

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

**МДК.01.03 «Практикум по совершенствованию двигательных умений и
навыков»**

Специальность

44.02.01 Дошкольное образование

Москва

2022

1. Место МДК в структуре ОП СПО:

Междисциплинарный курс МДК.01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков входит в структуру профессионального модуля ПМ.01 Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития, относится к обязательной части учебных циклов образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, изучается в третьем и четвертом семестрах.

2. Требования к результатам освоения МДК:

В результате изучения МДК обучающийся должен:

Знать:

- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;
- особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);
- теоретические основы режима дня;
- методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;
- теоретические основы двигательной активности;
- основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;
- методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;
- особенности детского травматизма и его профилактику;
- требования к организации безопасной среды в условиях дошкольной образовательной организации;
- требования к хранению спортивного инвентаря и оборудования, методику их использования;
- наиболее распространенные детские болезни и их профилактику;
- особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии;
- основы педагогического контроля состояния физического здоровья и психического благополучия детей;
- особенности адаптации детского организма к условиям образовательной организации;
- теоретические основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию;
- методику проведения диагностики физического развития детей.

Уметь:

- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;
- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;

- организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации, определять способы введения ребенка в условия образовательной организации;
- создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна в соответствии с возрастом;
- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;
- 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, ритмические движения под музыку;
- определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательной организации;
- определять способы педагогической поддержки воспитанников;
- анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), мероприятий двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) в условиях образовательной организации;

Иметь практический опыт:

- планирования режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников;
- организации и проведения режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепление здоровья;
- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей;
- организации и проведения наблюдений за изменениями в самочувствии детей во время их пребывания в образовательной организации;
- взаимодействия с медицинским персоналом образовательной организации по вопросам здоровья детей;
- диагностики результатов физического воспитания и развития;
- наблюдения и анализа мероприятий по физическому воспитанию;
- разработки предложений по коррекции процесса физического воспитания.

Изучение дисциплины должно способствовать формированию компетенций:

ОК 1 - 4, 7, 9 - 11

ПК 1.1 - 1.4, 5.1 - 5.5

3. Объем МДК и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		3	4
Контактная работа (всего)	72	32	40
В том числе:			
Лекции, уроки			
Практические занятия, семинары	72	32	40
Лабораторные занятия			
Самостоятельная работа	36	16	20
Формы промежуточной аттестации		другие	Диф.зачет
Максимальная учебная нагрузка	108	48	60

4. Структура и содержание МДК

4.1. Разделы МДК и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела МДК	Лекции, уроки	Практические занятия, семинары	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа	Всего/в том числе в интерактивной форме
1.	Гимнастика в системе физического воспитания дошкольников.		20		6	26/20
2.	Методика организации и проведения разных форм работы по физическому воспитанию в дошкольных образовательных организациях.		32		14	46/32
3.	Материально-техническая база дошкольной образовательной организации для работы по физическому воспитанию.		8		4	12/8
4.	Планирование физкультурно-оздоровительной работы в ДО		12		12	24/12

4.2. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела МДК	Содержание раздела
-------	--------------------------	--------------------

1.	<p>Гимнастика в системе физического воспитания дошкольников</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Строевые упражнения. ● Освоение команд и распоряжений. Техника выполнения поворотов. Техника выполнения поворотов. Игровые упражнения на закрепление строевых упражнений. Игровые упражнения на закрепление строевых упражнений. Тренажеры и нестандартное оборудование в образовательных учреждениях. Методика работы на тренажерах и нестандартном оборудовании. ● Особенности организации проведения строевых упражнений с учетом требований WSI. ● Основные движения. ● Отработка техники выполнения разных видов основных движений. Подготовительные и подводящие упражнения к освоению техники выполнения основных движений. ● Методические приемы обучения движениям на разных этапах разучивания. Игры и игровые упражнения на закрепление техники выполнения движений. ● Особенности организации детей на выполнение основных движений. Проведение комплексных заданий, включающие в себя разные виды основных движений. ● Проведение комплексных заданий, включающие в себя разные виды основных движений. ● Особенности организации проведения основных движений с учетом требований WSI. ● Общеразвивающие упражнения. ● Исходные положения. ● Разучивание упражнений на разных этапах обучения. ● Проведение комплексов ОРУ для детей разных возрастных групп. Вариативность ОРУ. ● Использование музыкального сопровождения при составлении комплексов ОРУ. ● Практическое проведение упражнений с использованием различных предметов и пособий, стандартного и нестандартного оборудования, в различных построениях.
----	---	---

		<p>Использование элементов хатха-йоги, игрового стретчинга, ритмопластики, ритмической гимнастики, футбола, релаксационные упражнения, упражнения на развитие дыхательной системы ребенка.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Особенности организации проведения общеразвивающих упражнений с учетом требований WSI.
2.	<p>Методика организации и проведения разных форм работы по физическому воспитанию в дошкольных образовательных организациях.</p>	<p>Утренняя гимнастика.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение комплексов утренней гимнастики для детей разных возрастных групп. Практическое проведение разнообразных форм утренней гимнастики с учетом регламента чемпионата WSI; 2. Подбор музыкального сопровождения для проведения комплексов утренней гимнастики и гимнастики после дневного сна в разных возрастных группах. 3. Проведение комплексов физических упражнений после дневного сна. 4. Физкультурные занятия. 5. Проведение разных форм физкультурных занятий в разных возрастных группах. Медико-педагогический контроль на физкультурном занятии. Построение физиологической кривой на занятии. Тренирующий эффект физкультурного занятия. 6. Физкультминутки. 7. Подбор упражнений для физкультминуток и физкультурных пауз на разных занятиях их практическое проведение. 8. Физкультурные досуги. 9. Подготовка и проведение досугов для детей разных возрастных групп. 10. Физкультурные праздники. 11. Проведение отдельных фрагментов праздников. Подготовка и проведение подвижных игр и физических упражнений при организации прогулок за пределы образовательного учреждения. Проектная деятельность в ДОО. Проведение дифференцированных заданий, направленных на оптимизацию двигательной деятельности детей разных возрастных групп <p>Проведение физических упражнений для</p>

		<p>индивидуальной работы с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья и профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Проведение ритмических движений под музыку.</p> <p>Комплексная оценка двигательной активности.</p> <p>Хронометраж двигательной активности детей в процессе выполнения двигательного режима.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с детьми по физическому воспитанию детей с учетом требований чемпионата WSI.</p> <p>Методика оценки психофизических качеств.</p> <p>Игры и игровые упражнения на развитие психофизических качеств.</p>
3.	Материально-техническая база дошкольной образовательной организации для работы по физическому воспитанию.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оснащение физкультурного зала, спортивной площадки и групповой комнаты дошкольной образовательной организации. 2. Гигиенические условия и технические характеристики оборудования. 3. Организация среды, обеспечивающей индивидуальный двигательный режим. 4. Создание проектов по использованию спортивного оборудования и пособий с целью оптимизации двигательной деятельности детей. <p>Анализ материально-технических средств по физическому воспитанию с учетом требований чемпионата WSI.</p>
4.	Планирование физкультурно-оздоровительной работы в ДО.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перспективное планирование физкультурно-оздоровительной работы на год. Разработка недельного (месячного) плана проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Календарное планирование работы по физическому воспитанию. 2. Планирование индивидуальной работы с детьми. 3. Планирование работы с родителями по вопросам физического воспитания и развития детей. 4. Планирование работы по физическому воспитанию с учетом требований чемпионата WSI.

5. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела МДК	Образовательные технологии (в том числе интерактивные)
1.	Гимнастика в системе физического воспитания дошкольников	Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое проектирование, кейс-стади, метод проекта
2.	Методика организации и проведения разных форм работы по физическому воспитанию в дошкольных образовательных организациях.	Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое проектирование, кейс-стади, метод проекта
3.	Материально-техническая база дошкольной образовательной организации для работы по физическому воспитанию.	Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое проектирование, кейс-стади, метод проекта
4.	Планирование физкультурно-оздоровительной работы в ДО.	Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое проектирование, кейс-стади, метод проекта

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение:

а) Основная литература:

1. Борисова Марина Михайловна. Воспитатель в дошкольных образовательных организациях. Физическое воспитание дошкольников: учебное пособие / М.М. Борисова, Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова ; под ред. С.А. Козловой. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 508 с. – (Практическая педагогика). ISBN 978-5-16-013803-9;
2. Гаврилова В. В.: Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Планирование, конспекты занятий. ФГОС ДО./ Издательство: Учитель, 2017. – 188 с.
3. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: практикум / С.О. Филиппова, О.А. Каминский, Г.Г. Лукна; под ред. С. О. Филипповой. – М.: Academia: Издат. центр "Академия", 2014.
4. Кучма В.Р. Гигиена детей и подростков: - М.: «ГЭОТАР-Медиа», 2015.- 528 с.
5. Степаненкова, Эмма Яковлевна. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.
6. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. ФГОС. / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.
7. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. ФГОС. / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.

8. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. ФГОС / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.
9. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Старшая группа. ФГОС / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.
10. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. ФГОС. / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.
11. Шебеко В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Учебное пособие. — 3-е изд., испр. — Минск: Вышэйшая школа, 2015. — 287 с.

б) Дополнительная литература:

1. Борисова М. М. ФГОС Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет): Библиотека программы "От рождения до школы", Методическое пособие/ М. Мозаика-Синтез, 2017. -48 с.
2. Кучма В.А., Гигиена детей и подростков/ В.Р. Кучма. – М.: ГЭОТАР –Медиа, 2013. – 528
3. Токаева Т.Э.: Парная гимнастика. Программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет./ Издательство: Учитель, 2017 – 126 с.
4. Федорова С.Ю. Развитие двигательных способностей дошкольников. – М.: 2019

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, браузеры (FireFox).
- 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:

Реализация программы профессионального модуля предполагает наличие учебного кабинета «Теория и методика физического воспитания».

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета «Теория и методика физического воспитания»:

- физкультурно-спортивное оборудование;
- наглядные пособия (таблицы, схемы);
- приборы для определения физической подготовленности ребенка (шагомеры, секундомеры, динамометры, рулетки)
- рабочие места на 25-30 обучающихся, доска, программное обеспечение профессионального модуля, персональные компьютеры, мультимедийный комплекс, интерактивная доска;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

компьютер, принтер, сканер, интернет, мультимедийный комплекс, интерактивная доска, телевизор, аудио-, видео-, фото-аппаратура, программное обеспечение профессионального назначения, комплекты учебно-методических видеофильмов и аудиозаписей.