



Государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования города Москвы  
«Московский государственный институт физической культуры, спорта и туризма  
имени Ю.А. Сенкевича»  
(ГАОУ ВО МГИФКСиТ имени Ю.А. Сенкевича)

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор ГАОУ ВО МГИФКСиТ  
имени Ю.А. Сенкевича

*Масягина*

Н.В. Масягина

«12» *ноября*

20*20* г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

наименование дисциплины:

**Методика физического воспитания и спортивной подготовки  
детей дошкольного и младшего школьного возраста**

индекс по учебному плану: **Б1.В.ДВ.04.01**

направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**

профиль (направленность): **Спортивная подготовка в избранном виде спорта**

факультет: **Туризма**

кафедра: **Теории и методики физической культуры**

<b>Общая трудоёмкость</b> (в академических часах / ЗЕ)	<b>180 часов / 5 ЗЕ</b>	
в том числе по формам обучения:	<b>очная</b>	<b>заочная</b>
<b>аудиторных</b>	85	16
из них:		
лекции	34	8
занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия)	51	8
<b>самостоятельных</b>	95	164
<b>контроль</b>	-	-
<b>Форма промежуточной аттестации</b>		
Зачет с оценкой	7 семестр	4 курс

Рабочая программа составлена на основании ФГОС ВО направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940 и учебного плана ГАОУ ВО МГИФКСиТ имени Ю.А. Сенкевича на кафедре теории и методики физической культуры

Разработчик рабочей программы дисциплины  к.п.н., доцент Еремин М.В.

УТВЕРЖДЕНО на заседании кафедры  
протокол от «31» 08 2020г. № 1

Заведующий кафедрой  канд. пед. наук., доцент М.В. Еремин

СОГЛАСОВАНО

Начальник учебно-методического отдела

 В.В. Вознесенская

Зав. библиотекой

 Ю.Г. Нацина

## **1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И НОРМАТИВНЫЕ ССЫЛКИ**

Настоящая рабочая программа дисциплины «Методика физического воспитания и спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста» устанавливает требования к образовательным результатам и результатам обучения студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

Программа предназначена для преподавателей, ведущих дисциплину «Методика физического воспитания и спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста» и студентов направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, обучающихся по образовательной программе Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Программа учебной дисциплины разработана в соответствии с:

- ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённого приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура».

- Учебным планом по образовательной программе бакалавриата Спортивная подготовка в избранном виде спорта направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым в 2020 г.

## **2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целью изучения дисциплины «Методика физического воспитания и спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста» является формирование у студентов знаний и практических умений в области организации и проведения тренировочных занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, тренирующихся на этапе начальной подготовки в избранном виде спорта.

Задачи дисциплины:

- ознакомить студентов с общими закономерностями развития ребенка в младшем школьном и дошкольном возрасте;
- изучить специфику обучения и особенности организации работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста;
- научить студентов разъяснять в простой и доступной форме суть физических упражнений, правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, тренирующимися на этапе начальной подготовки;
- сформировать навыки планирования тренировочных занятий для детей дошкольного и младшего школьного возраста, тренирующихся на этапе начальной подготовки.

## **3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

В структуре основной профессиональной образовательной программы дисциплина «Методика физического воспитания и спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста» относится к дисциплинам по выбору, вариативной части, формируемой участниками образовательных отношений, блока Б1.

Изучение дисциплины базируется на следующих дисциплинах: физиология человека; физиология физического воспитания и спорта; биомеханика двигательной деятельности; базовые и новые виды спорта: гимнастика, легкая атлетика, подвижные игры; теория и методика физической культуры и спорта; управление тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта; безопасность жизнедеятельности; педагогика (история педагогики, общая педагогика, возрастная педагогика, дидактика); психология возрастная; психология физического воспитания и спорта.

Результаты изучения дисциплины могут быть использованы при изучении дисциплина «Управление тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта» и прохождении производственной (преддипломной) практики.

#### 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ОПК-1.5. Демонстрирует навыки планирования и организации учебно-тренировочного процесса занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы планирования и учета результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе начальной подготовки.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать конспекты тренировочных занятий для спортсменов, тренирующихся на этапе начальной подготовки.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составления конспекта тренировочного занятия для детей дошкольного и младшего школьного возраста, тренирующихся на этапе начальной подготовки.</li> </ul>
<p>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.</p>	<p>ПК-2.3. Реализует индивидуальные методики тренировки в рамках спортивно-оздоровительной работы с занимающимися различного уровня подготовленности, пола и возраста.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие закономерности развития ребенка в младшем школьном и дошкольном возрасте;</li> <li>– специфику обучения и особенности организации работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– управлять учебно-тренировочными группами с целью вовлечения детей в тренировочный процесс, мотивируя их познавательную деятельность в области физической культуры и спорта.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проведения учебно-тренировочных занятия различной направленности в избранном виде спорта с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, тренирующимися на этапе начальной подготовки.</li> </ul>

	<p>ПК-2.4. Осуществляет контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные методы и технологии обучения детей младшего школьного и дошкольного возраста</li> <li>– методику организации и проведения тренировочных занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе начальной подготовки.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разъяснять в простой и доступной форме суть физических упражнений, правила техники безопасности при выполнении упражнений, использовании спортивного инвентаря, участии в спортивной (подвижной) игре.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организации различных видов деятельности с детьми дошкольного и младшего школьного возраста: предметной, познавательной, игры (ролевой, с правилами); конструирования, создания широких возможностей для развития свободной игры детей, в том числе обеспечение игрового времени и пространства, в условиях безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.</li> </ul>
--	---	--

## 5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины составляет 5 зачетных единиц, 180 часов.

### 5.1. Распределение часов по темам и видам учебной работы.

#### Очная форма обучения

	Номера и наименования разделов и тем	Всего час.	Контактная работа				СРС	Индекс компетенции
			всего	в т.ч.				
				Л	Семинары	Практические занятия		
Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста								
1.	Общие закономерности психофизического развития детей младшего школьного и дошкольного возраста	24	12	6		6	12	ОПК-1
Раздел 2. Организационно-методические основы физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста								
2.	Особенности использования	18	8	4	2	2	10	ПК-2

	спортивного оборудования в процессе спортивной подготовки детей								
3.	Принципы, средства и методы обучения физическим упражнениям детей младшего школьного и дошкольного возраста	40	20	10		10		20	ОПК-1, ПК-2
4.	Методика обучения и структура тренировочных занятий с детьми младшего школьного и дошкольного возраста	98	45	14		31		53	ОПК-1, ПК-2
	Итого	180	85	34	-	51	-	95	ОПК-1, ПК-2
	Зачет с оценкой	-	-	-	-	-	-	-	ОПК-1, ПК-2
	Всего часов	180	85	34	-	51	-	95	

### Заочная форма обучения

	Номера и наименования разделов и тем	Всего часов	Контактная работа				СРС	Индекс компетенции	
			всего	в т.ч.					
				Л	Семинары	Практич. занятия			Др. виды работ
Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста									
1.	Общие закономерности психофизического развития детей младшего школьного и дошкольного возраста	44	4	2		2		40	ОПК-1
Раздел 2. Организационно-методические основы физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста									
2.	Особенности использования спортивного оборудования в процессе спортивной подготовки детей	44	4	2		2		40	ПК-2
3.	Принципы, средства и методы обучения физическим упражнениям детей младшего школьного и дошкольного возраста	44	4	2		2		40	ОПК-1, ПК-2
4.	Методика обучения и структура тренировочных занятий с детьми младшего школьного и дошкольного возраста	48	4	2		2		44	ОПК-1, ПК-2
	Итого	180	16	8	-	8	-	164	ОПК-1, ПК-2
	Зачет с оценкой	-	-	-	-	-	-		ОПК-1, ПК-2
	Всего часов	180	16	8	-	8	-	164	

## **5.2. Тематическое содержание дисциплины**

### **Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста**

#### **Тема 1. Общие закономерности психофизического развития детей младшего школьного и дошкольного возраста**

Особенности развития ребенка-дошкольника. Критические этапы совокупности морфологических и функциональных особенностей развития ребенка, отличных от смежных возрастов.

Особенности психофизического развития, формирования двигательных функций у детей дошкольного возраста. Ребенок дошкольного возраста как субъект игровой деятельности. Общение в структуре профессиональной деятельности тренера.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: ОПК-1.5.

### **Раздел 2. Организационно-методические основы физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста**

#### **Тема 2. Особенности использования спортивного оборудования в процессе спортивной подготовки детей**

Требования, предъявляемые к оснащению спортивного зала. Оборудование и инвентарь для занятий физическими упражнениями. Оборудование в соответствии с рекомендациями по физическому образованию и возрастом детей дошкольного возраста.

Развитие самостоятельности и творческих, двигательных способностей детей.

Контроль за санитарно-гигиеническими условиями и одеждой детей при организации тренировочных занятий. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях с детьми младшего школьного и дошкольного возраста.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: ПК-2.3, ПК-2.4.

#### **Тема 3. Принципы, средства и методы обучения физическим упражнениям детей младшего школьного и дошкольного возраста**

Современные подходы к организации спортивной подготовки детей 6-10 лет.

Особенности методики проведения занятий по общей физической подготовке с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Понятия физической подготовки в структуре тренировочных занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

Методы и приемы обучения ребенка. Регулирование нагрузок и их гармоничное сочетание с отдыхом. Обучение ребенка движениям в соответствии с закономерностями формирования двигательных умений и навыков.

Выбор методических приемов обучения в соответствии с программным содержанием материала, возрастными и типологическими особенностями, степенью владения движениями, общим развитием ребенка: нагляднозрительные приемы, приемы тактильно-мышечной наглядности, предметная наглядность, наглядно-слуховые приемы, приемы вербального (словесного) метода.

Характеристика физиологических механизмов, показателей правильности основных движений: метания; ползания, лазания; ходьбы; бега; прыжка.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: ОПК-1.5, ПК-2.3, ПК-2.4.

#### **Тема 4. Методика обучения и структура тренировочных занятий с детьми младшего школьного и дошкольного возраста**

Современные подходы к организации физического воспитания и спортивной подготовки детей 6-10 лет.

Методика обучения детей основным видам движений Основные понятия: основные виды движений, технические элементы, осанка, звуковое сопровождение, непрерывность бега, подскоки, прыжки, ползание, лазанье, прокатывание, метание.

Методика воспитания психофизических качеств. Пособия и инвентарь для выполнения основных движений.

Комплексы общеразвивающих упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий.

Тестирование физического развития и физической подготовленности.

Содержание основной гимнастики: основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения.

Требования к составлению комплексов. Подбор общеразвивающих упражнений для разных возрастных групп.

Упражнения в бросании, метании. Упражнения в лазании. Упражнения в ходьбе. Упражнения в беге. Упражнения в прыжках. Упражнения в равновесии.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: ОПК-1.5, ПК-2.3, ПК-2.4.

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

### **6.1 Основная литература:**

1. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453727>

2. Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания дошкольников : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 350 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11218-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/45692>

3. Морозова, Л. Д. Теория и методика физического развития дошкольников : учебное пособие для вузов / Л. Д. Морозова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 167 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11435-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456949>

### **6.2 Дополнительная литература:**

1. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/446683>

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 256 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453927>

3. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06125-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453952>

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»**

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://www.rsl.ru/>
2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. — 2020. Режим доступа: <http://uwgl.ru>



3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Электронный ресурс]: журнал. – 2020. Режим доступа: <http://teoriya.ru>
4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 [Электронный ресурс]: газета. – 2020. Режим доступа: <https://rg.ru>
5. Особенности психофизического развития ребёнка [Электронный ресурс]. – 2020. Режим доступа: <http://nsportal.ru>

**Перечень информационно-справочных систем:**

- Электронно-библиотечная система – Руконт;
- Электронно-библиотечная система Юрайт;

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Для успешного освоения дисциплины, студент использует такие программные средства как Excel; Word.

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Реализация программы предполагает наличие учебной аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий, и спортивного зала для проведения практических занятий.

Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

- Комплект учебной мебели для обучающихся:  
Письменные столы (84 шт.);  
Стулья (84 шт.);  
Учебная доска (1 шт.)  
Проектор Epson EB-1723 (1 шт.)  
Экран настенно-потолочный, рулонный Classic 240x180 (E230X173/3MW-C6/W) – 1шт.
- Рабочее место преподавателя с компьютером, мультимедийным оборудованием, с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду:  
Системный блок Core i3 530 (1 шт.);  
Монитор преподавателя Asus VH203D (1 шт.);  
Комплект активных колонок (колонки со встроенным звукоусилителем) Microlab (2 шт.);  
Комплект клавиатура +мышь;  
Windows 7 Professional – лицензия №49715244, №49466115 от 15.02.2012г.;  
MS Office Standart 2010 - лицензия №49715245 от 15.02.2012г.;  
Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - лицензия № 1688-000451 56E7XXXX от 21.03.2018г.;

Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду с соблюдением

Федерального закона от 27.07.2006г. №149-ФЗ и Федерального закона от 29.12.2010г. №436-ФЗ

Аудитория для практических занятий:

- Комплект учебной мебели для обучающихся: Письменные столы (23 шт.);  
Стулья (25 шт.);  
Учебная доска (1 шт.)
- Рабочее место преподавателя с компьютером, мультимедийным оборудованием, с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду: Системный блок Core i3 530 (1 шт.);  
Монитор Asus VH203D (1 шт.);  
Комплект активных колонок (колонки со встроенным звукоусилителем) Microlab M-520 – (1 шт.);  
Комплект клавиатура +мышь (1 шт.);

Windows 7 Professional – лицензия №49715244, №49466115 от 15.02.2012г.;  
MS Office Standart 2010 - лицензия №49715245 от 15.02.2012г.;  
Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - лицензия № 1688-000451 -56E7XXXX от 21.03.2018г.;

Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду с соблюдением

Федерального закона от 27.07.2006г. №149-ФЗ и Федерального закона от 29.12.2010г. №436-ФЗ.

Оборудование и техническое оснащение спортивного зала:

конусы (h-50 см) – 12 шт.;

конусы (h-35 см) – 12 шт.;

конусы-сферы (d-20 см) – 6 шт.;

гимнастические палки (пластиковые) (h-50-120 см) – 30 шт.;

крепежи для гимнастических палок – 20 шт.;

дорожки ребристые (h-1,5-2,0 м) – 6 шт.;

полусферы – 4 шт.;

мячи массажные – 30 шт.;

мячи гимнастические (хопы) (d-45-55 см) – 2 шт.;

кольца резиновые (d-20 см) – 10 шт.;

лестница (веревочная напольная) – 2 шт.;

дорожка «мостик» (напольный) – 2 шт.;

мягкие палки (h-1,80 см) – 6 шт.;

мячи детские (d-15-20 см) – 6 шт.;

мешочки с песком (100 гр.) – 4 шт.;

гимнастические скамейки – 4-5 шт. или стулья по количеству слушателей;

музыкальный центр – 1 шт.;

флешкарта с музыкой – 1 шт.

видеокамера – 1 шт.

## **10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **10.1. Методические указания по изучению дисциплины для обучающихся**

Студентам необходимо ознакомиться:

- с содержанием рабочей программы дисциплины (далее – РПД), с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися на образовательном портале и сайте кафедры, с графиком консультаций преподавателей данной кафедры.

*Советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины.* Рекомендуемое распределение времени на изучение дисциплины указано в разделе «Структура и содержание дисциплины». В целях более плодотворной работы в семестре студенты также могут ознакомиться с календарно-тематическим планом дисциплины, составленным преподавателем – как для лекционных, так и для практических занятий.

*«Сценарий» изучения дисциплины.* «Сценарий» изучения дисциплины студентом подразумевает выполнение им следующих действий:

1. Ознакомление с целями и задачами дисциплины.
2. Ознакомление с требованиями к знаниям и навыкам студента.
3. Первичное ознакомление с разделами и темами дисциплины.
4. Ознакомление с распределением времени на изучение дисциплины.
5. Ознакомление со списками рекомендуемой основной и дополнительной литературы по дисциплине.
6. Углублённое ознакомление с разделами и темами дисциплины.

7. Предварительный охват на основе рекомендуемой литературы круга вопросов, актуальных для конкретного занятия.

8. Самостоятельная проработка основного круга вопросов как каждого последующего, так и каждого предыдущего занятия в свободное время между занятиями по дисциплине.

9. Присутствие и творческое участие на лекционных и семинарских / практических занятиях.

10. Выполнение требований планового текущего и итогового контроля.

11. Уточнение возникающих вопросов на консультации по дисциплине.

### **10.2. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям (теоретический курс)**

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;

- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам, если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

### **10.3. Рекомендации по подготовке к практическим занятиям**

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;

- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;

- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;

- в ходе занятия давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов.

### **10.4. Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий**

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Студентам следует:

- руководствоваться графиком самостоятельной работы, определенным РПД;

- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на семинарах и консультациях неясные вопросы;

- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

## **11. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и учебно-методические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением элементов электронного обучения. Электронное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В образовательном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающихся с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении всех видов аттестации.

Особые условия предоставляются обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на основании заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

## **12. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

### **12.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

<b>Формируемые компетенции</b>	<b>Знания, умения, навыки</b>	<b>Средства оценки</b>
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры,	<b>Знает:</b> – основы планирования и учета результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе начальной подготовки.	<b>Этап 1.</b> Формирование базы знаний: – лекции; – практические занятия по темам теоретического

<p>физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать конспекты тренировочных занятий для спортсменов, тренирующихся на этапе начальной подготовки.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составления конспекта тренировочного занятия для детей дошкольного и младшего школьного возраста, тренирующихся на этапе начальной подготовки.</li> </ul>	<p>содержания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– самостоятельная работа студентов по вопросам тем теоретического содержания.</li> </ul> <p><b>Этап 2. Формирование навыков практического использования знаний:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– практические и семинарские занятия;</li> <li>– ситуационные задачи;</li> <li>– самостоятельная работа по решению ситуационных заданий.</li> </ul>
<p>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие закономерности развития ребенка в младшем школьном и дошкольном возрасте;</li> <li>– специфику обучения и особенности организации работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.</li> <li>– современные методы и технологии обучения детей младшего школьного и дошкольного возраста</li> <li>– методику организации и проведения тренировочных занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе начальной подготовки.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– управлять учебно-тренировочными группами с целью вовлечения детей в тренировочный процесс, мотивируя их познавательную деятельность в области физической культуры и спорта;</li> <li>– разъяснять в простой и доступной форме суть физических упражнений, правила техники безопасности при выполнении упражнений, использовании спортивного инвентаря, участии в спортивной (подвижной) игре.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проведения учебно-тренировочных занятия различной направленности в избранном виде спорта с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, тренирующимися на этапе начальной подготовки;</li> <li>– организации различных видов деятельности с детьми дошкольного и младшего школьного возраста: предметной, познавательной, игры (ролевой, с правилами); конструирования, создания широких возможностей для развития свободной игры детей, в том числе обеспечение игрового времени и пространства, в условиях безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.</li> </ul>	<p><b>Этап 3. Проверка усвоения материала:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проверка решений, самостоятельно выполненных практических заданий;</li> <li>– анализ и оценка активности и эффективности участия в практических занятиях;</li> <li>– опрос текущих знаний;</li> <li>– контрольные срезовые задания;</li> <li>– итоговый контроль по дисциплине.</li> </ul>

## 12.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

<i>Описание показателей</i>	
<u>Этап 1:</u> Формирование базы знаний	- посещение лекционных и практических занятий; - ведение конспекта лекций
<u>Этап 2:</u> Формирование навыков практического использования знаний	- правильное и своевременное выполнение практических заданий по разрешению поставленных проблем; - обоснованное решение ситуационных задач; - наличие правильно выполненной самостоятельной работы
<u>Этап 3:</u> Проверка усвоения материала	- степень активности и эффективности участия студента по итогам каждого практического занятия; - выполнение самостоятельных работ, в том числе домашних заданий; - результаты зачета
<i>Критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования</i>	
<u>Этап 1:</u> Формирование базы знаний	- посещение лекционных и практических занятий не менее 80%; - наличие конспекта лекций по всем темам, вынесенным на лекционное обсуждение не менее 60% - участие в обсуждении теоретических вопросов тем на каждом практическом занятии не менее 50%
<u>Этап 2:</u> Формирование навыков практического использования знаний	- студент должен знать сущность и специфику дисциплины с правильностью не менее 60%; - может демонстрировать различные методики обучения детей дошкольного и младшего школьного возраста физическим упражнениям, с правильностью не менее 60%; - может анализировать и оценивать информацию; планировать и осуществлять свою деятельность с учетом результатов этого анализа с правильностью не менее 60%; - владеет способностью сбора и анализа информации с правильностью не менее 60%; - владеет способностью корректно формулировать задачи своей деятельности, устанавливать их взаимосвязи, строить модели систем задач, анализировать, диагностировать причины появления проблем с правильностью не менее 60%
<u>Этап 3:</u> Проверка усвоения материала	- практические задания и задачи, решённые самостоятельно, в отведенное время, результат выше пороговых значений с правильностью не менее 60% Оценка «5» ставится при наличии 90-100% правильных решений; Оценка «4» ставится при наличии 75-89% правильных решений; Оценка «3» ставится при наличии 60-74% правильных решений.
<i>Описание шкал оценивания</i>	
Оценивание результатов зачета с оценкой	Студент оценивается на: «отлично» - если посетил не менее 80% лекционных и практических занятий, выполнил все практические задания на отлично; «хорошо» - если студент посетил не менее 80% лекционных и практических занятий, выполнил все практические задания на отлично и/или хорошо; «удовлетворительно» - если студент посетил не менее 80% лекционных и практических занятий, выполнил все практические задания на удовлетворительно; «неудовлетворительно» - если студент посетил не менее 60% лекционных и практических занятий, не выполнил все практические задания.
Оценивание результатов выполнения практических заданий	Шкала оценивания: «отлично» – студент разработал комплекс упражнений с учетом соответствующего возраста детей, упражнения подобраны с использованием спортивного инвентаря.

	<p>«хорошо» – студент разработал комплекс упражнений с учетом соответствующего возраста детей, упражнения подобраны с использованием спортивного инвентаря, имеются не точности в выполнении;</p> <p>«удовлетворительно» – студент разработал комплекс упражнений без учета особенностей возраста детей, упражнения подобраны с использованием спортивного инвентаря.</p> <p>«неудовлетворительно» – студент не разработал комплекс упражнений, упражнения подобраны без использования спортивного инвентаря.</p>
--	---

### **12.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **12.3.1. Вопросы для подготовки к зачету**

1. Формирование двигательных навыков и развитие физических качеств у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
2. Характерные закономерности физического развития детского организма с 6 до 10 лет.
3. Особенности развития и совершенствования функций различных органов и систем под влиянием физических упражнений.
4. Значение своевременного развития моторики для полноценного физического и психического развития ребенка.
5. Влияние подвижных игр на организм ребенка дошкольного и младшего школьного возраста.
6. Характеристика подвижной игры как средства и метода физического воспитания и общего развития ребёнка.
7. Значение правил игры как фактора, регулирующего деятельность детей.
8. Формирование нравственных качеств детей в процессе подвижной игры.
9. Значение национальных игр в физическом воспитании детей дошкольного и младшего школьного возраста.
10. Эффективность закаливающих мероприятий в сочетании с физическими упражнениями.
11. Методика воспитания физических качеств у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
12. Методика организации тренировочных занятий.
13. Задачи и средства спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста.
14. Методы и приёмы обучения в системе спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста.
15. Формы организации деятельности тренера и ребёнка на тренировочном занятии.
16. Методика обучения общеразвивающим и строевым упражнениям детей дошкольного и младшего школьного возраста.
17. Характеристика средств физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста.
18. Характерные закономерности физического развития детского организма.
19. Классификация и общая характеристика методов и приёмов обучения физическим упражнениям детей дошкольного и младшего школьного возраста в процессе обучения физическим упражнениям.
20. Методы проблемного обучения и формирования творческих способностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в тренировочном процессе.

#### **12.3.2. Практические задания.**

##### **Практическая работа № 1**

1. **Цель работы:** сформировать у студента навыки составления комплексов

физических упражнений (на развитие физических качеств, на освоение основных видов движений) с использованием спортивного инвентаря.

**2. Задание:** составить и продемонстрировать на группе студентов комплекс упражнений (заданий) (на развитие физических качеств, на освоение основных видов движений) с использованием спортивного инвентаря (возрастная группа на выбор студента).

**3. Условия выполнения задания:**

3.1. Место (время) выполнения задания: в спортивном зале на практическом занятии.

3.2. Максимальное время выполнения задания: 15 минут отводится на разработку комплекса упражнений (для группы в целом), 10 минут – демонстрацию комплекса (для каждой подгруппы отдельно).

3.3. Необходимое:

а) оборудование (инвентарь),

– конусы (h-50 см) – 12 шт.;

– конусы (h-35см) – 12 шт.;

– конусы-сферы (d-20 см) – 6 шт.;

– гимнастические палки (пластиковые) (h-50-120см) – 20 шт.;

– крепежи для гимнастических палок – 20 шт.;

– дорожки ребристые (h-1,5-2,0 м) – 6 шт.;

– полусферы – 4 шт.;

– мячи массажные – 30 шт.;

– мячи гимнастические (хопы) (d-45-55 см) – 2 шт.;

– мячи гимнастические (фитболы) (d-55 см) – 30 шт.;

– кольца резиновые (d-20 см) – 10 шт.;

– лестница (веревочная напольная) – 2 шт.;

– дорожка «мостик» (напольный) – 2 шт.;

– мягкие палки (h-1,80 см) – 6 шт.;

– мячи детские (d-15-20 см) – 6 шт.;

– мешочки с песком (100 гр.) – 4 шт.

б) расходные материалы: планшет для бумаги, листы формата А4, ручки, карандаши – по 6 шт.

**4. Содержание задания:** Группа студентов разбивается на 5 подгрупп по 5-6 человек. Каждая подгруппа разрабатывает самостоятельно по заданию преподавателя комплекс упражнений (заданий) (на развитие физических качеств, на освоение основных видов движений) с использованием спортивного инвентаря для определенной возрастной группы детей (из расчета 10 минут на проведение комплекса). По жеребью один студент из подгруппы проводит комплекс упражнений на группе студентов из 8-12 человек (по 2-3 человека из других подгрупп). После демонстрации каждой подгруппой своего комплекса проводится анализ и разбор ошибок.

**Практическая работа № 2**

**1. Цель работы:** сформировать у студента навыки организации и проведения подвижных игр.

**2. Задание:** составить и продемонстрировать на группе студентов подвижную игру.

**3. Условия выполнения задания:**

3.1. Место (время) выполнения задания: в спортивном зале на практическом занятии.

3.2. Максимальное время выполнения задания: 15 минут отводится на разработку модели подвижной игры (для группы в целом), 5-7 минут – демонстрацию подвижной игры (для каждой подгруппы отдельно).

3.3. Необходимое:

а) оборудование (инвентарь),



- конусы (h-50 см) – 12 шт.;
  - конусы (h-35 см) – 12 шт.;
  - конусы-сферы (d-20 см) – 6 шт.;
  - гимнастические палки (пластиковые) (h-50-120 см) – 20 шт.;
  - крепежи для гимнастических палок – 20 шт.;
  - дорожки ребристые (h-1,5-2,0 м) – 6 шт.;
  - полусферы – 4 шт.;
  - мячи массажные – 30 шт.;
  - мячи гимнастические (хопы) (d-45-55 см) – 2 шт.;
  - мячи гимнастические (фитболы) (d-55 см) – 30 шт.;
  - кольца резиновые (d-20 см) – 10 шт.;
  - лестница (веревочная напольная) – 2 шт.;
  - дорожка «мостик» (напольный) – 2 шт.;
  - мягкие палки (h-1,80 см) – 6 шт.;
  - мячи детские (d-15-20 см) – 6 шт.;
  - мешочки с песком (100 гр.) – 4 шт.
- б) расходные материалы: планшет для бумаги, листы формата А4, ручки, карандаши – по 4 шт.

**4. Содержание задания:** Группа студентов разбивается на 4 подгруппы по 6-8 человек. Каждая подгруппа разрабатывает самостоятельно модель подвижной игры. В модель подвижной игры должны быть включены физические упражнения, как на развитие физических качеств, так и на освоение основных видов движений. По жеребью один студент из подгруппы проводит подвижную игру на группе студентов из 12-15 человек (по 4-6 человек из других подгрупп). После демонстрации каждой подгруппой своей модели подвижной игры проводится анализ и разбор ошибок.

### **12.3.3. Методические указания и примерные темы контрольных работ для заочной формы обучения**

Цель контрольной работы – привить студентам элементарные навыки научно-исследовательской работы, научить пользоваться научной и методической литературой, самостоятельно и творчески анализировать её, излагать полученные данные в письменном виде.

Темы контрольных работ устанавливаются преподавателем кафедры читаемой дисциплины соответственно учебному плану и программе учебной дисциплины.

#### **1. Основные требования и рекомендации при выполнении контрольной работы**

1. Контрольная работа должна отражать современное состояние вопроса в теории и практике управления в сфере физической культуры и спорта.

2. Тема контрольной работы выбирается из предлагаемого кафедрой списка каждым студентом самостоятельно с учётом своих возможностей, интересов, профиля работы и педагогического опыта. Работы, выполненные не по предлагаемой тематике, не принимаются.

3. После выбора темы необходимо приступить к подбору литературных источников и ознакомлению с их содержанием.

Работа с литературой требует конспектирования. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение того и другого. Целесообразнее использовать третий способ. После ознакомления с литературой составляется содержание контрольной работы.

#### **4. В содержание должны быть три основных раздела:**

- введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 стр.);
- основная часть содержит несколько пунктов, раскрывающих содержание контрольной работы. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с

литературными источниками, творчески мыслить, сочетать методические и научные знания с требованиями практики (6-8 стр.);

- заключение, в котором даются обобщающие тему выводы (1-2 стр.).

Введение и заключение тесно связываются с основным разделом контрольной работы.

Хорошо продуманное содержание облегчает дальнейшую работу над темой, делает ее стройной и конкретной.

5. В содержании указываются страницы, на которых раскрываются те или иные вопросы темы. Материал по теме излагается строго по указанному плану. Каждый ответ на вопрос должен иметь заголовок в тексте работы.

6. Работа строится на основе анализа 4-6 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Важно общетеоретические положения проиллюстрировать примерами из практики. Содержание контрольной работы должно быть обоснованным и убедительным, текст написан литературным языком, грамотно.

7. Содержание следует раскрывать в собственном изложении. Прямое заимствование из текста источника (переписывание) недопустимо. Контрольная работа, выполненная на основе материала учебника без привлечения дополнительной литературы, не зачитывается.

8. В тексте обязательно должны быть ссылки на изученные работы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается ссылкой с указанием инициалов, фамилии автора, а затем, через запятую - года издания упомянутого источника. Например: (В. М. Зациорский, 2019). Цитаты заключаются в кавычки.

9. Если в тексте контрольной работы есть рисунки, графики, таблицы, заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов. Например, (по Филину В. П., 2019).

10. В конце контрольной работы помещается список литературы, он нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания.

Каждая ссылка в тексте должна иметь соответствующий источник в списке использованной литературы.

2. Требования к оформлению контрольной работы

1. Контрольная работа имеет титульный лист.

2. На второй странице пишется содержание работы с указанием страниц каждого раздела и подпунктов. Разделы начинаются с нового листа, подпункты продолжают друг за другом. В конце работы прилагается список литературы.

3. Контрольная работа, удовлетворяющая всем перечисленным требованиям, получает «зачет» (оценка дифференцированная).

### **Темы контрольных работ и заданий**

1. Характерные закономерности физического развития детского организма с 6 до 10 лет.
2. Особенности развития и совершенствования функций различных органов и систем под влиянием физических упражнений.
3. Значение своевременного развития моторики для полноценного физического и психического развития ребенка.
4. Эффективность закаливающих мероприятий в сочетании с физическими упражнениями.
5. Методика воспитания физических качеств у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
6. Методика организации тренировочных занятий.
7. Методы и приемы обучения в системе спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста.
8. Формы организации деятельности тренера и ребенка на тренировочном занятии.
9. Методика обучения общеразвивающим и строевым упражнениям детей дошкольного и младшего школьного возраста.

10. Характеристика средств физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста.
11. Характерные закономерности физического развития детского организма.
12. Классификация и общая характеристика методов и приёмов обучения физическим упражнениям детей дошкольного и младшего школьного возраста в процессе обучения физическим упражнениям.
13. Методы проблемного обучения и формирования творческих способностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в тренировочном процессе.