

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Курганский государственный университет»  
(КГУ)

Кафедра «Педагогика и методика обучения гуманитарным дисциплинам»



**Рабочая программа учебной дисциплины**  
**Теория и методика физического развития и здоровьесбережения**  
образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата

44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность:  
**Педагогика и психология дошкольного образования**

Формы обучения: очная, очно-заочная, заочная

Курган 2022

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физического развития и здоровьесбережения» составлена в соответствии с учебным планом по программе бакалавриата 44.03.02 – «Психолого-педагогическое образование». Направленность: «Психология и педагогика дошкольного образования», утвержденными:

- для очной формы обучения 30.08.2022
- для очно-заочной формы обучения 30.08.2022
- для заочной формы обучения 30.08.2022

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Педагогика и методика обучения гуманитарным дисциплинам» «26» сентября 2022года, протокол № 2.

Рабочую программу составил  
к.п.н., доцент кафедры  
«Педагогика и МОГД»

А.С. Рылеева

**Согласовано:**

Заведующий кафедрой  
«Педагогика и МОГД»  
доцент, к.п.н.

С.В. Еманова

Специалист  
по учебно-методической работе

И.В. Тарасова

Начальник управления  
образовательной деятельности

И.В. Григоренко

# 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Всего: 6 зачетных единицы трудоемкости (216 академических часов)

## Очная, очно-заочная форма обучения

| Вид учебной работы  | На всю дисциплину | Семестр 5      |
|---|-------------------|----------------|
| <b>Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов</b>             | <b>24</b>         | <b>24</b>      |
| <b>в том числе:</b>   |                   |                |
| Лекции  | 8                 | 8              |
| Практические работы   | 16                | 16             |
| <b>Самостоятельная работа, всего часов</b>  | <b>192</b>        | <b>192</b>     |
| <b>в том числе:</b>   |                   |                |
| Подготовка к экзамену   | 27                | 27             |
| Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины) | 165               | 165            |
| <b>Вид промежуточной аттестации</b>   | <b>экзамен</b>    | <b>экзамен</b> |
| <b>Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов</b>                 | <b>216</b>        | <b>216</b>     |

## Заочная форма обучения

| Вид учебной работы  | На всю дисциплину | Семестр 3    |
|---|-------------------|--------------|
| <b>Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов</b>             | <b>6</b>          | <b>6</b>     |
| <b>В том числе :</b>  |                   |              |
| Лекции  | 2                 | 2            |
| Практические работы   | 4                 | 4            |
| <b>Самостоятельная работа, всего часов</b>  | <b>210</b>        | <b>210</b>   |
| <b>В том числе :</b>  |                   |              |
| Подготовка к зачету   | 18                | 18           |
| Другие виды самостоятельной работы (Самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины) | 174               | 174          |
| Подготовка контрольной работы   | 18                | 18           |
| <b>Вид промежуточной аттестации</b>   | <b>Зачет</b>      | <b>Зачет</b> |
| <b>Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов</b>                 | <b>216</b>        | <b>216</b>   |



## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика физического развития и здоровьесбережения» относится Б 1 к части формируемой участниками образовательных отношений (дисциплины по выбору).

Изучение дисциплины базируется на результатах обучения, сформированных при изучении следующих дисциплин:

- Педагогика игры
- Педагогика и психология раннего и дошкольного возраста
- Введение в профессиональную деятельность (Педагогическое мастерство).

Требования к входным знаниям, умениям, навыкам и компетенциям:

- знание основ возрастной психологии;
- умение ориентироваться в современных технологиях;
- владение основами организации и включения детей в разные виды деятельности;
- освоение следующих компетенций на уровне не ниже порогового: ПК-5 (способность участвовать в создании психологически комфортной образовательной среды, обеспечивающей безопасность жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка, возможности развития свободной игры детей, в том числе игровое время и пространство).

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

**Цель курса** – формирование профессиональной компетентности через реализацию в своей деятельности современной концепции физического образования дошкольников, предполагающую направленность содержания воспитательно-образовательного процесса на укрепление здоровья дошкольников, обеспечение их физического и психического развития, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

**Основные задачи:**

- познакомить с основными понятиями методики физического воспитания детей дошкольного возраста;
- раскрыть особенности физического развития дошкольников;
- раскрыть методы обучения и способы организации детей разных категорий разных категорий, в том числе и с ОВЗ в рамках физического воспитания и развития;
- дать общую характеристику норм работы по физическому развитию детей
- познакомить со способами диагностики физического развития дошкольников.
- формировать способность реализовывать образовательный процесс в образовательной организации дошкольного образования в рамках нового ФГОС.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих **компетенций:**

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ПК-5 - Способен участвовать в создании психологически комфортной образовательной среды, обеспечивающей безопасность жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка, возможности развития свободной игры детей, в том числе игровое время и пространство;

ПК-6 - Способен к организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей и их родителей (законных представителей).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:



**Знать:**

- как поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
- как участвовать в создании психологически комфортной образовательной среды, обеспечивающей безопасность жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка, возможности развития свободной игры детей, в том числе игровое время и пространство (ПК-5);
- особенности психолого-педагогического сопровождения обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей и их родителей (законных представителей) (ПК-6).

**Уметь:**

- поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
- участвовать в создании психологически комфортной образовательной среды, обеспечивающей безопасность жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка, возможности развития свободной игры детей, в том числе игровое время и пространство (ПК-5);
- организовать психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей и их родителей (законных представителей) (ПК-6).

**Владеть:**

- поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
- способами в создании психологически комфортной образовательной среды, обеспечивающей безопасность жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка, возможности развития свободной игры детей, в том числе игровое время и пространство (ПК-5);
- способами организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей и их родителей (законных представителей) (ПК-6).

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ****4.1. Учебно-тематический план****Очная и очно-заочная формы обучения**

| Рубеж   | Номер раздела, темы | Наименование раздела, темы   | Количество часов контактной работы с преподавателем |                  |                     |
|---------|---------------------|--|---|------------------|---------------------|
|         |                     |  | Лекции  | Практич. занятия | Лабораторные работы |
| Рубеж 1 | 1                   | Теоретические основы подготовки специалиста по физическому развитию дошкольников | 1   | 2                | -                   |
|         | 2                   | Методы и приемы физического развития детей дошкольного возраста                  | 1   | 2                | -                   |
|         | 3                   | Формы организации физического развития дошкольников в образовательном учреждении | 1   | 3                | -                   |
|         |                     | Рубежный контроль № 1  | -   | 1                | -                   |

|               |   |   |   |    |   |
|---------------|---|---|---|----|---|
| Рубеж 2       | 4 | Планирование работы по физическому развитию дошкольников в образовательном учреждении               | 1 | 2  | - |
|               | 5 | Методика проведения форм активного отдыха в дошкольном учреждении                                   | 2 | 2  | - |
|               | 6 | Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии | 2 | 3  | - |
|               |   | Рубежный контроль № 2   | - | 1  | - |
| <b>Всего:</b> |   |   | 8 | 16 | - |

#### Заочная форма обучения

| Номер раздела, темы | Наименование раздела, темы  | Количество часов контактной работы с преподавателем |                  |                     |
|---------------------|---|---|------------------|---------------------|
|                     |   | Лекции  | Практич. занятия | Лабораторные работы |
| 1                   | Теоретические основы подготовки специалиста по физическому развитию дошкольников                    | 1   | -                |                     |
| 2                   | Методы и приемы физического развития детей дошкольного возраста                                     | -   | 1                |                     |
| 3                   | Формы организации физического развития дошкольников в образовательном учреждении                    | -   | 1                |                     |
| 4                   | Планирование работы по физическому развитию дошкольников в образовательном учреждении               | 1   | -                |                     |
| 5                   | Методика проведения форм активного отдыха в дошкольном учреждении                                   | -   | 1                |                     |
| 6                   | Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии | -   | 1                |                     |
| <b>Всего:</b>       |   | 2   | 4                |                     |

#### 4.2. Содержание лекционных занятий

##### **Тема 1. Теоретические основы подготовки специалиста по физическому развитию дошкольников**

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). Обусловленность задач физического воспитания детей дошкольного возраста анатомическими и психофизиологическими особенностями их организма. Оздоровительные задачи. Образовательные задачи. Воспитательные задачи.

## **Тема 2. Методы и приемы физического развития детей дошкольного возраста**

Метод обучения как один из категорий дидактики. 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).

## **Тема 3. Формы организации физического развития дошкольников в образовательном учреждении**

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; секционно-кружковые занятия; профилактические и реабилитационные мероприятия (по плану врача). Физкультурные занятия — основная форма организованного, систематического обучения детей физическим упражнениям.

## **Тема 4. Планирование работы по физическому развитию дошкольников в образовательном учреждении**

Содержание понятий «планирование», «план». Значение и основные принципы планирования работы с детьми в дошкольном образовательном учреждении. Формы и содержание планирования физкультурно-образовательной работы. Требования к планированию.

**Тема 5. Методика проведения форм активного отдыха в дошкольном учреждении** Физкультурные досуги и праздники. Место в режиме дня. Задачи, структура, требования к подбору физических упражнений. Организация дней здоровья как средство оздоровления и поддержания положительного эмоционального состояния детей.



**Тема 6. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии**

Типы детей с ОВЗ. Особенности организации реабилитации и абилитации с детьми, имеющими отклонения в развитии.

**4.4. Практические занятия**

| Номер раздела, темы | Наименование раздела, темы  | Наименование практического занятия  | Норматив времени, час.             |                        |
|---------------------|---|---|------------------------------------|------------------------|
|                     |   |   | Очная, очно-заочная формы обучения | Заочная форма обучения |
| 1                   | Теоретические основы подготовки специалиста по физическому развитию дошкольников      | Основные закономерности физического развития детского организма: интенсивность, неравномерность, гетерохронность, роль среды и наследственности, биологическая надежность органов и систем. | 2                                  | -                      |
| 2                   | Методы и приемы физического развития детей дошкольного возраста                       | Методы и приемы физического развития детей дошкольного возраста   | 2                                  | 1                      |
| 3                   | Формы организации физического развития дошкольников в образовательном учреждении      | Физкультурные занятия — основная форма организованного, систематического обучения детей физическим упражнениям.   | 3                                  | 1                      |
| Рубежный контроль 1 |   |   | 1                                  |                        |
| 4                   | Планирование работы по физическому развитию дошкольников в образовательном учреждении | Формы и содержание планирования физкультурно-образовательной работы.  | 2                                  | -                      |
| 5                   | Методика проведения форм активного отдыха в дошкольном учреждении                     | Организация дней здоровья как средство оздоровления и поддержания положительного эмоционального состояния детей.  | 2                                  | 1                      |

|   |   |   |           |          |
|---|---|---|-----------|----------|
| 6 | Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии | Особенности организации реабилитации и абилитации с детьми, имеющими отклонения в развитии. | 3         | 1        |
|   | Рубежный контроль 2   |   | 1         |          |
|   | <b>Всего:</b>   |   | <b>16</b> | <b>4</b> |

#### 4.5. Контрольная работа

(для обучающихся заочной формы обучения)

Выполнение контрольной работы является важным этапом подготовки студентов к профессиональной деятельности.

Цель ее — систематизировать, закрепить и соединить теоретические положения по дисциплине.

Являясь одним из видов самостоятельного изучения дисциплины, контрольная работа помогает приобрести навыки: теоретического анализа научной литературы; подбора и использования дополнительных источников информации; конспектирования; изложения материала в соответствии с требованиями.

Контрольная работа выполняется в сроки, предусмотренные учебным планом, после изучения теоретических положений курса.

Общий объем контрольной работы — 15 — 20 страниц печатного текста.

Указания к выбору варианта. Предусмотрено 25 вариантов контрольной работы, обладающих равным уровнем сложности и трудоемкости.

Номер варианта определяется по первой букве фамилии студента.

Контрольная работа выполняется на стандартных листах формата А4.

Поля: верхнее и нижнее — 20 мм, правое — 15 мм, левое — 30 мм. Шрифт Times New Roman, размер шрифта 14, через 1,5 интервала. Страницы должны быть пронумерованы сверху, по центру. Титульный лист не нумеруется.

Выполнение каждого раздела и каждого задания начинается с новой станицы. Контрольная работа должна иметь следующую структуру:

-титульный лист.

Он должен быть оформлен в соответствии с требованиями:

В его верхней части указывается принадлежность студента к учебному заведению. В центре листа обозначается название дисциплины и номер варианта контрольной работы.

Ниже справа указывается Ф.И.О. студента, номер его академической группы, Ф.И.О. преподавателя.

Внизу, по центру листа обозначается год выполнения работы.

На этой странице преподавателем выставляется оценка студенту за качество работы; — содержание, в котором указываются разделы и номера страниц, с которых они начинаются; — введение, которое включает рассмотрение актуальности проблемы самоопределения в работе педагога, цель и задачи работы. Должно занимать не более 2 страниц;

— основная часть, состоящая из двух последовательно изложенных разделов:

- 1) теоретико-методического — ответ на первый вопрос контрольной работы;
- 2) практического — ответ на второй вопрос контрольной работы.

3) список литературы, включающий информационные источники, используемые при выполнении работы;



список располагается в алфавитном порядке с учетом общепринятых требований по оформлению библиографических списков;

— приложение: текст методик, бланки обследования испытуемых.

В бланке указываются в обязательном порядке следующие сведения об испытуемом: пол испытуемого, возраст, место учебы, класс, дата и время обследования, самочувствие во время обследования.

### **Тематика контрольных работ**

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).
3. Составить картотеку терминов общеразвивающих упражнений.
4. Составить картотеку игр и игровых упражнений по обучению основным движениям для всех возрастных групп (по выбору студента).
5. Проведите анализ научно-методической литературы и составьте контрольные упражнения и двигательные задания (тесты), по результатам выполнения которых оцениваются различные стороны физической подготовленности детей от 4 до 7 лет.
6. Составьте таблицу «Методы и единицы измерения психофизических качеств детей»
7. Составьте консультацию для воспитателей на тему «Развитие психофизических качеств личности дошкольника»
8. Составьте конспект игрового занятия по обучению детей одному из основных движений (движение и возраст детей выбирайте самостоятельно).
9. Подобрать подвижные игры, которые целесообразно включать в физкультурную минутку, утреннюю гимнастику, физкультурную паузу.
10. Выделить отдельные технические элементы спортивных игр (баскетбола, футбола, бадминтона, хоккея, настольного тенниса, городки), которые могут быть использованы в работе с дошкольниками.
11. Составить план-конспект физкультурного занятия на воздухе с элементами обучения одной из спортивных игр (игра по выбору студента).
12. Дайте характеристику русским народным играм, рекомендованным современными авторами при обучении детей движениям.
13. Составить консультацию для воспитателей по планированию и проведению индивидуальной работы с детьми по развитию движений.
14. Требования к отбору физических упражнений с учетом задач физкультурного занятия, специфики возраста, времени года, состояния здоровья, наличия оборудования.
15. Разработать рекомендации для воспитателей по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста.
16. Составить комплексы физических упражнений для профилактики нарушений зрения.
17. Составить план работы воспитателя по коррекционной работе с подгруппами детей, имеющими нарушения осанки, избыточный вес, малую и большую двигательную активность.
18. Подготовить консультацию для родителей «Учет анатомо- физиологических особенностей в физическом развитии ребенка».
19. Должностные обязанности работников образовательного учреждения, организующих работу по физическому развитию дошкольников.
20. Подготовить конспект Дня здоровья



## 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

При прослушивании лекций рекомендуется в конспекте отмечать все важные моменты, на которых заостряет внимание преподаватель, в частности те, которые направлены на качественное выполнение соответствующей практической работы.

Преподавателем запланировано использование при чтении лекций технологии учебной дискуссии. Поэтому рекомендуется фиксировать для себя интересные моменты с целью их активного обсуждения на дискуссии в конце лекции.

Залогом качественного выполнения практических работ является самостоятельная подготовка к ним накануне путем повторения материалов лекций. Рекомендуется подготовить вопросы по неясным моментам и обсудить их с преподавателем в начале практической работы.

Преподавателем запланировано применение на практических занятиях технологий развивающейся кооперации, коллективного взаимодействия, разбора конкретных ситуаций. Поэтому приветствуется групповой метод выполнения практических работ и защиты отчетов, а также взаимооценка и обсуждение результатов выполнения практических работ.

Для текущего контроля успеваемости по очной и очно-заочной форме обучения преподавателем используется балльно-рейтинговая система контроля и оценки академической активности. Поэтому настоятельно рекомендуется тщательно прорабатывать материал дисциплины при самостоятельной работе, участвовать во всех формах обсуждения и взаимодействия, как на лекциях, так и на практических занятиях в целях лучшего освоения материала и получения высокой оценки по результатам освоения дисциплины.

Выполнение самостоятельной работы подразумевает самостоятельное изучение разделов дисциплины, подготовку к практическим занятиям, к рубежным контролям (для обучающихся очной и очно-заочной формы обучения), выполнение контрольной работы (для обучающихся заочной формы обучения), подготовку к экзамену (для обучающихся очной и очно-заочной формы обучения) или зачету (для обучающихся заочной формы обучения).

Рекомендуемая трудоемкость самостоятельной работы представлена в таблице:

| Наименование<br>вида самостоятельной работы                                     | Рекомендуемая<br>трудоемкость,<br>акад. час. |            |
|---|--|------------|
|   | ОФО,<br>ОЗФО                                 | ЗФО        |
| <b>Самостоятельное изучение тем дисциплины:</b>                                 | <b>145</b>                                   | <b>170</b> |
| Основные качества специалиста по физическому воспитанию и развитию дошкольников | 7  | 12         |

| Наименование<br>вида самостоятельной работы   | Рекомендуемая<br>трудоемкость,<br>акад. час. |          |
|---|--|----------|
|   | ОФО,<br>ОЗФО                                 | ЗФО      |
| Характеристика программ по физическому воспитанию и развитию дошкольников.  | 7  | 12       |
| Контроль за санитарно-гигиеническими условиями и одеждой дошкольника  | 7  | 12       |
| Физическое развитие ребенка в семье   | 7  | 12       |
| Оборудование и инвентарь для занятий по физическому развитию дошкольников   | 10   | 12       |
| Разработать таблицу о взаимосвязи анатомо-физиологических особенностей и задачах развития моторики детей раннего и дошкольного возраста | 10   | 12       |
| Должностные обязанности работников образовательного учреждения, организующих работу по физическому развитию дошкольников                | 10   | 12       |
| Физическое развитие детей 2-3 лет   | 10   | 12       |
| Физическое развитие детей 4-5 лет   | 10   | 12       |
| Физическое развитие детей 6-7 лет.  | 10   | 12       |
| Характеристика русских народных подвижных игр, рекомендованных современными авторами при обучении детей движениям                       | 10   | 12       |
| Гимнастика в системе физического развития детей-дошкольников  | 10   | 10       |
| Составить тезисы по теме «Характеристика физических упражнений»   | 10   | 10       |
| Классификация подвижных игр   | 10   | 10       |
| Подготовить консультацию для родителей «Учет анатомо-физиологических особенностей в физическом развитии ребенка»                        | 10   | 10       |
| Закаливающие мероприятия в рамках физического развития дошкольников   | 7  | 10       |
| <b>Подготовка к практическим занятиям</b>   | <b>16</b>                                    | <b>4</b> |
| <b>Подготовка к рубежным контролям</b>  | <b>4</b>                                     | <b>-</b> |



| Наименование<br>вида самостоятельной работы | Рекомендуемая<br>трудоемкость,<br>акад. час. |            |
|---|--|------------|
|   | ОФО,<br>ОЗФО                                 | ЗФО        |
| Выполнение контрольной работы               | -  | 18         |
| Подготовка к экзамену(зачету)               | 27   | 18         |
| <b>Всего:</b>                               | <b>192</b>                                   | <b>210</b> |

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 6.1. Перечень оценочных средств

1. Балльно-рейтинговая система контроля и оценки академической активности обучающихся (для очной и очно-заочной форм обучения).
2. Банк тестовых заданий к рубежным контролям № 1, № 2 (для очной и очно-заочной форм обучения).
3. Вопросы к экзамену (для очной, очно-заочной формы обучения), зачета (для заочной формы).
4. Требования к контрольной работе. Примерные темы контрольной работы. (для заочной формы обучения)

### 6.2. Система балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся по дисциплине

#### Очная и очно-заочная форма обучения

| № | Наименование   | Содержание   |                         |                                |                                 |                      |                      |         |
|---|--|--|-------------------------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------|----------------------|---------|
|   |  | Вид УР:  | Посещение лекций        | Посещение практических занятия | Работа на практических занятиях | Рубежный контроль №1 | Рубежный контроль №2 | Экзамен |
| 1 | Распределение баллов за семестры по видам учебной работы, сроки сдачи учебной работы (доводятся до сведения студентов на первом учебном занятии) | Распределение баллов за семестр  |                         |                                |                                 |                      |                      |         |
|   |  | Балльная оценка:   | 0,5б x 4 лекций=2 балла | 1 б x 8 практич = 8 баллов     | 5 б x 8 практич =40 баллов      | До 10                | До 10                | 30      |
|   |  | Примечания:  | 0,5 б<br>За одну лекцию | 1 балл                         | 5 баллов                        | 4-е практич занятие  | 8-е практич занятие  |         |
| 2 | Критерий пересчета баллов  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 60 и менее баллов – неудовлетворительно,</li> <li>• От 61 до 73 – удовлетворительно,</li> </ul> |                         |                                |                                 |                      |                      |         |



|   |   |   |                         |                        |                        |           |          |    |
|---|---|---|-------------------------|------------------------|------------------------|-----------|----------|----|
|   | сроки сдачи учебной работы (доводятся до сведения обучающихся на первом учебном занятии)  | Балльная оценка:  | 0,5 б.х4 лекции-2 балла | 1бх8 практ.=8 балла    | 5бх8 практ.=80 балла   | До 10     | До 10    | 30 |
|   |   | Примечания:   | 0,5 б за одну лекцию    | 1 б за одно практ зан. | 5 б за одно практ зан. | 4-е практ | 8-епракт |    |
| 2 | Критерий пересчета баллов в традиционную оценку по итогам работы в семестре и зачета  | 60 и менее баллов – неудовлетворительно;<br>61...73 – удовлетворительно;<br>74... 90 – хорошо;<br>91...100 – отлично  |                         |                        |                        |           |          |    |
| 3 | Критерии допуска к промежуточной аттестации, возможности получения автоматического зачета (экзаменационной оценки) по дисциплине, возможность получения бонусных баллов | <p>Для допуска к промежуточной аттестации по дисциплине (модулю, практике) за семестр обучающийся должен набрать по итогам текущего и рубежного контролей не менее 51 балла. В случае если обучающийся набрал менее 51 балла, то к аттестационным испытаниям он не допускается.</p> <p>Для получения экзамена без проведения процедуры промежуточной аттестации обучающемуся необходимо набрать в ходе текущего и рубежных контролей не менее 61 балла. В этом случае итог балльной оценки, получаемой обучающимся, определяется по количеству баллов, набранных им в ходе текущего и рубежных контролей. При этом, на усмотрение преподавателя, балльная оценка обучающегося может быть повышена за счет получения дополнительных баллов за академическую активность.</p> <p>Обучающийся, имеющий право на получение оценки без проведения процедуры промежуточной аттестации, может повысить ее путем сдачи аттестационного испытания. В случае получения обучающимся на аттестационном испытании 0 баллов итог балльной оценки по дисциплине (модулю, практике) не снижается.</p> <p>За академическую активность в ходе освоения дисциплины (модуля, практики), участие в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности обучающемуся могут быть начислены дополнительные баллы. Максимальное количество дополнительных баллов за академическую активность составляет 30.</p> <p>Основанием для получения дополнительных баллов являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение дополнительных заданий по дисциплине (модулю, практике); дополнительные баллы начисляются преподавателем;</li> <li>- участие в течение семестра в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности КГУ.</li> </ul> |                         |                        |                        |           |          |    |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| 4 | Формы и виды учебной работы для неуспевающих (восстановившихся на курсе обучения) обучающихся для получения недостающих баллов в конце семестра | В случае если к промежуточной аттестации (экзамену) набрана сумма менее 51 балла, обучающемуся необходимо набрать недостающее количество баллов за счет выполнения дополнительных заданий, до конца последней (зачетной) недели семестра.<br>Ликвидация академических задолженностей, возникших из-за разности в учебных планах при переводе или восстановлении, проводится путем выполнения дополнительных заданий, форма и объем которых определяется преподавателем. |  |
|---|---|---|--|

### 6.3. Процедура оценивания результатов освоения дисциплины

Рубежные контроли и экзамен (зачет) проводятся в форме письменного тестирования.

Перед проведением каждого рубежного контроля преподаватель прорабатывает с обучающимися основной материал соответствующих разделов дисциплины в форме краткой лекции-дискуссии.

Варианты тестовых заданий для рубежных контролей № 1 и № 2 состоят из 10 вопросов.

На каждое тестирование при рубежном контроле обучающемуся отводится время не менее 30 минут.

Преподаватель оценивает в баллах результаты тестирования каждого обучающегося по количеству правильных ответов и заносит в ведомость учета текущей успеваемости.

Экзамен студенты сдают по вопросам.

Зачет (для заочной формы) студенты сдают по вопросам. Количество баллов по результатам зачета соответствует количеству правильных ответов студента на вопросы. Время, отводимое студенту на подготовку, составляет 1 астрономический час.

Результаты текущего контроля успеваемости и экзамена (зачета) заносятся преподавателем в экзаменационную (зачетную) ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день экзамена (зачета), а также выставляются в зачетную книжку обучающегося.

### 6.4. Примеры оценочных средств для рубежных контролей и экзамена

#### Рубежный контроль №1

1. Фронтальный метод организации учебной деятельности включает несколько разновидностей:

- а) одновременное выполнение упражнений;
- б) поточным выполнением упражнений;
- в) поочередно друг за другом;
- г) индивидуальным выполнением упражнений.

2. Метод круговой тренировки:

- а) серийное выполнение упражнений;
- б) одновременное выполнение упражнений;



- в) поочередно друг за другом;
- г) индивидуальное выполнение упражнений.
- 3. Индивидуальный метод организации характеризуется:
  - а) индивидуальное выполнение упражнений;
  - б) одновременное выполнение упражнений;
  - в) поточное выполнение упражнений;
  - г) поочередное выполнение упражнений.
- 4. При круговом методе упражнения даются:
  - а) на одни и те группы мышц; б) на разные группы мышц.
- 5. При станционном методе выполнения упражнений учитываются:
  - а) время; б) количество раз.
- 6. При круговом методе упражнения выполняются:
  - а) по времени; б) по количеству раз.
- 7. Место преподавателя, когда упражнения выполняются:
  - а) перед строем; б) в правом углу; в) в левом углу.
- 8. Место преподавателя, когда упражнения выполняются в колонне:
  - а) в правом углу; б) в центре; в) в левом углу.
- 9. Место преподавателя, когда упражнения выполняются в кругу:
  - а) в центре; б) за кругом; в) в кругу.
- 10. Проведите анализ научно-методической литературы и составьте контрольные упражнения и двигательные задания (тесты), по результатам выполнения которых оцениваются различные стороны физической подготовленности детей от 4 до 7 лет.

### **Рубежный контроль №2**

1. Гимнастика для детей дошкольного возраста.
2. Специфика влияния каждого вида основных движений на развитие ребенка.
3. Принципы обучения детей движениям.
4. Этапы обучения движениям, своеобразие их применения в разных возрастных группах.
5. Закономерности развития психофизических качеств у детей дошкольного возраста.
6. Взаимосвязь и взаимообусловленность развития психофизических качеств и формирование двигательных навыков.
7. Условия и средства развития психофизических качеств у дошкольников (быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость, равновесие).
8. Методика оценки психофизических качеств у дошкольников.
9. Сензитивность развития психофизических качеств у детей от 3 до 7 лет.
10. Основные виды отклонений в физическом развитии детей дошкольного возраста. Избыточная масса тела.

### **Примерный перечень вопросов к экзамену. (для очной, очно-заочной формы обучения),**

1. Предмет теории физического развития. Основные понятия.
2. Цель и задачи физического развития дошкольника.
3. Средства, используемые в физическом развитии дошкольников.
4. Зарубежные системы физического воспитания и развития ребенка с Древних времен до начала XIX века.
5. Зарубежные системы физического развития и воспитания детей в XIX–XX веках.
6. Развитие теории физического развития и воспитания ребенка в царской России
7. Система физического развития и воспитания ребенка в советский период.
8. Принципы физического развития дошкольника.
9. Наглядные методы физического развития дошкольников.



10. Словесные методы физического развития ребенка дошкольного возраста.
11. Практические физические развития дошкольников.
12. Планирование работы по физическому развитию дошкольников в образовательном учреждении.
13. Особенности физического развития дошкольника.
14. Психофизические качества и методика их развития.
15. Формирование движений и методика физического развития ребенка 1-го года жизни.
16. Формирование движений и методика физического развития ребенка 2-го и 3-го лет жизни .
17. Формирование движений и методика физического развития ребенка 4-5-го лет жизни.
18. Формирование движений и методика физического развития ребенка 6-7-го лет жизни.
19. Гимнастика и входящие в неё виды упражнений.
20. Подвижные игры в физическом развитии дошкольников: классификация, методика проведения.
21. Формы организации физического развития и краткая их характеристика.
22. Физкультурные занятия: форма, структура и методика проведения
23. Утренняя гимнастика и физкультминутка: особенности организации и методика проведения
24. Психолого-педагогическая и физическая нагрузка на физкультурных занятиях и её нормирование
25. Занятия физическими упражнениями с детьми, имеющими отклонения в интеллектуальном и физическом развитии.
26. Физкультурные минутки, физкультурные паузы как формы активного отдыха.

#### **Примерный перечень вопросов к зачету (для заочной)**

1. Предмет теории физического развития. Основные понятия.
2. Цель и задачи физического развития дошкольника.
3. Средства, используемые в физическом развитии дошкольников.
4. Принципы физического развития дошкольника.
5. Наглядные методы физического развития дошкольников.
6. Словесные методы физического развития ребенка дошкольного возраста.
7. Практические физические развития дошкольников.
8. Планирование работы по физическому развитию дошкольников в образовательном учреждении.
9. Особенности физического развития дошкольника.
10. Психофизические качества и методика их развития.
11. Формирование движений и методика физического развития ребенка 1-го года жизни.
12. Формирование движений и методика физического развития ребенка 2-го и 3-го лет жизни .
13. Формирование движений и методика физического развития ребенка 4-5-го лет жизни.
14. Формирование движений и методика физического развития ребенка 6-7-го лет жизни.
15. Гимнастика и входящие в неё виды упражнений.
16. Подвижные игры в физическом развитии дошкольников: классификация, методика проведения.
17. Формы организации физического развития и краткая их характеристика.
18. Физкультурные занятия: форма, структура и методика проведения



19. Утренняя гимнастика и физкультминутка: особенности организации и методика проведения
20. Психолого-педагогическая и физическая нагрузка на физкультурных занятиях и её нормирование

### 6.5. Фонд оценочных средств

Полный банк заданий для текущего, рубежных контролей и промежуточной аттестации по дисциплине, показатели, критерии, шкалы оценивания компетенций, методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов, приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

## 7. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

### 7.1. Основная учебная литература

- 1 Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.Н. Шебеко - Минск : Выш. шк., 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/> - 287 с. Доступ из ЭБС «Консультант студента»
- 2 Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / В.О. Морозов. - 2-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976519657.html> - 112 с. . Доступ из ЭБС «Консультант студента»

### 7.2. Дополнительная учебная литература

1. Основы здорового образа жизни детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Г.К. Морозова. - 2-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976519640.html> -2014. - 110 с. . Доступ из ЭБС «Консультант студента»

### 2. Степаненкова, Эмма Яковлевна.

Теория и методика физического воспитания и развития детей дошкольного возраста : учебник : для образовательных учреждений, по направлению подготовки "Педагогическое образование", профиль "Дошкольное образование" / Э. Я. Степаненкова. - 5-е изд., перераб. и доп.. - Москва : Академия, 2014. - 361, [7] с.. - (Высшее образование). - (Бакалавриат). - (Педагогическое образование). - Библиогр.: с. 354-358

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Путеводитель по ФГОС дошкольного образования в таблицах и схемах [Электронный ресурс] / Под общ. ред. М. Е. Верховкиной, А. Н. Атаровой. - СПб.: КАРО, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785992509366.html> - 112 с. Доступ из ЭБС «Консультант студента»

## 9. РЕСУРСЫ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. [http://www.i-gnom.ru/books/fizicheskoe\\_vospitanie.html](http://www.i-gnom.ru/books/fizicheskoe_vospitanie.html)
2. <http://rudocs.exdat.com/docs/index-33858.html>
3. <http://www.fizkulturasport.ru/fizvospitanie/teoriya/280-osnovnye-ponyatiya-fizicheskogo-vospitaniya.html>
4. <http://2dip.ru/>
5. <http://window.edu.ru>
6. <http://www.pedlib.ru>



## **10. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

При чтении лекций используются слайдовые презентации.

Минимальные требования к операционной системе и программному обеспечению компьютера, используемого при показе слайдовых презентаций: Windows, Foxit Reader Pro версия 1.3.

## **11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Компьютерный класс, мультимедийное оборудование (переносной персональный компьютер, мультимедийный проектор, мультимедийный экран).

## **12. ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ЭО и ДОТ) занятия полностью или частично проводятся в режиме онлайн. Объем дисциплины и распределение нагрузки по видам работ соответствует п. 4.1. Распределение баллов соответствует п. 6.2 либо может быть изменено в соответствии с решением кафедры, в случае перехода на ЭО и ДОТ в процессе обучения. Решение кафедры об используемых технологиях и системе оценивания достижений обучающихся принимается с учетом мнения ведущего преподавателя и доводится до обучающихся.

Аннотация к рабочей программе дисциплины  
**Теория и методика физического развития и здоровьесбережения**  
образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата

44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность:

**Педагогика и психология дошкольного образования**

Трудоемкость дисциплины: 6 ЗЕ (216 академических часа)

Семестр: 5

Форма промежуточной аттестации: экзамен (для очной, очно-заочной форм обучения),  
зачет (для заочной формы)

**Содержание дисциплины**

Теоретические основы подготовки специалиста по физическому развитию дошкольников

Цель, задачи физического развития дошкольников

Средства физического развития дошкольников

Принципы физического развития детей дошкольного возраста

Методы и приемы физического развития детей дошкольного возраста

Формы организации физического развития дошкольников в образовательном учреждении

Планирование работы по физическому развитию дошкольников в образовательном учреждении

Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольника. Методика их проведения.

Методика проведения форм активного отдыха в дошкольном учреждении

Методика воспитания психофизических качеств