

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Бутакова Оксана Стефановна

Должность: директор

Дата подписания: 15.03.2025 13:16:56

Уникальный программный ключ:

92ebe478f3654efe030354ec9c160360cb17a169

Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Саха (Якутия) «Ленский технологический техникум»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**Междисциплинарный курс: МДК.01.02 «Теоретические и методические основы  
физического воспитания и развития детей»**

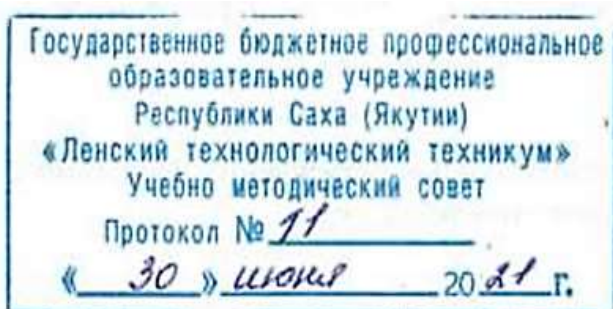
**Специальность: 44.02.01 Дошкольное образование**

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.01 Дошкольное образование к содержанию и уровню подготовки выпускника в соответствии учебным планом и рабочей программой междисциплинарного курса МДК.01.02 «Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей» двигательных умений и навыков, утвержденных ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум».

### **РЕКОМЕНДОВАНО**

Учебно-методическим советом

ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум»



### **РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО**

на заседании ПЦК «Профессиональной подготовки»

Протокол № 10

от « 24 » июня 2021 г.

Председатель ПЦК: Г. А. Лучина /Лучина Г.А./

Автор: Возовиков С.А., преподаватель ГБПОУ РС(Я) «Ленский технологический техникум».

## Оглавление

Пояснительная записка.....	5
Перечень видов самостоятельных работ.....	8
Самостоятельная работа №1. Конспектирование концепций физического воспитания различных авторов.....	11
Самостоятельная работа №2. Разбор основных понятий теории и методики физического воспитания .....	12
Самостоятельная работа №3. Определение подготовительных, подводящих упражнений к двигательному действию .....	12
Самостоятельная работа №4. Соотнесение принципов физического воспитания с картинками. ....	13
Самостоятельная работа №5. Соотнесение двигательных действий с классификацией физических упражнений.....	14
Самостоятельная работа №6. Определение методов физического воспитания. Составление плана развития физических качеств определенным методом .....	14
Самостоятельная работа №7. Сопоставление методов обучения с принципами выполнения двигательных действий.....	15
Самостоятельная работа №8. Изучение и конспектирование основных положений документации.....	16
Самостоятельная работа №9. Оформление анализа федерального государственного образовательного стандарта.....	17
Самостоятельная работа №10. Оформление анализа СанПиН дошкольного образования.....	17
Самостоятельная работа №11. Анализ программы «От рождения до школы» .....	18
Самостоятельная работа №12. Описание деятельности сотрудников дошкольной образовательной организации.....	19
Самостоятельная работа №13. Разработка и оформление одной из форм взаимодействия с родителями.....	19
Самостоятельная работа №14. Составление и оформление мини-проекта уголка физического воспитания в группе.....	20
Самостоятельная работа №15. Определить процесс обучения двигательному действию .....	20
Самостоятельная работа №16. Подбор упражнений для освоения двигательного действия .....	21
Самостоятельная работа №17. Прописание алгоритма проведения общеразвивающих упражнений.....	22
Самостоятельная работа №18. Определение команд и распоряжений при строевых упражнениях .....	22

Самостоятельная работа №19. Составление алгоритма обучения и проведения подвижной игры .....	23
Самостоятельная работа №20. Подбор упражнений для освоения элементов спортивных игр ..	23
Самостоятельная работа №21. Подбор упражнений для освоения зимних и летних видов спорта .....	24
Самостоятельная работа №22. Описание вариантов простейшего туризма .....	25
Самостоятельная работа №23. Подбор упражнений для развития физических качеств .....	25
Самостоятельная работа №24. Составление дидактической (компьютерной) игры для освоения знаний .....	26
Самостоятельная работа №25. Подбор примеров форм организации физического воспитания в дошкольной образовательной организации.....	27
Самостоятельная работа №26. Конспектирование типов непосредственной образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» .....	27
Самостоятельная работа №27. Составление технологической карты непосредственной образовательной деятельности .....	28
Самостоятельная работа №28. Составление отличительных особенностей мероприятий.....	29
Самостоятельная работа №29. Анализ мероприятий по физическому воспитанию .....	29
Самостоятельная работа №30. Подбор упражнений для самостоятельной работы дошкольников .....	30
Самостоятельная работа №31. Составление плана работы с родителями по вопросам физического воспитания.....	30
Самостоятельная работа №32. Подбор способов контроля за состоянием здоровья ребенка .....	31
Самостоятельная работа №33. Подбор и описание диагностических тестов .....	34
Перечень рекомендованных учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы .....	36

## Пояснительная записка

Методические рекомендации к выполнению самостоятельных работ по МДК.01.02 «Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей» предназначены для обучающихся по специальности 44.02.01 «Дошкольное образование».

Цель методических рекомендаций: оказание помощи обучающимся в выполнении самостоятельной работы по МДК.01.02 «Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей» в учреждениях среднего профессионального образования.

Самостоятельная работа является важной формой образовательного процесса и направлены на экспериментальное подтверждение теоретических положений и формирование учебных и профессиональных практических умений, они составляют важную часть теоретической и профессиональной практической подготовки.

### *Цели самостоятельной работы:*

-помочь студентам систематизировать, закрепить и углубить знания теоретического характера;

-научить студентов приемам решения практических задач, способствовать овладению навыками и умениями составления служебных документов;

-научить их пользоваться справочной литературой и таблицами;

-формировать умение учиться самостоятельно, т. е. овладевать методами, способами и приемами самообучения, саморазвития и самоконтроля.

Настоящие методические указания содержат работы, которые позволят обучающимся самостоятельно овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по дисциплине, опытом творческой и исследовательской деятельности и направлены на формирование следующих умений и знаний:

### **уметь:**

У.1 определять педагогические возможности различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;

У.2 анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления;

У.3 находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;

У.4 ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования;

### **знать:**

З.1 взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития;

3.2 значение и логику целеполагания в обучении, воспитании и педагогической деятельности;

3.3 принципы обучения и воспитания;

3.4 особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов образовательных организаций, на различных уровнях образования;

3.5 формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;

3.6 психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания;

3.7 понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом, интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику;

3.8 особенности работы с одаренными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;

3.9 средства контроля и оценки качества образования;

3.10 психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога.

Знания и умения, формируемые в рамках» ОП.1 Педагогика, направлены на формирование общих и профессиональных компетенций:

Код компетенции	Наименование компетенции
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5	Использовать информационно коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления её целей, содержания, смены технологий.

ОК 10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих её правовых норм.

В результате освоения междисциплинарного курса обучающийся подготавливается к овладению **профессиональными компетенциями:**

ПК 1.1	Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребёнка и его физическое развитие.
ПК 1.2	Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом.
ПК 1.3	Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.
ПК 1.4	Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребёнка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.
ПК 2.1	Планировать различные виды деятельности и общения детей в течение дня.
ПК 2.2	Организовывать различные игры с детьми раннего и дошкольного возраста.
ПК 2.3	Организовывать посильный труд и самообслуживание.
ПК 2.4	Организовывать общение детей.
ПК 2.5	Организовывать продуктивную деятельность дошкольников (рисование, лепка, аппликация, конструирование).
ПК 2.6	Организовать и проводить праздники и развлечения для детей раннего и дошкольного возраста.
ПК 2.7	Анализировать процесс и результаты организации различных видов деятельности и общения детей.
ПК 3.1	Определять цели и задачи, планировать занятия с детьми дошкольного возраста.
ПК 3.2	Проводить занятия с детьми дошкольного возраста.
ПК 3.3	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения дошкольников.
ПК 3.4	Анализировать занятия.
ПК 3.5	Вести документацию, обеспечивающую организацию занятий.
ПК 4.2	Проводить индивидуальные консультации по вопросам семейного воспитания, социального, психического и физического развития ребенка.
ПК 4.4	Оценивать и анализировать результаты работы с родителями, корректировать процесс взаимодействия с ними.
ПК 4.5	Координировать деятельность сотрудников образовательной организации, работающих с группой.
ПК 5.2	Создавать в группе предметно развивающую среду.
ПК 5.3	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 5.4	Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений.
ПК 5.5	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области дошкольного образования.

Оценки за выполнение являются показателями текущей успеваемости студентов.

Отметка «5» ставится, если:

работа выполнена полностью;

в логических рассуждениях и обосновании решения нет пробелов и ошибок;

в решении нет математических ошибок (возможна одна неточность, описка, не являющаяся следствием незнания или непонимания учебного материала).

Отметка «4» ставится, если:

работа выполнена полностью, но обоснования шагов решения недостаточны (если умение обосновывать рассуждения не являлось специальным объектом проверки);

допущена одна существенная ошибка или два-три несущественных ошибки.

Отметка «3» ставится, если:

допущены более одной существенной ошибки или более двух-трех несущественных ошибок, но учащийся владеет обязательными умениями по проверяемой теме; при этом правильно выполнено не менее половины работы.

Отметка «2» ставится, если:

допущены существенные ошибки, показавшие, что учащийся не владеет обязательными умениями по данной теме в полной мере.

К категории *существенных ошибок* следует отнести ошибки, связанные с незнанием, непониманием учащимися основных положений теории и с неправильным применением методов, способов, приемов решения практических заданий, предусмотренных программой.

К категории *несущественных ошибок* следует отнести погрешности, связанные с небрежным выполнением записей, рисунков, графиков, чертежей, а также погрешности и недочеты, которые не приводят к искажению смысла задания и его выполнения.

При наличии существенной ошибки задание считается невыполненным.

### Перечень видов самостоятельных работ

Таблица 1

Номер и наименование темы	Наименование (содержание) самостоятельной работы	Кол-во час	Коды формируемых компетенций	Форма контроля
1. Теоретические основы физического воспитания	Самостоятельная работа №1. Конспектирование концепций физического воспитания различных авторов		3.1, У1, ОК2, ПК5.3	Отчет по самостоятельной работе
	Самостоятельная работа №2. Разбор основных понятий теории и методики физического воспитания		3.1, У1, ОК4	Реферат
	Самостоятельная работа №3.		3.6, У7,	Практическое



	Определение подготовительных, подводящих упражнений к двигательному действию		OK7	задание
	Самостоятельная работа №4. Соотнесение принципов физического воспитания с картинками		3.3, У2, OK2	Таблица
	Самостоятельная работа №5. Соотнесение двигательных действий с классификацией физических упражнений		3.6, У7, OK7	Схема
	Самостоятельная работа №6. Определение методов физического воспитания. Составление плана развития физических качеств определенным методом		3.7, У5, OK2	План
	Самостоятельная работа №7. Сопоставление методов обучения с принципами выполнения двигательных действий		3.7, У5, OK7	Презентация
2. Система физкультурно-оздоровительной работы	Самостоятельная работа №8. Изучение и конспектирование основных положений документации		3.9, У6, OK10	Конспект
	Самостоятельная работа №9. Оформление анализа федерального государственного образовательного стандарта		3.9, У6, OK10	Анализ
	Самостоятельная работа №10. Оформление анализа СанПиН дошкольного образования		3.9, У6, OK10	Отчет
	Самостоятельная работа №11. Анализ программы «От рождения до школы»		3.1, У1, OK4	Сравнительная таблица
	Самостоятельная работа №12. Описание деятельности сотрудников дошкольной образовательной организации		3.2, У2, OK7	Описание
	Самостоятельная работа №13. Разработка и оформление одной из форм взаимодействия с родителями		3.14, У3, OK7	Проект
	Самостоятельная работа №14. Составление и оформление мини-проекта уголка физического воспитания		3.10, У7, OK9	Мини-проект
3. Методика обучения	Самостоятельная работа №15. Определение процесса обучения		3.6, У5, OK7	Алгоритм

движениям	двигательному действию			
	Самостоятельная работа №16. Подбор упражнений для освоения двигательного действия		3.6, У7, ОК7	Комплекс упражнений
	Самостоятельная работа №17. Прописание алгоритма проведения общеразвивающих упражнений		3.6, У7, ОК7	Алгоритм
	Самостоятельная работа №18. Определение команд и распоряжений при строевых упражнениях		3.6, У7, ОК7	Таблица
	Самостоятельная работа №19. Составление алгоритма обучения и проведения подвижной игры		3.7, У5, ОК7	Алгоритм
	Самостоятельная работа №20. Подбор упражнений для освоения элементов спортивных игр		3.6, У7, ОК7	Комплекс упражнений
	Самостоятельная работа №21. Подбор упражнений для освоения зимних и летних видов спорта		3.6, У7, ОК7	Комплекс упражнений
	Самостоятельная работа №22. Описание вариантов простейшего туризма		3.6, У7, ОК7	Описание
	Самостоятельная работа №23. Подбор упражнений для развития физических качеств		3.6, У7, ОК7	Комплекс упражнений
	Самостоятельная работа №24. Составление дидактической игры для освоения знаний		3.1, У1, ОК4	Игра
4. Физкультурно-оздоровительные мероприятия	Самостоятельная работа №25. Подбор примеров форм организации физического воспитания		3.2, У2, ОК2	Таблица
	Самостоятельная работа №26. Конспектирование типов непосредственной образовательной деятельности		3.2, У2, ОК4	Конспект
	Самостоятельная работа №27. Составление технологической карты непосредственной образовательной деятельности		3.2, У2, ОК2	Технологическая карта
	Самостоятельная работа №28. Составление отличительных особенностей мероприятий		3.2, У2, ОК2	Сравнительная таблица
	Самостоятельная работа №29. Анализ мероприятий по		3.2, У2, ОК2	Анализ

	физическому воспитанию			
	Самостоятельная работа №30. Подбор упражнений для самостоятельной работы дошкольников		3.6, У7, ОК7	Комплекс упражнений
5. Педагогический контроль и диагностика	Самостоятельная работа №31. Составление плана работы с родителями по вопросам физического воспитания		3.14, У3, ОК7	План
	Самостоятельная работа №32. Подбор способов контроля за состоянием здоровья ребенка		3.13, У9, ПК1.4	Отчет
	Самостоятельная работа №33. Подбор и описание диагностических тестов		3.13, У9, ПК1.4	Описание тестов

### **Самостоятельная работа №1. Конспектирование концепций физического воспитания различных авторов**

- **Цель:** Изучить основные концепции физического воспитания.
- **Этапы выполнения:**
  1. **Подготовительный этап:**
    - Определите ключевых авторов (например, П.Ф. Лесгафта, В.И. Ляха).
    - Найдите их работы в библиотеке или через электронные ресурсы.
  2. **Основной этап:**
    - Прочитайте тексты авторов, выделяя ключевые идеи.
    - Составьте таблицу:

Автор	Основные положения концепции	Пример практического применения
П.Ф. Лесгафт	Физическое развитие как основа...	Игры на свежем воздухе
В.И. Лях	Развитие координации через движение	Подвижные игры

- Добавьте свои комментарии к каждому подходу.
- 3. **Заключительный этап:**
  - Проанализируйте, как концепции авторов соотносятся между собой.
  - Оформите конспект в виде текста или таблицы.
  - **Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие концепций, логичность изложения, наличие ссылок на источники, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие концепций, но отсутствие глубокого анализа или недостаточно примеров.

**3 балла:** Частичное раскрытие концепций, слабая структура, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках, неграмотное оформление.

- **Совет:** Используйте цветное выделение для важных терминов.

### **Самостоятельная работа №2. Разбор основных понятий теории и методики физического воспитания**

- **Цель:** Усвоить ключевые термины дисциплины.

- **Этапы выполнения:**

#### **1. Подготовительный этап:**

- Найдите список терминов в учебнике или методическом пособии.

#### **2. Основной этап:**

• Для каждого термина найдите определение (например, «физическое развитие», «двигательный навык»).

- Составьте таблицу:

Термин	Определение	Пример
Физическое развитие	Процесс изменения организма ребенка...	Рост мышц при занятиях спортом
Двигательный навык	Освоенное движение, выполняемое автоматически...	Бег, прыжки

- Дополните таблицу своими комментариями.

#### **3. Заключительный этап:**

- Оформите словарь терминов в виде таблицы или списка.

- **Критерии оценки:**

**5 баллов:** Точные определения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Точные определения, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие терминов, отсутствие примеров.

**2 балла:** Неполный список терминов, ошибки в определениях.

**Совет:** Используйте маркированные списки для удобства чтения.

### **Самостоятельная работа №3. Определение подготовительных, подводящих упражнений к двигательному действию**

- **Цель:** Научиться подбирать упражнения для освоения двигательных навыков.

- **Этапы выполнения:**

#### **1. Подготовительный этап:**

- Выберите конкретное двигательное действие (например, прыжок в длину).

## 2. Основной этап:

- Подберите подготовительные упражнения (например, прыжки на месте).
- Подберите подводящие упражнения (например, прыжки с разбега).
- Составьте таблицу:

Этап обучения	Упражнение	Цель упражнения
Подготовительный	Прыжки на месте	Развитие координации
Подводящий	Прыжки с разбега	Совершенствование техники

- Опишите последовательность выполнения упражнений.

## 3. Заключительный этап:

- Оформите результат в виде схемы или алгоритма.

### Критерии оценки:

**5 баллов:** логичная последовательность, полное соответствие задаче, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошая последовательность, но недостаточное обоснование выбора упражнений.

**3 балла:** Частичное соответствие задаче, слабая логика последовательности.

**2 балла:** Минимальное соответствие задаче, ошибки в выборе упражнений.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления этапов.

## Самостоятельная работа №4. Соотнесение принципов физического воспитания с картинками

**Цель:** Научиться применять принципы физического воспитания на практике.

### Этапы выполнения:

#### Подготовительный этап:

Изучите основные принципы физического воспитания (систематичность, доступность, индивидуализация и др.).

#### Основной этап:

Найдите изображения, демонстрирующие реализацию принципов (например, групповые занятия для принципа коллективности).

Составьте таблицу:

Принцип	Описание	Пример изображения
Систематичность	Регулярные занятия	Дети выполняют зарядку
Доступность	Учет возрастных особенностей	Малыши играют с мягкими мячами

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте изображения для наглядности.

**Самостоятельная работа №5. Соотнесение двигательных действий с классификацией физических упражнений**

**Цель:** Научиться классифицировать физические упражнения.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите классификацию физических упражнений (основные движения, общеразвивающие упражнения, подвижные игры и др.).

**Основной этап:**

Распределите упражнения по категориям:

Категория	Примеры упражнений
Основные движения	Ходьба, бег, прыжки
Общеразвивающие	Упражнения с мячом
Подвижные игры	Игры с бегом и метанием

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Логичная классификация, полное соответствие задаче, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошая классификация, но недостаточное обоснование выбора упражнений.

**3 балла:** Частичное соответствие задаче, слабая логика классификации.

**2 балла:** Минимальное соответствие задаче, ошибки в выборе упражнений.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

**Самостоятельная работа №6. Определение методов физического воспитания. Составление плана развития физических качеств определенным методом**

**Цель:** Научиться выбирать методы для развития физических качеств.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите методы физического воспитания (

**Основной этап:**

Выберите метод для развития конкретного качества (например, силы, выносливости).

Составьте план:

Метод	Цель	Упражнения
Повторный метод	Развитие силы	Подтягивания
Игровой метод	Развитие координации	Эстафеты

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** логичная последовательность, полное соответствие задаче, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошая последовательность, но недостаточное обоснование выбора методов.

**3 балла:** Частичное соответствие задаче, слабая логика последовательности.

**2 балла:** Минимальное соответствие задаче, ошибки в выборе методов.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления этапов.

**Самостоятельная работа №7. Сопоставление методов обучения с принципами выполнения двигательных действий**

**Цель:** Научиться соотносить методы обучения с принципами выполнения движений.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите методы обучения (словесный, наглядный, практический) и принципы выполнения движений (последовательность, доступность и др.).

**Основной этап:**

Составьте таблицу:

Метод обучения	Принцип выполнения	Пример
Словесный	Доступность	Объяснение техники прыжка
Наглядный	Последовательность	Показ упражнения

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте маркированные списки для удобства чтения.

**Самостоятельная работа №8. Изучение и конспектирование основных положений документации**

- **Цель:** Изучить нормативно-правовую базу физического воспитания.

- **Этапы выполнения:**

1. **Подготовительный этап:**

- Найдите документы (ФГОС ДО, СанПиН, программы физического воспитания).

2. **Основной этап:**

- Выделите ключевые требования к организации физического воспитания.

- Составьте таблицу:

Документ	Основные требования	Пример реализации
ФГОС ДО	Обеспечение двигательной активности детей...	Ежедневная зарядка
СанПиН	Нормы площади спортивного зала...	Зал площадью 60 м <sup>2</sup>

- Добавьте свои комментарии к каждому требованию.

3. **Заключительный этап:**

- Оформите конспект в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие требований, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие требований, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие требований, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.



## Самостоятельная работа №9. Оформление анализа федерального государственного образовательного стандарта

**Цель:** Научиться анализировать ФГОС ДО.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите актуальную версию ФГОС ДО.

**Основной этап:**

Выделите требования к физическому воспитанию.

Составьте таблицу:

Требование	Пример реализации
Обеспечение двигательной активности	Ежедневная зарядка
Организация прогулок	Не менее 3 часов на свежем воздухе

Проанализируйте значимость каждого требования.

**Заключительный этап:**

Оформите анализ в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** глубокий анализ, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хороший анализ, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичный анализ, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальный анализ, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

## Самостоятельная работа №10. Оформление анализа СанПиН дошкольного образования

**Цель:** Научиться анализировать СанПиН.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите актуальную версию СанПиН.

**Основной этап:**

Выделите требования к физическому воспитанию.

Составьте таблицу:

Требование	Пример реализации
Площадь спортивного зала	Не менее 60 м <sup>2</sup>

Проанализируйте значимость каждого требования.

**Заключительный этап:**

Оформите анализ в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** глубокий анализ, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хороший анализ, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичный анализ, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальный анализ, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте маркированные списки для удобства чтения.

**Самостоятельная работа №11. Анализ программы «От рождения до школы»**

**Цель:** Научиться анализировать программу.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите программу «От рождения до школы».

**Основной этап:**

Выделите требования к физическому воспитанию.

Составьте таблицу:

Требование	Пример реализации
Утренняя гимнастика	Ежедневно
Подвижные игры	2 раза в неделю

Проанализируйте значимость каждого требования.

**Заключительный этап:**

Оформите анализ в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** глубокий анализ, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хороший анализ, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичный анализ, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальный анализ, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

## Самостоятельная работа №12. Описание деятельности сотрудников дошкольной образовательной организации

**Цель:** Научиться описывать деятельность сотрудников.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите информацию о должностных обязанностях сотрудников.

**Основной этап:**

Опишите деятельность заведующего, воспитателя, медицинского работника.

Составьте таблицу:

Должность	Обязанности
Заведующий	Контроль за соблюдением норм
Воспитатель	Проведение занятий

**Заключительный этап:**

Оформите описание в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте маркированные списки для удобства чтения.

## Самостоятельная работа №13. Разработка и оформление одной из форм взаимодействия с родителями

**Цель:** Научиться разрабатывать формы взаимодействия.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите примеры форм взаимодействия (родительские собрания, консультации).

**Основной этап:**

Разработайте план взаимодействия.

Составьте таблицу:

Форма взаимодействия	Цель	Пример реализации
Родительское собрание	Информирование о здоровье	Презентация

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

**Самостоятельная работа №14. Составление и оформление мини-проекта уголка физического воспитания в группе**

**Цель:** Научиться разрабатывать проект уголка физического воспитания.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите требования к организации уголка физического воспитания.

**Основной этап:**

Определите необходимое оборудование и материалы (мячи, обручи, гимнастические маты).

Составьте план размещения оборудования.

Разработайте инструкцию по использованию уголка.

**Заключительный этап:**

Оформите проект в виде текста или презентации.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления размещения оборудования.

**Самостоятельная работа №15. Определить процесс обучения двигательному действию**

**Цель:** Научиться определять этапы обучения.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите информацию о процессе обучения двигательным действиям.

**Основной этап:**

Определите этапы (ознакомление, освоение, закрепление).

Составьте таблицу:

Этап	Действие
Ознакомление	Показ упражнения
Освоение	Практическое выполнение

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** логичная последовательность, полное соответствие задаче, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошая последовательность, но недостаточное обоснование выбора упражнений.

**3 балла:** Частичное соответствие задаче, слабая логика последовательности.

**2 балла:** Минимальное соответствие задаче, ошибки в выборе упражнений.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления этапов.

**Самостоятельная работа №16. Подбор упражнений для освоения двигательного действия**

**Цель:** Научиться подбирать упражнения в соответствии с возрастом.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Определите возрастную группу (например, младший дошкольный возраст).

**Основной этап:**

Подберите упражнения для освоения конкретного действия (например, прыжки).

Опишите технику выполнения упражнений.

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** логичная последовательность, полное соответствие задаче, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошая последовательность, но недостаточное обоснование выбора упражнений.

**3 балла:** Частичное соответствие задаче, слабая логика последовательности.

**2 балла:** Минимальное соответствие задаче, ошибки в выборе упражнений.

**Совет:** Используйте таблицы для наглядного представления упражнений.

## **Самостоятельная работа №17. Прописание алгоритма проведения общеразвивающих упражнений**

**Цель:** Научиться составлять алгоритмы для проведения упражнений.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите классификацию общеразвивающих упражнений.

**Основной этап:**

Составьте алгоритм выполнения упражнений для каждого возраста.

Подберите комплексы с предметами.

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** логичная последовательность, полное соответствие задаче, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошая последовательность, но недостаточное обоснование выбора упражнений.

**3 балла:** Частичное соответствие задаче, слабая логика последовательности.

**2 балла:** Минимальное соответствие задаче, ошибки в выборе упражнений.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления алгоритма.

## **Самостоятельная работа №18. Определение команд и распоряжений при строевых упражнениях**

**Цель:** Научиться использовать команды и распоряжения.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите технику строевых упражнений.

**Основной этап:**

Определите команды для каждого возраста.

Приведите примеры их использования.

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте таблицы для наглядного представления команд.

### **Самостоятельная работа №19. Составление алгоритма обучения и проведения подвижной игры**

**Цель:** Научиться составлять алгоритмы для подвижных игр.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите классификацию подвижных игр.

**Основной этап:**

Составьте алгоритм проведения игры.

Создайте картотеку игр для разных возрастов.

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** логичная последовательность, полное соответствие задаче, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошая последовательность, но недостаточное обоснование выбора игр.

**3 балла:** Частичное соответствие задаче, слабая логика последовательности.

**2 балла:** Минимальное соответствие задаче, ошибки в выборе игр.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления алгоритма.

### **Самостоятельная работа №20. Подбор упражнений для освоения элементов спортивных игр**

**Цель:** научиться подбирать упражнения для освоения элементов спортивных игр (например, футбола, баскетбола, волейбола).

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите классификацию спортивных игр.

Определите возрастные особенности детей.

**Основной этап:**

Подберите упражнения для освоения базовых элементов (например, удар по мячу в футболе, передача мяча в баскетболе).

Составьте таблицу:

Элемент игры	Упражнение	Возрастная группа
Удар по мячу	Пинание неподвижного мяча	5–7 лет
Передача мяча	Бросок мяча в корзину	6–7 лет

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

**Самостоятельная работа №21. Подбор упражнений для освоения зимних и летних видов спорта**

**Цель:** научиться подбирать упражнения для освоения зимних и летних видов активности.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите методику обучения зимним (катание на санках, коньках) и летним (плавание, езда на велосипеде) видам активности.

**Основной этап:**

Подберите упражнения для каждого вида активности:

Вид активности	Упражнение	Возрастная группа
Катание на санках	Спуск с небольшой горки	3–5 лет
Плавание	Движение ногами в воде	5–7 лет

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.



**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления этапов.

### **Самостоятельная работа №22. Описание вариантов простейшего туризма**

**Цель:** научиться планировать простейшие туристические мероприятия для детей дошкольного возраста.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите основы пешего и лыжного туризма для детей.

**Основной этап:**

Опишите варианты мероприятий:

Вид туризма	Описание	Возрастная группа
Пеший туризм	Прогулка по парку	4–7 лет
Лыжный туризм	Прогулка по ровной трассе	5–7 лет

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте маркированные списки для удобства чтения.

### **Самостоятельная работа №23. Подбор упражнений для развития физических качеств**

**Цель:** научиться подбирать упражнения для развития физических качеств (силы, выносливости, ловкости и др.).

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите виды физических качеств и их значение для развития ребенка.

**Основной этап:**

Подберите упражнения для каждого качества:

Физическое качество	Упражнение	Возрастная группа
---------------------	------------	-------------------

Сила	Подтягивания на перекладине	6–7 лет
Ловкость	Пробежка с обручами	4–5 лет

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

**Самостоятельная работа №24. Составление дидактической (компьютерной) игры для освоения знаний**

**Цель:** научиться создавать дидактические игры для формирования знаний в области физической культуры.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите структуру дидактических игр.

**Основной этап:**

Разработайте игру:

Название: "Физкульт-квест".

Цель: Закрепление знаний о правилах безопасности.

Этапы игры:

Ребенок решает задачи (например, выбрать безопасное место для игры).

Получает награду за правильные ответы.

Опишите правила игры.

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или презентации.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления этапов игры.

**Самостоятельная работа №25. Подбор примеров форм организации физического воспитания в дошкольной образовательной организации**

**Цель:** научиться различать урочные и неурочные формы физического воспитания.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите теорию урочных и неурочных форм занятий.

**Основной этап:**

Составьте таблицу:

Форма занятия	Пример реализации
Урочная форма	Занятие в спортивном зале
Неурочная форма	Игры на прогулке

Раскройте отличия между формами.

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

**Самостоятельная работа №26. Конспектирование типов непосредственной образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»**

**Цель:** Научиться выделять типы образовательной деятельности.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите информацию о типах непосредственной образовательной деятельности.

**Основной этап:**

Выделите основные типы (например, групповые, индивидуальные).

Составьте таблицу:

Тип деятельности	Пример реализации
------------------	-------------------

Групповая	Совместные игры
Индивидуальная	Личные тренировки

**Заключительный этап:**

Оформите конспект в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте маркированные списки для удобства чтения.

**Самостоятельная работа №27. Составление технологической карты  
непосредственной образовательной деятельности**

**Цель:** Научиться составлять технологические карты.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите структуру технологической карты.

**Основной этап:**

Определите этапы занятия (вводная часть, основная часть, заключительная часть).

Составьте таблицу:

Этап занятия	Действие
Вводная часть	Постановка цели
Основная часть	Выполнение упражнений
Заключительная часть	Подведение итогов

**Заключительный этап:**

Оформите карту в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления этапов.

## Самостоятельная работа №28. Составление отличительных особенностей мероприятий

**Цель:** Научиться выделять особенности различных мероприятий.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите виды мероприятий (утренняя гимнастика, подвижные игры, физкультурные праздники).

**Основной этап:**

Составьте таблицу:

Мероприятие	Особенности
Утренняя гимнастика	Ежедневное проведение
Физкультурный праздник	Проводится раз в год

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

## Самостоятельная работа №29. Анализ мероприятий по физическому воспитанию

**Цель:** Научиться анализировать мероприятия.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Найдите информацию о мероприятиях (утренняя гимнастика, подвижные игры).

**Основной этап:**

Проанализируйте эффективность каждого мероприятия.

Составьте таблицу:

Мероприятие	Эффективность
Утренняя гимнастика	Повышает тонус
Подвижные игры	Развивают координацию

**Заключительный этап:**

Оформите анализ в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте маркированные списки для удобства чтения.

**Самостоятельная работа №30. Подбор упражнений для самостоятельной работы дошкольников**

**Цель:** Научиться подбирать упражнения для самостоятельной деятельности детей.

**Этапы выполнения:**

**Подготовительный этап:**

Изучите возрастные особенности детей.

**Основной этап:**

Подберите упражнения для разных возрастов.

Составьте таблицу:

Возраст	Упражнения
Младшая группа	Простые прыжки
Старшая группа	Бег с препятствиями

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте схемы для наглядного представления упражнений.

**Самостоятельная работа №31. Составление плана работы с родителями по вопросам физического воспитания**

**Цель:** научиться разрабатывать план взаимодействия с родителями для повышения эффективности физического воспитания детей.

**Этапы выполнения:**

### **Подготовительный этап:**

Изучите нормативные документы (ФГОС ДО, СанПиН) и методические рекомендации по взаимодействию с родителями.

Найдите примеры форм взаимодействия (родительские собрания, консультации, мастер-классы).

### **Основной этап:**

Определите цели взаимодействия:

Информирование о значении физического воспитания.

Привлечение родителей к совместным мероприятиям.

Обсуждение состояния здоровья ребенка.

Разработайте план работы:

Форма взаимодействия	Цель	Пример реализации
Родительское собрание	Информирование о здоровье	Презентация о режиме дня
Консультация	Повышение компетенций	Советы по домашним упражнениям
Мастер-класс	Совместная деятельность	Игры с детьми

Укажите сроки проведения каждой формы взаимодействия.

### **Заключительный этап:**

Оформите план в виде текста или таблицы.

### **Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте сравнительные таблицы для наглядности.

## **Самостоятельная работа №32. Подбор способов контроля за состоянием здоровья ребенка**

### **Цель работы:**

Научиться подбирать и описывать способы контроля за состоянием здоровья детей во время их пребывания в дошкольной образовательной организации. Работа направлена на формирование умений (У9) определять способы контроля за состоянием здоровья,

изменениями в самочувствии каждого ребенка, а также знаний (3.11, 3.13) об особенностях контроля физического здоровья и психического благополучия.

### **Этапы выполнения работы**

#### **Подготовительный этап**

##### **Изучите теоретический материал:**

Ознакомьтесь с разделами учебного материала по теме «Основы педагогического контроля состояния физического здоровья и психического благополучия детей».

Изучите методику проведения диагностики физического развития детей (антропометрические показатели, физическая подготовленность, уровень здоровья).

Ознакомьтесь с материалами о способах хронометража (например, измерение пульса, частоты дыхания) и других методах наблюдения.

##### **Найдите источники информации:**

Используйте нормативные документы (ФГОС ДО, СанПиН).

Обратитесь к учебникам и методическим пособиям по физическому воспитанию.

Найдите примеры диагностических тестов и способов контроля.

#### **Основной этап**

**Шаг 1. Выделите основные группы способов контроля:** Способы контроля можно разделить на следующие категории:

##### **Наблюдение:**

Визуальное наблюдение за поведением ребенка (активность, настроение, аппетит).

Отслеживание изменений в двигательной активности (например, снижение интереса к играм).

##### **Хронометрирование:**

Измерение пульса до и после физической нагрузки.

Контроль частоты дыхания.

##### **Антропометрические методы:**

Измерение роста, веса, окружности грудной клетки.

##### **Диагностические тесты:**

Тесты на физическую подготовку (бег на 30 метров, прыжки в длину с места).

Тесты на координацию (например, ходьба по линии).

##### **Медицинский контроль:**

Ежедневный осмотр медицинского работника.

Проведение профилактических осмотров.

#### **Шаг 2. Подберите конкретные способы для каждой группы:**

**Для наблюдения :**



Отметьте изменения в поведении (например, капризность, вялость).

Учитывайте реакцию на физическую нагрузку (например, бледность кожи, потливость).

Для **хронометрирования** :

Измерьте пульс у ребенка до и после утренней гимнастики.

Зафиксируйте частоту дыхания в состоянии покоя и после активности.

Для **антропометрических методов** :

Измерьте рост и вес ребенка в начале и конце учебного года.

Сравните полученные данные с возрастными нормами.

Для **диагностических тестов** :

Проведите тест на бег 30 метров и зафиксируйте время.

Оцените результаты прыжков в длину с места.

Для **медицинского контроля** :

Организуите ежедневный осмотр детей медицинским работником.

Проведите беседу с родителями о состоянии здоровья ребенка.

**Шаг 3. Опишите каждый способ:**

Укажите цель применения способа.

Опишите процедуру выполнения.

Приведите примеры использования в практике.

Пример таблицы:

<b>Способ контроля</b>	<b>Описание</b>	<b>Пример применения</b>
Наблюдение	Постоянное отслеживание поведения и самочувствия ребенка	Отметка снижения активности ребенка во время прогулки
Хронометрирование	Измерение пульса и частоты дыхания до и после физической нагрузки	Измерение пульса после утренней гимнастики
Антропометрические методы	Измерение роста, веса и других показателей	Измерение роста в начале и конце учебного года
Диагностические тесты	Проведение тестов на физическую подготовленность	Тест на бег 30 метров
Медицинский контроль	Ежедневный осмотр медицинским работником	Осмотр горла и температуры

**Заключительный этап**

**Оформите результат:**

Представьте результат в виде текстового описания или таблицы.

Добавьте свои комментарии о значимости каждого способа контроля.

### **Проверьте работу:**

Убедитесь, что все способы контроля описаны четко и логично.

Проверьте соответствие выбранных способов возрастным особенностям детей.

### **Критерии оценки**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

### **Советы**

Используйте таблицы для наглядного представления способов контроля.

Приводите конкретные примеры из практики дошкольных учреждений.

Учитывайте возрастные особенности детей при выборе способов контроля.

## **Самостоятельная работа №33. Подбор и описание диагностических тестов**

**Цель:** научиться подбирать и описывать диагностические тесты для оценки физического развития и здоровья детей.

### **Этапы выполнения:**

#### **Подготовительный этап:**

Изучите методику диагностики физического развития (антропометрические показатели, физическая подготовленность, уровень здоровья).

Найдите примеры диагностических тестов (например, бег на 30 метров, прыжки в длину с места).

#### **Основной этап:**

Подберите тесты для разных возрастных групп:

Для младшей группы: простые упражнения (ходьба по линии, прыжки на месте).

Для старшей группы: более сложные тесты (бег на время, метание мяча).

Опишите каждый тест:

Тест	Описание	Возрастная группа	Критерии оценки
Бег 30 метров	Время преодоления дистанции	5–7 лет	До 6 секунд – отлично
Прыжки в длину	Длина прыжка с места	5–7 лет	Более 120 см – отлично

Укажите нормативы для каждого теста.

**Заключительный этап:**

Оформите результат в виде текста или таблицы.

**Критерии оценки:**

**5 баллов:** Полное раскрытие темы, логичность изложения, наличие примеров, грамотное оформление.

**4 балла:** Хорошее раскрытие темы, но недостаточно примеров или слабое оформление.

**3 балла:** Частичное раскрытие темы, отсутствие примеров.

**2 балла:** Минимальное раскрытие темы, ошибки в формулировках.

**Совет:** Используйте таблицы для наглядного представления тестов.

## **Перечень рекомендованных учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

### **Основные источники:**

1. Методика воспитания и обучения в области дошкольного образования [Электронный ресурс]: учебник и практикум / под общ. ред. Л.В. Коломийченко.- М.: Юрайт, 2018
2. Никитушкин В.Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова.- М.: Юрайт, 2018

### **Дополнительные источники:**

3. Завьялова Т.П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.П. Завьялова.- М.: Юрайт, 2018
4. Крежевских О.В. Организация предметно-развивающей среды ДОУ [Электронный ресурс]: учебное пособие / О.В. Крежевских.- М.: Юрайт, 2018
5. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ С. О. Филиппова, О. А. Каминский, Г. Г. Лукина и др; под ред. С. О. Филипповой.- 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.- 304 с
6. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна Степаненкова. — 2-е изд., испр. — М.: Издательский центр «Академия», 2006. — 368 с.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст]: учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.- М.: Издательский центр «Академия», 2016.- 496 с.
8. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников [Текст]: учебное пособие / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкина. - М.: Издательский центр «Академия», 1998
9. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников: Практикум [Текст]: учебное пособие / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкина. - М.: Издательский центр «Академия», 1998

### **Интернет-ресурсы:**

- <http://doshkolnik.ru> - сайт с публикациями по проблемам дошкольного образования;
- <http://best-ru.net/cache/9988/> - сайт с публикациями по проблемам дошкольного образования;
- <http://edu.rin.ru/preschool/> - сайт «Наука и образование»;
- <http://www.sdo-journal.ru/> - издательский дом «Воспитание дошкольника»;
- <http://dohcolonoc.ru/> - сайт для воспитателей детских садов.