражнения. 3. Ползание. 4. Основные движения.

### Задание 15

1–б), г); 2–а), в).

### Задание 16

б), в), е), ж).

### Задание 17

**1.** 1–б), 2–а); **2.** 1–б), г), 2–а), в), д).

### Задание 18

**1**–в), б), д), а), г); **2**–2), 5), 3), 7), 4), 6), 1); **3**–2), 4), 3), 5), 1); **4**–3), 1), 4), 2), 5).

### Задание 19

1–б), 2–б).

### Задание 20

«Да» –1), 2), 4), 5), 9), 10), 11), 15), 16), 17), 18), 19);

«Нет» –3), 6), 7), 8), 12), 13), 14), 20).

### Задание 21

**1.** Положение корпуса — небольшой наклон вперед, голова приподнята; согласованность движений рук и ног — правая рука выносится вперед одновременно с левой ногой, а левая — одновременно с правой ногой. Руки полусогнуты в локтях, энергично отводятся назад; бег легкий, с отрывом от почвы, быстрый, свободный.

2. Подготовительная фаза: исходное положение или разбег; основная фаза: отталкивание, полет; заключительная фаза: приземление.

3. Основные виды движений — жизненно необходимые для человека движения, которыми он пользуется в своей деятельности.

*Значение:* вовлекают в работу большое количество мышц, укрепляют опорно-двигательный аппарат, регулируют деятельность нервной системы, способствуют оздоровлению ребенка, содействуют воспитанию у ребенка различных ориентировок: в пространстве, во времени.

4. Сочетать необходимое направление с силой толчка; толчок преимущественно кистью руки.

5. Цель подготовительных упражнений — общая подготовка, повышение функционального уровня органов и систем, развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости). Подводящие упражнения имеют более узкое назначение — они помогают овладеть техникой данного двигательного действия.

6. Положение корпуса прямое, плечи слегка разведены, голова приподнята, живот подтянут; движения рук и ног согласованны, при шаге правой ногой ребенок делает мах левой рукой вперед, а при шаге левой — правой рукой; ровный, свободный шаг, с перекатом с пятки на носок.

7. Оценивать направление и скорость полета; не прижимать мяч к груди; встречать мяч пальцами в виде «чаши».

8. Подводящие упражнения должны быть сходными по своей структуре с разучиваемым движением в целом или с какой-то его частью.

9. Подлезание, перелезание, пролезание, ползание на четвереньках по горизонтальной и наклонной плоскости (на полу, на гимнастической скамейке), лазанье по вертикальной (гимнастической) стенке, стремянке, веревочной лестнице, канату и шесту.

10. Одноименный способ — движение начинают, например левая нога и левая рука, затем активно действуют правая нога и правая рука; разноименный способ — вначале ребенок действует правой ногой и левой рукой, чередуя с движениями левой ногой и правой рукой.

11. В статических упражнениях необходимо удерживать равновесие в определенно принятой позе — стоя на носках, на одной ноге. Выполняют упражнения на полу, скамейке или другой какой-либо опоре. В динамических упражнениях равновесие надо сохранять в движении — при ходьбе, беге, после поворотов, вращений. Динамические упражнения легче выполнять на полу. Дальнейшее усложнение связано с уменьшением площади опоры — ходьба между двух линий или шнуров, положенных на пол, по доске.

12. Метание проводится на дальность и в цель. Обычно первое предшествует второму. В метании на дальность основное усилие направляется на овладение правильными приемами. Оно не требует такой точности (глазомера) как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Ребенок упражняется в силе броска в соответствии с расстоянием. При метании в цель ребенок сосредотачивает свое внимание на попадании в указанный предмет. Выполнение этого движения требует концентрации внимания, сосредоточенности, целенаправленности, волевого усилия.

13. Лазанье осуществляется посредством поочередного движения рук и ног с опорой каждой ноги на рейки лестницы и задержкой обоих ног на них.

14. Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина; вертикальной — щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево; движущаяся — подвижная цель.

15. Из-за головы; из-за спины через плечо; прямой рукой сверху; прямой рукой сбоку.

## Задание 22

**I. По горизонтали.** 1. Циклические. 4. Ходьба. 6. Бег. 7. Прыжки. 8. Отталкивание. 13. Обычная (ходьба). **По вертикали.** 2. Ациклические. 3. Смешанные. 5. Ползание. 9. Полет. 10. Прицел. 11. Бросок. 12. Приземление. 14. Приставной.

**II. По горизонтали.** 1. Равновесие. 3. Метание. 6. Ползание. 8. Пролезание. 10. Спрыгивание. 13. Бег. 14. Ациклический. 17. Основная. 20. Подготовительная. 24. Катание. 25. Перешагивание. **По вертикали.** 2. Приземление. 4. Лазанье. 5. Перелезание. 7. Ловля. 9. Подскок. 11. Прыжок. 12. Движения. 15. Циклический. 16. Статические. 18. Ходьба. 19. Заключительная. 21. Подпрыгивание. 22. Одноименный. 23. Бросание.

**III. По горизонтали.** 2. Физкультминутка. 3. Подвижная. 4. Классы. 5. Ленточка. 8. Плавание. 9. Ходьба. 11. Челночный. **По вертикали.** 1. Баскетбол. 2. Фронтальный. 6. Кегля. 7. Лазанье. 10. Метание.

**IV. По горизонтали.** 3. Гибкость. 6. Построение. 7. Индивидуальный. 9. Координация. **По вертикали.** 1. Эстафета. 2. Соревнование. 4. Средняя. 5. Показ. 6. Ползание. 8. Вводная. 10. Обруч. 11. Рекорд

## Задание 23. Блиц-опрос

Младшая группа — 4, 12; Средняя группа — 1, 2, 3, 5, 7, 14, 15; Старшая, подготовительная к школе группа — 6, 8, 9, 10, 11, 13.

## Задание 24

1. а) ходьба от бедра, туловище сохраняет вертикальное положение, плечи развернуты, живот подтянут, голова слегка приподнята, шаг перекатом с пятки на носок, движения рук и ног координированы; б) руки согнуты под углом  $90^\circ$ , пальцы кисти рук слегка согнуты. Бег от бедра, перекатом с пятки на носок. Движения рук и ног координированы, к подготовительной группе характеризуется наличием полета; в) кратковременная повторяемость элементов: поочередное движение рук и ног с моментом опоры ноги на рейки лестницы и задержка обеих ног на них — приставной шаг; г) фазы прыжка: 1) подготовительная — принятие исходного положения или разбег; 2) основная — отталкивание; 3) полет; 4) заключительная — приземление. Прыжок в длину с места — *и.л.* ноги на ширине стопы (слегка расставлены) согнуты в коленях, колено должно быть на уровне носков ног, руки — назад (в старших группах вперед, вверх, назад). Взмах руками вперед, толчок, группировка в полете, приземление с пятки на носок перекатом. Прыжок в глубину — *и.л.* (тоже как в прыжке в длину с места) приземление перекатом с пятки на носок. Прыжок в высоту с разбега — разбег, толчок, сгруппироваться в полете, приземление с носка на всю ступню.

2. а) из-за спины через плечо, прямой рукой снизу, прямой рукой сверху, прямой рукой сбоку; б) *и.п.* правая нога отставляется назад, немного на ширину плеч, туловище слегка поворачивается в сторону бросающей руки, правая рука полусгибается в локте перед грудью, левая спускается вдоль туловища, при замахе туловище поворачивается в сторону бросающей руки, склоняется назад, и тяжесть тела переносится на отведенную назад ногу, правая рука оттянута назад.

## Задание 26

1. 1. Основная стойка. 2. Стойка ноги скрестно.

2. 1. Приседание, выполняемое на половину амплитуды, опора на носки, руки вперед. 2. Руки слегка согнуты в локтях, кисти соединены, повернуты ладонями наружу.

3. 1. «Наклон», «Наклон с хлопком». 2. *И.п.*: *о.с.* (ноги вместе; ноги на ширине ступни), руки вверх, палка горизонтально. В: 1,3—поднять согнутую ногу, одновременно палку опустить на колено 2,4—*И.п.* (Дозировка упражнения — 6–7 раз).

## Задание 27. Блиц-опрос

Младшая группа — 1, 3, 4, 5, 11, 14; Средняя группа — 6, 13, 15; Старшая, подготовительная к школе группа — 2, 8, 9, 10, 12.

## Задание 28

**А** — 1-в), 2-б), 3-б), 4-б), 5-а); **Б** — 1-б), 2-а), 3-а), 4-б), 5-в); **В** — 1-б), 2-в), 3-в), 4-б), 5-б); **Г** — 1-в), 2-в), 3-а), 4-б), 5-в); **Д** — 1-а), 2-в), 3-а), 4-а), 5-в).

## Задание 29

1. Гимнастика — система специально подобранных физических упражнений и научно разработанных методических положений, направленных на решение задач всестороннего физического развития и оздоровления ребенка.

2. Команда — устный приказ.

3. Перестроение — переходы из одного строя в другой.

4. Строевые упражнения — совместные действия занимающихся в том или ином построении.

5. Фланги — правая и левая оконечности строя.

6. Построение в рассыпную — размещение занимающихся в разных местах зала без точно установленного интервала, но не ближе вытянутых рук.

7. Распоряжение — более мягкая форма объяснения задания, подготовка к выполнению команд.

8. Построение в круг — построение, при котором дети стоят один возле другого, интервал между локтевыми суставами равен ширине ладони, лицом к центру.

9. Шеренга — строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону.

10. Строй — удобное и целесообразное размещение занимающихся на спортивной площадке, в зале или другом месте.

11. Колонна — размещение друг за другом в затылок на определенном расстоянии.

12. Направляющий — ребенок, идущий в колонне первым.
13. Замыкающий — ребенок, двигающийся в колонне последним.
14. Дистанция — расстояние в глубину между детьми, стоящими в колонне.
15. Интервал — расстояние по фронту между занимающимися.
16. Построение — действия занимающихся по команде или распоряжению педагога для принятия определенного положения в строю.
17. Размыкание — действия занимающихся, связанные с увеличением интервала и дистанции.
18. Смыкание — уплотнение разомкнутого строя.
19. Фронт — сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом.

### Задание 30

1. Гимнастика.
2. *Младший дошкольный возраст.* Приучать действовать совместно в общем для всех темпе. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Средний дошкольный возраст — учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Старший дошкольный возраст. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, в круге.
3. Команда — устный приказ. Распоряжение — более мягкая форма объяснения задания, подготовка к выполнению команд.
4. Команды вводятся с средней группе.
5. Строевые упражнения используются в различных формах организации двигательной деятельности (физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультурный досуг, физкультурный праздник, прогулка, подвижные игры, хороводы и др.).
6. Строевые упражнения способствуют организованному и быстрому размещению детей в зале или на площадке, ориентировке в пространстве, формируют правильную осанку, приучают их быстро находить свое место в строю, соблюдать порядок, уметь согласованно двигаться в коллективе, повышают эмоциональное состояние и дисциплинируют детей.

### Задание 31

1. Перестроение из одной шеренги в три на месте. Перестроение выполняется после предварительного расчета по три. Для этого подается команда: «В три шеренги... Стройся!». По этой команде первые номера остаются на месте, вторые номера делают шаг вперед, затем левую ногу ставят на шаг в сторону и, приставляя правую ногу к левой, встают впереди первого номера. Третьи номера делают два шага вперед, правую ногу — на два шага в сторону и, приставляя к ней левую, становятся впереди вторых номеров.
2. Перестроение из шеренги в круг. По распоряжению: «В круг, взявшись за руки... Стройся!» дети берутся за руки. Воспитатель (или ребенок) берет левой рукой правую руку правофлангового и, двигаясь по кругу к левофланговому, берет его правой рукой за левую руку и замыкает круг.

3. Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три, по четыре в движении с поворотом. При движении группы налево в обход на верхней или нижней границе зала (площадки) подается команда: «В колонну по трое налево... Марш!» По команде «Марш!» первая тройка (двойка, четверка) поворачивается налево и продолжает движение в новом направлении. Следующая тройка делает поворот на том же месте, что и первая (команду подает замыкающий каждой четверки).

4. Перестроение из одного круга в два проводится после расчета «на первый — второй». Затем дается команда «Вторые номера два шага назад шагом... Марш!»

5. Перестроение из шеренги в два, три, четыре круга. Сначала надо поделить группу на две, три, четыре подгруппы. Затем по распоряжению воспитателя дети в подгруппах берутся за руки, правофланговые и левофланговые направляются друг к другу, берутся за руки и выравнивают круг.

### Задание 32

1. 1-в, 2-а, 3-г, 4-б; 2. 1-б, 2-а.

### Задание 33

1-а, 2-в.

### Задание 34

1. Колонна. 2. Строевые упражнения. 3. Строй.

### Задание 35

1-а), б), д); 2-б), в), д); 3-б), в), г).

### Задание 36. Программированный опрос

Карточка с правильными ответами на программированный опрос

Варианты	1	2	3	4	5
А			+		
Б					+
В	+				
Г		+			
Д				+	

### Задание 37

*По горизонтالي.* 1. Строй. 4. Перестроение. 6. Размыкание. 7. Шаг. 8. Упражнения. 10. Колонна. 11. Глазомер. *По вертикали.* 2. Расстояние. 3. Интервал. 5. Смыкание. 7. Шеренга. 9. Поворот.

### Задание 38. Блиц-опрос

Младшая группа — 5, 9, 11, 15; Средняя группа — 1, 4, 6, 8, 12; Старшая, подготовительная к школе группа — 2, 3, 7, 10, 13, 14.

### Задание 40

1. Группа, в одну шеренгу по росту... Становись! 2. В колонну по одному... Становись! 3. На месте шагом... Марш! 4. В обход по залу в ко-

лонне... Шагом марш! **5.** Группа, двойками (по два, парами) через центр зала в два звена... Шагом марш! **6.** Группа, стой, раз-два.

## **Тема 12. Методика организации подвижных игр в разных возрастных группах**

### **Задание 1**

**1.** 1–П.Ф. Лесгафт; 2–Е.А. Аркин. 2. 1–Подвижная игра. 2–Правила. 3–Специфика подвижной игры.

### **Задание 2**

**1А:** 1–б), г), е), з; 2–а), в), д), ж); **1Б:** 1–а), б), г), д), е), 2–в); **1В:** 1–а), в), д), ж), 2–б), г), е); **2.** 1–б), 2–в), 3–а.

### **Задание 3**

1–а; 2–б; 3–в; 4–б.

### **Задание 4**

**1.** 1–а), в). **2.** П.Ф. Лесгафт, Е.А. Аркин, Н.Н. Кильпио, Е.А. Тимофеева, М.Ф. Литвинова, В.Л. Страковская, Э.Я. Степаненкова.

### **Задание 6**

**I.** По горизонтالي. 2. Круг. 4. Медведь. 5. Считалка. 7. Лазанье. По вертикали. 1. Правила. 3. Имитация. 7. «Ловишки». 6. Лента.

**II.** По горизонтали. 10. Задача. 11. Малая. 12. Народные. 13. Опыт. 14. Сюжетные. 15. Жеребьевка. 16. Бег. 17. Считалка. 18. Правила. 19. Метание. 20. Эстетическое. По вертикали. 1. Средняя. 2. Кругозор. 3. Забавы. 4. Воспитатель. 5. Потешки. 6. Медведи. 7. Объяснение. 8. Прыжки. 9. Лазанье.

### **Задание 7**

«Да» — 1, 2, 3, 8, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 19, 20.

«Нет» — 4, 5, 6, 7, 10, 14, 17, 18.

### **Задание 9. Блиц-опрос**

Младшая группа — 1, 6; средняя группа — 2, 4, 5, 9, 11, 14; старшая, подготовительная к школе группа — 3, 7, 8, 10, 12, 13, 15.

### **Задание 11**

Младшая группа — 2, 4, 8, 13, 16, 20, 21; Средняя группа — 3, 6, 7, 9, 12, 15, 18; Старшая, подготовительная группы — 1, 5, 10, 11, 14, 17, 19.

## **Тема 13. Игры с элементами спорта и спортивные упражнения**

### **Задание 1**

**1.** Э.И. Адашкявичене, М.П. Голощекина, Т.И. Осокина, А.В. Листенева, Л.Н. Пустынникова, Т.С. Казаковцева, А.Д. Котляров; **2.**–а), б), д).

### **Задание 2. Спортивное упражнение — катание на велосипеде**

1. 1-а), в), д), ж); 2-б), г), е), з). 2. 1-б), 2-в), 3-а). 3. 1. Легкой, не стесняющей движений, свободной. 2. Со второй младшей группы. 3. Катание на санках, ходьба на лыжах, скольжение по ледяной дорожке, катание на коньках. 4. 1-б), 2-в), 3-б), 4-г). 5. Велосипед.

### **Задание 3. Спортивное упражнение — катание на роликовых коньках**

1. 1-в), 2-г). 2. Укреплению свода стопы, повышению устойчивости вестибулярного аппарата, совершенствованию пространственного представления, способствует развитию основных движений, смелости, настойчивости, решительности. 3-а), б). 4. От страха, травматизма; положительных черт характера. 5-б), г), а), в).

### **Задание 4. Спортивное упражнение — плавание**

1. 1) Дыхательную, костно-мышечную, сердечно-сосудистую, нервную.  
2) Кроль. 2. 1-в; 2-а; 3-б; 3. 1-а), в), 2-б), г); 4-б); 5-б), г).

### **Задание 5. Спортивные упражнения — скольжение по ледяным дорожкам, катание на санках, ходьба на лыжах, катание на коньках**

1. в), а), б). 2. в), д), а), б), г). 3. 1-б), 2-а), 3-в). 4. 1-б), 2-в), 3-а), 4-а), 5-а). 5. 1. Подготовительной к школе группе; 2. Старшей группе.

### **Задание 6**

1. 1)-б), 2)-а). 2. 1. Старшей группе; 2. Старшей группе; 3. Подготовительной к школе группе. 3. 1-а), 2-в), 3-в).

## **Тема 14. Формы организации физического воспитания в дошкольном учреждении**

### **Задание 1**

1. Физкультурное занятие. 2. 1)-а), 2)-а), 3)-в), 4)-в), 5)-в). 3. 1)-б), г); 2)-а), б), г), д). 4. 1)-в); 2)-а); 3)-б). 5. С первой младшей группы.

### **Задание 2**

1. 1)-б); 2)-в); 3)-в); 4)-б). 2. 1)-б), г), д); 2)-а), в), г). 3-б), в), а). 4. 1-в), 2-а), 3-б). 5. 1-б), 2-а).

### **Задание 3**

1-в). 2. 1-3), 6), 9; 2-1), 2), 4), 5), 8); 3-7); 3. 1. шагометрии; 2. пульсометрии; 3. хронометража. 4-6), 3), 7), 8), 2), 4), 5), 1). 5-а), в), д).

### **Задание 4**

1. Физкультурное занятие — это основная форма обучения физическим упражнениям.

2. Занятие состоит из 3-х частей:

*Вводная часть.* Задача — повысить эмоциональное состояние детей, активизировать их внимание, постепенно подготовить организм к предстоящей повышенной физической нагрузке.

Планируют:

- разные виды ходьбы;
- разные виды бега;
- упражнения на внимание;
- строевые упражнения;
- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения на профилактику плоскостопия;
- упражнения в прыжках;
- упражнения в равновесии;
- упражнения в лазании;
- танцевальные упражнения.

Продолжительность: от 2 до 4 мин.

*Основная часть.* Задача — обучать основным двигательным навыкам и закреплять их, развить физические качества, тренировать различные мышечные группы, тренировать и совершенствовать физиологические функции организма

Планируют :

- комплекс общеразвивающих упражнений;
- основные движения;
- подвижная игра.

Продолжительность: от 10 до 20 мин.

*Заключительная часть.* Задача — обеспечить постепенный переход от повышенной мышечной деятельности к спокойной, уменьшить двигательное возбуждение, сохранив при этом бодрое настроение.

Планируют :

- дыхательные упражнения;
- малоподвижные игры;
- ходьбу обычную;
- упражнения на релаксацию.

Продолжительность: от 2 до 3 мин.

## Задание 7<sup>1</sup>

1. Методика, которой пользуется воспитатель: на 1 этапе — при разучивании нового упражнения должен быть дан расчлененный показ, практическое выполнение детьми упражнения; на 2 этапе — углубленного разучивания можно использовать показ, объяснения, активизировать умственную активность детей, уточнить, кто делает упражнение правильно, объяснить почему; на 3 этапе — закрепления и совершенствования используется счет, музыкальное сопровождение, метод «творческих заданий».

2. Наивысшая физиологическая нагрузка должна быть в подвижной игре типа «Ловишки». Психологическая нагрузка на занятии должна быть там наивысшей, где дается обучение новым движениям.

3. В младшей группе основная стойка не дается.

## Задание 9

Рис. 7 — круговой поточный способ организации; рис. 8 — поочередный способ организации; рис. 9 — фронтальный способ организации; рис. 10 — групповой способ организации.

---

<sup>1</sup> Задания 5, 6 носят творческий характер.

## **Задание 10**

Рис. 11 — гантели; рис. 12 — мяч; рис. 13 — обруч; рис. 14 — лестница.

## **Тема 15. Организация физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня**

### **Задание 1 Утренняя гимнастика**

1. 1)–б); 2)–б); 3)–в); 4)–г); 5)–в); 6)–а). 2. в), а), б). 3. 1)–в), г); 2)–б), д); 3)–а), е); 4. 1. Облегченной; 2. 16–18° С). 5. 1)–а), в), д); 2)–а), в), г); 3)–а), в), г); 4)–а), б), г); 5)–в), г), д). 6. Специально подобранных.

### **Задание 2**

1. Структура утренней гимнастики — вводная часть, основная часть, заключительная часть. 2. Дыхание в ходьбе и беге должно быть произвольным. 3. Максимальная нагрузка дается после комплекса общеразвивающих упражнений в подпрыгивании или беге.

### **Задание 3. Физкультминутки**

1. 1)–а), в), г); 2)–а); 3)–б). 2. Знакомы, просты по выполнению. 3. Физкультминутки.

## **Тема 16. Активный отдых**

### **Задание 1. Экспресс-опрос по теме «Физкультурные досуги»**

«Да» — 1, 3, 5, 8, 9, 10, 12, 14, 15.

«Нет» — 2, 4, 6, 7, 11, 13.

### **Задание 2**

1. 1. 1 ч–1 ч 20 мин. 2. Со средней группы. 3. Простейший вид детского туризма. 2. 1)–в); 2)–б); 3)–б); 4)–в). 3. 1)–б); 2)–в); 3)–а). 4. 1)–б), 2)–а). 5. 1)–б); 2)–а).

## **Тема 17. Методическое руководство работой по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении**

### **Задание 1**

1)–а), в), д), ж). 2. Жизненный объем легких. 3. 1)–в); 2)–в). 4. 1)–д); 2)–в); 3)–г); 4)–б); 5)–а).

### **Задание 2**

1)–б), г), е). 2. 1. Физическая подготовленность; 2)–г); 3)–б). 3. 1)–в); 2)–а); 3)–б).

## Содержание

Предисловие .....	3
Программа «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» .....	6
Семинарские и практические занятия .....	29
Психолого-педагогические практикумы .....	58
Рейтинговая система оценки знаний по курсу «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» .....	67
Контроль знаний студентов (материалы к контрольным и самостоятельным работам студентов) .....	78
Дипломные и выпускные квалификационные работы .....	187
Задания на методическую практику в дошкольном учреждении .....	250
Задания на педагогическую практику в педагогическом колледже .....	251
Ответы контрольных заданий для самопроверки .....	253

*Учебное издание*

**Кожухова Наталия Николаевна  
Рыжкова Любовь Анатольевна  
Борисова Марина Михайловна  
Горелова Вера Викторовна**

## **Теория и методика физического воспитания и развития ребенка**

### **Практическая подготовка студентов**

*Учебное пособие для студентов высших учебных заведений,  
обучающихся по специальностям  
«Дошкольная педагогика и психология»,  
«Педагогика и методика дошкольного образования»*

**Зав. редакцией В. А. Салахетдинова  
Редактор Н.А. Толмачева  
Зав. художественной редакцией И.А. Пшеничников  
Художник В.Е. Филиппов  
Компьютерная верстка А.Е. Снежко  
Корректор Н.А. Толмачева**

Отпечатанно с диапозитивов, изготовленных  
ООО «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС»

Лицензия ИД № 03185 от 10.11.2000.  
Санитарно-эпидемиологическое заключение  
№ 77.99.60.953.Д.009475.08.07 от 10.08.2007 г.  
Сдано в набор 20.12.06. Подписано в печать 10.04.07.  
Формат 60×88/16. Печать офсетная. Бумага газетная. Усл. печ. л. 16,66.  
Тираж 10 000 экз. (1-й завод 1–3 000 экз.). Зак. №

Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС  
119571, Москва, просп. Вернадского, 88  
Московский педагогический государственный университет.  
Тел. 437-11-11, 437-99-98; тел./факс 735-66-25.  
E-mail: vlados@dol.ru

---

Государственное унитарное предприятие  
Областная типография «Печатный Двор».  
432061, г. Ульяновск, ул. Пушкарёва, 27.