

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 МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА**

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

Специальность

**44.02.04 Специальное дошкольное образование**

Москва  
2022

## **1. Место МДК в структуре ОП СПО:**

Междисциплинарный курс МДК.1.3. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков входит в структуру профессионального модуля ПМ.01 Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей с ограниченными возможностями здоровья и с сохранным развитием, относится к обязательной части учебных циклов образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 44.02.04 Специальное дошкольное образование

## **2. Требования к результатам освоения МДК:**

В результате изучения МДК обучающийся должен:

### **Знать:**

- особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников) в группах для детей с ограниченными возможностями здоровья и с сохранным развитием;
- теоретические основы режима дня;
- методику организации и проведения умывания, одевания, питания детей с ограниченными возможностями здоровья и с сохранным развитием;
- основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий у детей с ограниченными возможностями здоровья и с сохранным развитием;
- особенности детского травматизма и его профилактики;
- требования к организации безопасной среды в условиях дошкольной образовательной организации;
- методику проведения диагностики физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья и с сохранным развитием.

### **Уметь:**

- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста с учетом возраста детей и наличия отклонений в развитии;
- создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна с учетом возраста детей и наличия отклонений в развитии;
- проводить работу по предупреждению детского травматизма;
- анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), мероприятий двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) в группах детей с ограниченными возможностями здоровья и с сохранным развитием;

### **Иметь практический опыт:**

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

Изучение МДК должно способствовать формированию компетенций:

ОК 1 - 4, 7, 9 - 11

ПК 1.1 - 1.5, 5.1 - 5.5

### 3. Объем МДК и виды учебной работы

| Вид учебной работы                   | Всего часов | Семестры  |           |
|--------------------------------------|-------------|-----------|-----------|
|                                      |             | 5         | 6         |
| Контактная работа (всего)            | 58          | 32        | 26        |
| В том числе:                         |             |           |           |
| Лекции, уроки                        |             |           |           |
| Практические занятия, семинары       | 58          | 32        | 26        |
| Лабораторные занятия                 |             |           |           |
| Самостоятельная работа               | 29          | 16        | 13        |
| Формы промежуточной аттестации       |             | другие    | Диф.зачет |
| <b>Максимальная учебная нагрузка</b> | <b>87</b>   | <b>48</b> | <b>39</b> |

### 4. Структура и содержание МДК

#### 4.1. Разделы МДК и виды занятий

| №<br>п/п | Наименование раздела МДК  | Лекции, уроки | Практические занятия | Лабораторные | Самостоятельная | Всего/в том числе в интерактивной форме |
|----------|---|---------------|----------------------|--------------|-----------------|---|
| 1.       | Освоение техники циклических основных движений: ходьба, бег, лазание.   |               | 14                   |              | 6               | 20/12                                   |
| 2.       | Освоение техники ациклических основных движений: прыжки, метание.   |               | 14                   |              | 6               | 20/12                                   |
| 3.       | Освоение техники выполнения групповых упражнений с переходами детьми дошкольного возраста.                          |               | 14                   |              | 6               | 20/12                                   |
| 4.       | Освоение техники выполнения упражнений развивающих у дошкольников быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. |               | 16                   |              | 11              | 27/12                                   |

#### 4.2. Содержание разделов МДК

| №<br>п/п | Наименование раздела МДК  | Содержание раздела  |
|----------|---|---|
| 1.       | Освоение техники циклических основных движений: ходьба, бег, лазание. | <p>Проведение игр и игровых упражнений на закрепление навыков выполнения разных видов ходьбы.</p> <p>Проведение упражнений в ходьбе с учетом возраста и подготовленности детей.</p> <p>Проведение ходьбы с ритмическим сопровождением в разном темпе.</p> <p>Проведение игр и игровых упражнений в беге с учетом возрастных особенностей и подготовленности детей.</p> <p>Отработка приемов фиксирования результатов бега.</p> <p>Проведение комплексных заданий,</p> |

|    |  |   |
|----|--|---|
|    |  | <p>включающих упражнения в беге и равновесии.</p> <p>Отработка техники выполнения разных видов лазания. Проведение игр и игровых упражнений на закрепление навыков выполнения разных видов лазания.</p> <p>Выполнение подготовительных и подводящих упражнений к освоению техники лазания по канату.</p> <p>Отработка техники выполнения разных видов прыжков.</p> <p>Проведение игр и игровых упражнений на закрепление навыков выполнения разных видов прыжков.</p> <p>Проведение упражнений в прыжках с учетом возрастных особенностей и подготовленности детей.</p> <p>Отработка техники выполнения разных видов метания.</p> <p>Выполнение подготовительных и подводящих упражнений к освоению техники разных видов метания.</p>   |
| 2. | <p>Освоение техники ациклических основных движений: прыжки, метание.</p> | <p>Отработка техники выполнения и приемов проведения комплексов ОРУ.</p> <p>Отработка техники выполнения и приемов проведения комплексов ОРУ, сочетающих приемы массажа, пассивные, пассивно-активные и активные упражнения, для детей первого года жизни.</p> <p>Проведение комплексов ОРУ для детей второго, третьего, четвертого и пятого года жизни.</p> <p>Отработка методов и приемов проведения комплексов ОРУ в соответствии с этапом обучения: частичный показ упражнений, описание, напоминание, команды, подсчет, под музыкальное сопровождение.</p> <p>Проведение комплексов коллективных общеразвивающих упражнений для детей старшего дошкольного возраста.</p> <p>Отработка технологии составления комплексов ритмической гимнастики, подбора к ним музыкального сопровождения.</p> <p>Проведение комплексов ритмической</p> |

|    |   |   |
|----|---|---|
|    |   | гимнастики для детей разных возрастных групп.<br>Проведение комплексов общеразвивающих упражнений для часто болеющих детей и для детей с ограниченными возможностями здоровья.  |
| 3. | Освоение техники выполнения групповых упражнений с переходами детьми дошкольного возраста.                          | Отработка техники выполнения упражнений в построениях и перестроениях.<br>Отработка техники поворотов, смыкания и размыкания.<br>Проведение игр и игровых упражнений для закрепления навыков выполнения групповых упражнений с переходами.  |
| 4. | Освоение техники выполнения упражнений развивающих у дошкольников быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. | Проведение игр и игровых упражнений для развития быстроты у детей с ограниченными возможностями здоровья.<br>Проведение игр и игровых упражнений для развития ловкости у детей с ограниченными возможностями здоровья.<br>Проведение игр и игровых упражнений для развития силы у детей с ограниченными возможностями.<br>Проведение игр и игровых упражнений для развития выносливости у детей с ограниченными возможностями здоровья и сохранным развитием. Проектная деятельность в ДОО. |

## 5. Образовательные технологии

| № п/п | Наименование раздела МДК  | Образовательные технологии (в том числе интерактивные)   |
|-------|---|--|
| 1.    | Освоение техники циклических основных движений: ходьба, бег, лазание. | Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое проектирование, кейс-стади, метод проекта |
| 2.    | Освоение техники ациклических основных движений: прыжки, метание.     | Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое   |

|    |   |  |
|----|---|--|
|    |   | проектирование, кейс-стади, метод проекта  |
| 3. | Освоение техники выполнения групповых упражнений с переходами детьми дошкольного возраста.                          | Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое проектирование, кейс-стади, метод проекта |
| 4. | Освоение техники выполнения упражнений развивающих у дошкольников быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. | Решение ситуационных и контекстных задач; ситуация-упражнение; игровое проектирование, кейс-стади, метод проекта |

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение:

### а) Основная литература:

Борисова, М.М. Воспитатель в дошкольных образовательных организациях. Физическое воспитание дошкольников: учебное пособие / М.М. Борисова, Н.Н. 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. — М.: Издательство Юрайт, 2021

Дошкольное образование. Практикум по дисциплинам профессионального учебного цикла (МДК. 01.02, 02.04, 02.05, 03.02, 03.04, 03.05): учебное пособие для среднего профессионального образования / О. М. Газина [и др.]. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. — 111 с.

Гаврилова, В. В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Планирование, конспекты занятий. ФГОС ДО. - М.: Издательство: Учитель, 2017. – 188 с.

Степаненкова, Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.

Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. ФГОС. / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.

Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. ФГОС. / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.

Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. ФГОС / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.

Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Старшая группа. ФГОС / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.

Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. ФГОС. / М. Мозаика-Синтез, 2017. -96 с.

### б) Дополнительная литература:

Кучма В.А., Гигиена детей и подростков/ В.Р. Кучма. – М.: ГЭОТАР –Медиа, 2013. – 528

Токаева Т.Э. Парная гимнастика. Программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет./ М.: Издательство: Учитель, 2017 – 126 с.

Федорова С.Ю. Развитие двигательных способностей дошкольников. – М., 2019

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

#### **в) электронные ресурсы:**

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

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

[www.mgpu.ru](http://www.mgpu.ru)

[www.fipi.ru](http://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](http://www.rsl.ru), [www.gnpbu.ru](http://www.gnpbu.ru)), Министерства образования и науки Российской Федерации ([www.informica.ru](http://www.informica.ru)), научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>.

### **8. Материально-техническое обеспечение:**

Реализация МДК 1.3 «Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков» 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.