

Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
Институт среднего профессионального образования им. К.Д. Ушинского

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.14 Основы общей физической подготовки и гимнастики

Специальность
44.02.01 Дошкольное образование

Москва
2022

1. Место дисциплины в структуре ОП СПО:

Дисциплина ОП.14 Основы общей физической подготовки и гимнастики относится к вариативной части учебных циклов образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, является общепрофессиональной дисциплиной профессионального цикла, изучается в пятом семестре.

2. Требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:

- Физические качества и способы их развития в дошкольном возрасте.
- Особенности проведения занятий физической подготовкой с детьми дошкольного возраста. Терминологию гимнастики.
- Основные средства гимнастики.

уметь:

- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей дошкольного возраста;
- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;
- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;
- использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса;
- показывать детям физические упражнения;
- определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательной организации.

иметь практический опыт в:

- проведении подвижных игр в зависимости от задач занятия и возрастных особенностей занимающихся.
- организации занимающихся используя строевые упражнения и гимнастическую терминологию.
- составлении и проведении общеразвивающих упражнений.
- составлении и обучении комплексу вольных упражнений.

Изучение дисциплины должно способствовать формированию компетенций:

ОК 1 - 11

ПК 1.1, 1.3, 1.4, 2.2, 2.6, 3.1-3.5

3. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		5
Контактная работа (всего)	48	48

В том числе:		
Лекции, уроки	16	16
Практические занятия, семинары	32	32
Лабораторные занятия		
Самостоятельная работа	18	18
Формы промежуточной аттестации		Диффер. зачет
Максимальная учебная нагрузка	66	66

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции, уроки	Практические занятия, семинары	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа	Всего
1.	Физические качества и способы их развития в дошкольном возрасте	4	8		6	16
2	Особенности проведения занятий физической подготовкой с детьми дошкольного возраста	2			2	2
3	Терминология гимнастики	4			4	4
4	Основные средства гимнастики	6	24		6	32

4.2. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (темы занятий)
1.	Физические качества и способы их развития в дошкольном возрасте	Физические качества сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость. и способы их развития средствами подвижных игр. Проведение подвижных игр на развитие всех физических качеств
2	Особенности проведения занятий физической	Возрастные особенности детей дошкольного возраста. Дозировка, время занятий и подбор игр в зависимости от возраста.

	подготовкой с детьми дошкольного возраста	
3	Терминология гимнастики	Правила гимнастической терминологии. Запись гимнастических упражнений. Правила записи общеразвивающих упражнений
4	Основные средства гимнастики	Строевые упражнения. Освоение команд и распоряжений. Игровые упражнения на закрепление строевых упражнений. Общеразвивающие упражнения их классификация, правила записи, способы проведения. Составление и проведение комплексов ОРУ. Вольные упражнения. Составление и проведение комплексов вольных упражнений с предметом и без.

5. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Образовательные технологии (в том числе интерактивные)
1.	Физические качества и способы их развития в дошкольном возрасте	Проблемная лекция, лекция-визуализация лекция-диалог, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач, ситуация-упражнение; кейс-стади, метод проектов
2	Особенности проведения занятий физической подготовкой с детьми дошкольного возраста	Проблемная лекция, лекция-визуализация лекция-диалог, решение ситуационных и контекстных задач, метод проектов
3	Терминология гимнастики	Лекция-визуализация, проблемная лекция, лекция-диалог, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
4	Основные средства гимнастики	Проблемная лекция, лекция-визуализация лекция-диалог, решение ситуационных и контекстных задач, деловая игра, ситуация-упражнение; кейс-стади, метод проектов

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

а) Основная литература:

Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста : учебное пособие для среднего профессионального

образования / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд., стер. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 350 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11219-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495704> (дата обращения: 30.06.2022).

б) Дополнительная литература:

Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491838> (дата обращения: 30.06.2022).

Морозова, Л. Д. Теория и методика физического развития дошкольников : учебное пособие для вузов / Л. Д. Морозова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 167 с.

Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492671> (дата обращения: 30.06.2022).

в) Электронные ресурсы:

<https://resources.mgpu.ru/findbooks.php?pagenum=9>

<https://resources.mgpu.ru/discplist.php?mode=library>

www.mgpu.ru

www.fipi.ru

<http://www.firo.ru>

<http://www.biblio-online.ru>

<http://znanium.com>

<http://www.iprbookshop.ru>

7. Информационные технологии:

информационные технологии обработки графической информации; информационные технологии передачи данных и распространения информации; информационные технологии хранения данных; информационные технологии накопления данных. Сетевые (локальные, территориальные, проводные, беспроводные и др.) информационные технологии, информационные технологии групповой работы, гипертекстовые информационные технологии, мультимедийные информационные технологии, операционные системы семейства Windows, Office (Word, Excel, PowerPoint), Сетевые технологии браузеры: Yandex, Google, Opera, Mozilla Firefox, Explorer браузеры (FireFox).

Информационно-справочные системы и профессиональные базы данных базы данных, информационно-справочные и поисковые системы: доступ к базам РГБ, ГНБУ, ERIC (www.rsl.ru, www.gnpbu.ru), Министерства образования и науки Российской Федерации (www.informica.ru), научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Реализация программы профессионального модуля предполагает наличие учебного кабинета с рабочими местами и оборудованием:

- физкультурно-спортивное оборудование;
- наглядные пособия (таблицы, схемы);
- рабочие места на 25-30 обучающихся,
- доска;
- рабочее место преподавателя.
- технические средства обучения:

компьютер, принтер, сканер, интернет, мультимедийный комплекс, телевизор, аудио-, видеоаппаратура, программное обеспечение профессионального назначения.

Для реализации дисциплины могут быть использованы:

- спортивный зал;
- тренажерный зал;
- открытые спортивные площадки.