

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

**МОДУЛЬ 6.2 "ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА
РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ПАРЦИАЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ
ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ"**

Методика воспитания психофизических качеств

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	W3 Кафедра дошкольного и начального образования
Учебный план	44.02.01 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (воспитатель детей дошкольного возраста)
Квалификация	Воспитатель детей дошкольного возраста
Форма обучения	очная
Часов по учебному плану	36
в том числе:	
аудиторные занятия	0
самостоятельная работа	6
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР)	0

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	10			
Неделя	10			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10
Практические	20	20	20	20
В том числе в форме практ.подготовки	26	26	26	26
Итого ауд.	30	30	30	30
Контактная работа	30	30	30	30
Сам. работа	6	6	6	6
Итого	36	36	36	36

Программу составил(и):

канд. культурологии, доцент, Гох А.Ф. _____

Рабочая программа дисциплины

разработана в соответствии с:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (воспитатель детей дошкольного возраста) (приказ Минпросвещения России от 17.08.2022 г. № 743)

составлена на основании учебного плана:

44.02.01 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (воспитатель детей дошкольного возраста)

утвержденного учёным советом вуза от 01.01.1754 протокол № .

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от 13.05.2026 г. № 5

Зав. кафедрой Груздева О.В.

Согласовано с представителями работодателей на заседании НМС УГН(С), протокол № ___ от ___ _____ 20__ г.

Председатель НМС УГН(С)

__ _____ 1754 г.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Содействие становлению профессиональных компетенций будущего воспитателя через формирование профессиональных знаний и умений в области воспитания психофизических качеств детей раннего и дошкольного возраста.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	МДК.07
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Компетенции ПК-6.3 и ПК-6.4 ранее не осваивались
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Модуль 6.3 "Организация образовательного процесса в группах детей раннего возраста"
2.2.2	Подготовка к проведению демонстрационного экзамена
2.2.3	Теория и практика игры в раннем возрасте
2.2.4	Сенсорное развитие детей раннего возраста с практикумом

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ПК 6.3.: Создавать развивающую предметно-пространственную среду, позволяющую обеспечить физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста, их эмоциональное благополучие и возможность самовыражения, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья

:	
Знать:	
Уровень 1	Знает закономерности физического развития детей раннего и дошкольного возраста, особенности эмоционального благополучия и специальные технологии организации доступной среды, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья.
Уровень 2	Недостаточно, либо с ошибками, знает закономерности физического развития детей раннего и дошкольного возраста, особенности эмоционального благополучия и специальные технологии организации доступной среды, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья.
Уровень 3	Частично знает закономерности физического развития детей раннего и дошкольного возраста, особенности эмоционального благополучия и специальные технологии организации доступной среды, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья.
Уметь:	
Уровень 1	Умеет проектировать развивающее пространство, организовывать двигательную активность и создавать условия для эмоционального комфорта и творческого самовыражения каждого ребенка.
Уровень 2	Недостаточно, либо с ошибками, умеет проектировать развивающее пространство, организовывать двигательную активность и создавать условия для эмоционального комфорта и творческого самовыражения каждого ребенка.
Уровень 3	Частично умеет проектировать развивающее пространство, организовывать двигательную активность и создавать условия для эмоционального комфорта и творческого самовыражения каждого ребенка.
Владеть:	
Уровень 1	Владеет методами диагностики физического развития, средствами оценки эмоционального состояния детей и технологией разработки безопасной, комфортной и привлекательной предметно-пространственной среды, подходящей для всех категорий воспитанников.
Уровень 2	Недостаточно, либо с ошибками, владеет методами диагностики физического развития, средствами оценки эмоционального состояния детей и технологией разработки безопасной, комфортной и привлекательной предметно-пространственной среды, подходящей для всех категорий воспитанников.
Уровень 3	Частично владеет методами диагностики физического развития, средствами оценки эмоционального состояния детей и технологией разработки безопасной, комфортной и привлекательной предметно-пространственной среды, подходящей для всех категорий воспитанников.
ПК 6.4.: Проводить занятия по парциальной образовательной программе в области физического развития детей с учетом возрастных, индивидуальных и психофизических особенностей детей раннего и дошкольного возраста	
:	
Знать:	

Уровень 1	Знает основные принципы построения учебно-воспитательного процесса по парциальной образовательной программе в области физического развития, соответствующие возрастным особенностям, индивидуальным различиям и психофизиологическим характеристикам детей раннего и дошкольного возраста.
Уровень 2	Недостаточно, либо с ошибками, знает основные принципы построения учебно-воспитательного процесса по парциальной образовательной программе в области физического развития, соответствующие возрастным особенностям, индивидуальным различиям и психофизиологическим характеристикам детей раннего и дошкольного возраста.
Уровень 3	Частично знает основные принципы построения учебно-воспитательного процесса по парциальной образовательной программе в области физического развития, соответствующие возрастным особенностям, индивидуальным различиям и психофизиологическим характеристикам детей раннего и дошкольного возраста.
Уметь:	
Уровень 1	Умеет разрабатывать и проводить образовательные мероприятия, направленные на гармоничное физическое развитие, укрепление здоровья и повышение функциональных возможностей организма ребенка с учетом специфики конкретной программы.
Уровень 2	Недостаточно, либо с ошибками, умеет разрабатывать и проводить образовательные мероприятия, направленные на гармоничное физическое развитие, укрепление здоровья и повышение функциональных возможностей организма ребенка с учетом специфики конкретной программы.
Уровень 3	Частично умеет разрабатывать и проводить образовательные мероприятия, направленные на гармоничное физическое развитие, укрепление здоровья и повышение функциональных возможностей организма ребенка с учетом специфики конкретной программы.
Владеть:	
Уровень 1	Владеет методами дифференцированного подхода к обучению и воспитанию, современными техниками диагностики физического состояния детей, способами активизации интереса к физическим упражнениям и здоровому образу жизни.
Уровень 2	Недостаточно, либо с ошибками, владеет методами дифференцированного подхода к обучению и воспитанию, современными техниками диагностики физического состояния детей, способами активизации интереса к физическим упражнениям и здоровому образу жизни.
Уровень 3	Частично владеет методами дифференцированного подхода к обучению и воспитанию, современными техниками диагностики физического состояния детей, способами активизации интереса к физическим упражнениям и здоровому образу жизни.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. 1. Теоретические основы физического воспитания дошкольников						
1.1	1.1. История возникновения и развития физического воспитания в России и за рубежом. Место физического воспитания в системе дошкольного образования. /Лек/	6	2	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3		
1.2	1.2. Базовые термины и понятия: физическая активность, физическая подготовка, физическое развитие. /Лек/	6	2	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		
	Раздел 2. 2. Возрастные особенности развития физических качеств у детей						
2.1	2.1. Закономерности развития детей разных возрастов (от 3 до 7 лет). Особенности развития моторики и двигательных функций. /Пр/	6	4	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		
2.2	2.2. Определение зон риска и профилактика нарушений физического развития. /Пр/	6	4	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		

	Раздел 3. 3. Основные теории и концепции психического развития дошкольников						
3.1	3.1. Психология развития. Психическое развитие детей от младенчества до школьного возраста. /Лек/	6	2	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		
3.2	3.2. Теория когнитивного развития ребенка Ж. Пиаже. Социально-когнитивная теория А. Бандуры. Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского. Нейропсихологические аспекты детского развития. /Лек/	6	4	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		
3.3	3.2. Теория когнитивного развития ребенка Ж. Пиаже. Социально-когнитивная теория А. Бандуры. Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского. Нейропсихологические аспекты детского развития. /Ср/	6	6	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		
	Раздел 4. 4. Психологические аспекты воспитания дошкольника						
4.1	4.1. Развитие познавательной сферы, формирование личности и социализация. /Пр/	6	6	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		
4.2	4.2. Эмоциональное воспитание и коммуникативное развитие. /Пр/	6	6	ПК 6.3. ПК 6.4.	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные вопросы и задания для текущего контроля

Задания с выбором одного правильного ответа из предложенных

1. Что означает термин «парциальная образовательная программа»?

- А) Отдельная часть основной образовательной программы, нацеленная на физическое развитие детей.
- В) Программа общего воспитания детей дошкольного возраста.
- С) Программа занятий по математике и логике.
- Д) Учебный план, предназначенный для учеников средней школы.

2. Какую основную цель преследуют занятия по парциальной образовательной программе в области физического развития?

- А) Увеличение массы тела ребенка.
- В) Повышение эстетической привлекательности внешности.
- С) Совершенствование двигательных навыков и улучшение физического состояния.
- Д) Увеличение объема запоминаемой информации.

3. Что входит в обязанности воспитателя при проведении занятий по физической культуре?

- А) Только руководство играми и развлечениями.
- В) Регистрация посещения детей в журнале учёта.
- С) Разработка, организация и проведение занятий с учетом индивидуальных особенностей детей.
- Д) Решение административных вопросов.
- С) Соответствие гигиеническим нормам
- Д) Предоставление возможностей для физической активности и творчества

4. Что является основой создания развивающей предметно-пространственной среды для детей раннего и дошкольного возраста?

- А) Эстетика оформления помещения
- В) Удобство расположения мебели

5. Какой фактор является главным при организации пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья?

- А) Яркость цветовой гаммы интерьера
- В) Доступность оборудования и удобная мебель
- С) Постоянство обстановки и расположение игрушек
- Д) Музыкальное сопровождение занятий

6. Какое оборудование предпочтительно использовать для укрепления мышц ног у детей раннего возраста?

- А) Мягкие модули для лазанья

- B) Велосипеды и беговелы
- C) Скакалки и мячи
- D) Песочницы и горки

Контрольные вопросы и задания для промежуточного контроля

1. Как организовать профилактику нарушений физического развития детей в дошкольных учреждениях?
2. Какие этапы проходят дети в развитии крупных и мелких моторных навыков?
3. Что такое парциальная образовательная программа и как она применяется в области физического воспитания?
4. Какие цели ставит перед собой дисциплина «Методика воспитания психофизических качеств»?
5. Перечислите основные задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
6. Какие методы воспитания физических качеств (силы, выносливости, быстроты, гибкости, координации) применяются в дошкольных учреждениях?

Вопросы к итоговому контролю

1. Какие цели ставит перед собой дисциплина «Методика воспитания психофизических качеств»?
2. Перечислите основные задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
3. Какие методы воспитания физических качеств (силы, выносливости, быстроты, гибкости, координации) применяются в дошкольных учреждениях?
4. В чем особенность воспитания физических качеств у детей с ограниченными возможностями здоровья?
5. Какие преимущества приносит игровое моделирование в процессе физического воспитания дошкольников?
6. Какие характерные черты отличают физическое развитие детей раннего возраста (от 0 до 3 лет)?
7. Какие факторы определяют физическое развитие детей дошкольного возраста (от 3 до 7 лет)?
8. В чем заключаются возрастные особенности развития двигательных навыков у детей 4–5 лет?
9. Какое влияние оказывает физическая активность на эмоциональное благополучие ребенка?
10. Какие зоны риска физического развития выделяют у детей дошкольного возраста?
11. Как организовать профилактику нарушений физического развития детей в дошкольных учреждениях?
12. Какие этапы проходят дети в развитии крупных и мелких моторных навыков?
13. Что такое парциальная образовательная программа и как она применяется в области физического воспитания?
14. Какие игровые методики применяют для воспитания физических качеств у дошкольников?
15. Каковы принципы дифференцированного подхода к воспитанию физических качеств детей?
16. Какие современные технологии диагностики физического состояния дошкольников известны?
17. Какова роль воспитателя в активизации интереса детей к физическим упражнениям?
18. Какие особенности имеют дети с задержкой психического развития в плане физического воспитания?
19. Какие формы организации двигательной активности рекомендуются для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата?
20. Как связаны развитие познавательной сферы и физическое воспитание дошкольников?
21. Какие психологические аспекты следует учитывать при воспитании физических качеств у детей?
22. Как повлияли взгляды Л.С. Выготского на современную концепцию воспитания дошкольников?
23. Какие средства и методы используются для развития координации движений у детей?
24. Какая роль принадлежит эмоциональному воспитанию в процессе физического развития ребенка?
25. Какие инновационные практики применяются в современных дошкольных учреждениях для воспитания психофизических качеств детей?

5.2. Темы письменных работ

1. Физическое развитие детей раннего возраста: возрастные особенности и задачи воспитания.
2. Воздействие окружающей среды на физическое развитие дошкольников.
3. Методы воспитания физических качеств (силы, выносливости, скорости, гибкости, координации) у детей дошкольного возраста.
4. Исторические аспекты развития физического воспитания детей в России и за рубежом.
5. Современные подходы к организации развивающей предметно-пространственной среды в дошкольных учреждениях.
6. Психолого-физиологические основы двигательной активности детей дошкольного возраста.
7. Закономерности развития двигательных навыков у детей 3–4 лет.
8. Формы и методы диагностики физического развития дошкольников.
9. Проектирование оптимальной развивающей среды для детей с ограниченными возможностями здоровья.
10. Принципы и технологии создания доступной среды для детей с особыми образовательными потребностями.
11. Особенности организации занятий по физической культуре для детей с хроническими заболеваниями.
12. Средства и методы эмоционального воспитания детей дошкольного возраста.
13. Организация физического воспитания в сельской местности: специфика и возможные трудности.
14. Развитие двигательной активности и творческих способностей у детей с задержкой психического развития.
15. Оптимизация физического воспитания в дошкольных организациях в условиях городской среды.
16. Теория когнитивного развития Ж. Пиаже и ее влияние на воспитание дошкольников.
17. Использование игрового метода в воспитании физических качеств у детей.
18. Специфика организации физического воспитания в группах кратковременного пребывания детей.
19. Основы организации развивающего пространства для детей раннего возраста.
20. Пути активизации интереса детей к физическим упражнениям и здоровому образу жизни.
21. Методика обучения плаванию детей дошкольного возраста.
22. Подготовка педагогов к внедрению инновационных технологий в физкультурно-оздоровительную работу с детьми.

23. Оценка эффективности работы педагогов по воспитанию психофизических качеств детей.
 24. Применение инновационных технологий в организации физического воспитания дошкольников.
 25. Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста через физическую активность.

5.3. Фонд оценочных средств

Формируемые компетенции

Продвинутый уровень сформированности компетенции (87 – 100 баллов) отлично

ПК-6.3

Знает закономерности физического развития детей раннего и дошкольного возраста, особенности эмоционального благополучия и специальные технологии организации доступной среды, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-6.4

Знает основные принципы построения учебно-воспитательного процесса по парциальной образовательной программе в области физического развития, соответствующие возрастным особенностям, индивидуальным различиям и психофизиологическим характеристикам детей раннего и дошкольного возраста.

Базовый уровень сформированности компетенции (73 - 86 баллов) хорошо

ПК-6.3

Недостаточно, либо с ошибками, знает закономерности физического развития детей раннего и дошкольного возраста, особенности эмоционального благополучия и специальные технологии организации доступной среды, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-6.4

Недостаточно, либо с ошибками, знает основные принципы построения учебно-воспитательного процесса по парциальной образовательной программе в области физического развития, соответствующие возрастным особенностям, индивидуальным различиям и психофизиологическим характеристикам детей раннего и дошкольного возраста.

Пороговый уровень сформированности компетенции (60 – 72 балла) удовлетворительно

ПК-6.3

Частично знает закономерности физического развития детей раннего и дошкольного возраста, особенности эмоционального благополучия и специальные технологии организации доступной среды, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-6.4

Частично знает основные принципы построения учебно-воспитательного процесса по парциальной образовательной программе в области физического развития, соответствующие возрастным особенностям, индивидуальным различиям и психофизиологическим характеристикам детей раннего и дошкольного возраста.

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости по дисциплине «Методика воспитания психофизических качеств»

4.1. Фонды оценочных средств включают:

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству – «Текущий контроль. Тест», «Практические задания. Реферат».

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
---------------------	-------------------------------------

2. Текущий контроль. Тест.	24-40
----------------------------	-------

3. Практические задания. Реферат.	27-45
-----------------------------------	-------

Максимальный балл	85
-------------------	----

Примеры тестовых заданий для текущего контроля

1. Что является основой создания развивающей предметно-пространственной среды для детей раннего и дошкольного возраста?

- A) Эстетика оформления помещения
- B) Удобство расположения мебели
- C) Соответствие гигиеническим нормам
- D) Предоставление возможностей для физической активности и творчества

2. Какой фактор является главным при организации пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья?

- A) Яркость цветовой гаммы интерьера
- B) Доступность оборудования и удобная мебель
- C) Постоянство обстановки и расположение игрушек
- D) Музыкальное сопровождение занятий

3. Какое оборудование предпочтительно использовать для укрепления мышц ног у детей раннего возраста?

- A) Мягкие модули для лазанья
- B) Велосипеды и беговелы
- C) Скакалки и мячи
- D) Песочницы и горки

4. Каким принципом руководствуются при выборе спортивных игр для детей дошкольного возраста?

- A) Сложность и насыщенность правилами
- B) Безопасность и умеренная нагрузка

- C) Ограничение двигательной активности
- D) Использование узконаправленных тренажеров

5. Что важнее всего учесть при создании условий для эмоционального благополучия ребенка?

- A) Свобода передвижения по помещению
- B) Наличие ярких цветов в интерьере
- C) Атмосферу спокойствия и тепла
- D) Одновременную игру большого количества детей

6. Что такое сенсорная комната и какую роль она играет в развитии детей?

- A) Пространство для отдыха воспитателей
- B) Помещение для хранения спортивного инвентаря
- C) Специально оборудованная среда для сенсорного развития и релаксации
- D) Класс для занятий музыкой и танцами

7. Какая зона обязательно должна присутствовать в развивающем пространстве для малышей младше 3-х лет?

- A) Уголок с компьютером и планшетом
- B) Спортивная площадка с турником
- C) Уголок для мягких модулей и безопасных игрушек
- D) Библиотека с большим количеством книг

8. Что подразумевает термин "безбарьерная среда"?

- A) Отсутствие декоративных элементов
- B) Легкодоступные и удобные маршруты перемещения
- C) Наличие просторных окон и освещения
- D) Минимализм в оформлении пространства

9. Как называется методика, предусматривающая создание индивидуального маршрута развития для ребенка с особыми потребностями?

- A) Монтессори-метода
- B) Вальдорфская педагогика
- C) Универсальный дизайн обучения
- D) Система Зайцева

10. Какую роль играют песочницы и бассейны с шариками в развивающей среде?

- A) Оздоровительное купание
- B) Обеспечение развлечения и свободного досуга
- C) Развитие сенсорных ощущений и координационных навыков
- D) Укрепление иммунной системы ребёнка

Примеры тестовых заданий для промежуточного контроля

1. Что означает термин «парциальная образовательная программа»?

- A) Отдельная часть основной образовательной программы, нацеленная на физическое развитие детей.
- B) Программа общего воспитания детей дошкольного возраста.
- C) Программа занятий по математике и логике.
- D) Учебный план, предназначенный для учеников средней школы.

2. Какую основную цель преследуют занятия по парциальной образовательной программе в области физического развития?

- A) Увеличение массы тела ребенка.
- B) Повышение эстетической привлекательности внешности.
- C) Совершенствование двигательных навыков и улучшение физического состояния.
- D) Увеличение объема запоминаемой информации.

3. Что входит в обязанности воспитателя при проведении занятий по физической культуре?

- A) Только руководство играми и развлечениями.
- B) Регистрация посещения детей в журнале учёта.
- C) Разработка, организация и проведение занятий с учетом индивидуальных особенностей детей.
- D) Решение административных вопросов.

4. Какой подход используют при составлении программы занятий по физическому развитию для детей раннего возраста?

- A) Общегосударственный стандарт.
- B) Универсальная программа для всех возрастов.
- C) Индивидуально-дифференцированный подход.
- D) Профильный подход, применяемый только для старших дошкольников.

5. Что учитывается при подборе упражнений для детей с ослабленным здоровьем?

- A) Предпочтения родителей.
- B) Любимые цвета детей.

- С) Индивидуальные медицинские показания и рекомендации врача.
 D) Желаемые спортивные достижения.
6. Что включает в себя мониторинг физического развития детей?
 A) Оценка интеллектуальных способностей.
 B) Определение склонности к искусству.
 C) Измерение антропометрических показателей и уровня физической подготовленности.
 D) Оценка музыкальных талантов.
7. Какие основные физиологические особенности учитывают при занятиях с детьми 3–4 лет?
 A) Быстрое увеличение мышечной массы.
 B) Высокий уровень внимательности и усидчивости.
 C) Малая устойчивость организма к нагрузкам и быстрая утомляемость.
 D) Длительность концентрации внимания на протяжении часа.
8. Какие виды физических нагрузок подходят детям с сердечно-сосудистыми заболеваниями?
 A) Бег на длинные дистанции.
 B) Силовые тренировки с большими весами.
 C) Умеренные нагрузки с контролем пульса и артериального давления.
 D) Экстремальные виды спорта.
9. Что такое фитнес-тестирование в физическом воспитании детей?
 A) Тестирование уровня воспитанности и культурных знаний.
 B) Оценка музыкального слуха и ритмичности.
 C) Медицинское обследование на предмет аллергий.
 D) Определение уровня физической подготовленности и работоспособности
10. Какую роль играет спортивный уголок в развивающей среде детского сада?
 A) Средство развлечения и отвлечения детей от учебы.
 B) Возможность развития координации движений и укрепляющих упражнений.
 C) Замена прогулкам на свежем воздухе.
 D) Единственная форма физического воспитания.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Контрольные вопросы и задания для текущего контроля
 Темы письменных работ
 Тестовые задания для текущего контроля
 Вопросы к итоговому контролю
 Контрольные вопросы и задания для промежуточного контроля
 Тестовые задания для промежуточного контроля

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Ким Т. К.	Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста: учебное пособие	Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2015
Л1.2	Завьялова Т. П., Стародубцева И. В.	Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста: учебник для спо	Москва: Юрайт, 2025
Л1.3	Мухина М. П.	Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Чугайнова О. Г., Парамонова М. Ю.	Теория и технология физического воспитания детей дошкольного возраста: методические рекомендации: методическое пособие	Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016
Л2.2		Физическое развитие дошкольников: теоретические основы и новые технологии: методическое пособие	Москва: Русское слово — учебник, 2015

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.3	Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н.	Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учебник для спо	Москва: Юрайт, 2025

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Для освоения дисциплины необходим компьютер с графической операционной системой, офисным пакетом приложений, интернет-браузером, программой для чтения PDF-файлов, программой для просмотра изображений и видеофайлов и программой для работы с архивами.

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
3. Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
4. Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
5. ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОБЩИЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Изучение курса включает в себя лекции (традиционные и проблемные), семинары (практические занятия, коллективные формы обсуждения, мозговые штурмы, работы в микрогруппах и т.п.). Содержание курса распределяется между занятиями лекционного, семинарского типов и самостоятельной работы на основе принципа дополнительности. Изучение дисциплины завершается экзаменом. На лекции выносятся узловые вопросы курса, а также материал наиболее трудный для самостоятельного изучения, сложный или недостаточно полно освещаемый в учебной литературе. На семинаре предлагается обсудить несколько вопросов, объединенных общей темой. В процессе обмена информацией происходит одновременно и опрос, и изучение нового материала, и закрепление пройденного.

Наряду с лекциями и семинарскими занятиями, важным видом учебной деятельности является самостоятельная работа обучающегося. Самостоятельное изучение источников, подготовка и защита подготовленных сообщений, выполнение творческих заданий являются важной формой усвоения учебного материала. Термин «самостоятельная работа» в настоящее время приобретает более широкое толкование и понимается как деятельность, направленная на усвоение, закрепление, расширение и углубление знаний, умений и навыков, получаемых как на занятиях под руководством преподавателей, так и в часы самостоятельной подготовки. В ходе самостоятельной работы реализуются главные функции обучения – закрепление знаний и переработка их в устойчивые умения и навыки. Одновременно с этим приобретаются навыки работы с научной литературой и навыки самостоятельного поиска знаний.

Владение целостной картиной курса в купе с возможностью мягко корректировать его содержание (расширять в избранном направлении) позволяет студенту проектировать индивидуальный образовательный маршрут. А индивидуализация обучения предполагает совершенствование форм и методов самостоятельной работы обучающихся.

Изучение проблем курса основано на анализе научной, учебно-методической и справочно-энциклопедической литературы, списки которой приводятся к программам семинарского курса, самостоятельной работы, а также список основной литературы, рекомендуемой для обязательного использования с учетом наличия книг в библиотечном фонде. Студенту необходимо использовать при изучении лекционного курса и подготовке к семинарам рекомендованные источники, вникнуть в суть представленного в них того или иного подхода, сопоставить их, прийти к собственному выводу и четко сформулировать свою позицию по той или иной проблеме. При работе с различными источниками следует обратить внимание на общее и различное в позициях авторов; полезно найти само основание (то есть объяснить причину) этой общности или различия и только затем попытаться разобраться в собственных установках и предпочтениях, выработать собственную позицию (если, конечно, чувствуете в этом необходимость). Для успешного освоения материала необходимо рассматривать вопросы для самоконтроля, изложенные в содержании основных разделов и тем курса.

Рекомендации к лекциям, семинарским, практическим занятиям

Лекция, как известно, одна из основных форм учебных занятий в высших учебных заведениях, представляющая собой систематичное, последовательное устное изложение преподавателем определенного раздела конкретной науки или учебной дисциплины. К достоинствам лекции можно отнести возможность в течение непродолжительного времени сориентировать студентов в рассматриваемой научной проблеме, раскрыть ее наиболее важные, существенные стороны, дать анализ различных взглядов и теоретических концепций по рассматриваемому вопросу.

Поначалу у студента складывается мнение, что на лекции он – лицо пассивное, и все, что от него требуется, – слушать и записывать то, что говорит преподаватель. Но это ошибочное, и даже опасное представление. На самом деле слушание лекции предполагает активную мыслительную деятельность студента, главная задача которого – понять сущность

рассматриваемой темы, уловить логику рассуждений лектора; размышляя вместе с ним, оценить его аргументацию, составить собственное мнение об изучаемых явлениях и соотнести услышанное с тем, что уже изучено. И при этом студент должен еще успевать делать записи изложенного материала.

Чтобы студентам было легче на лекционных занятиях, рекомендуем несколько практических советов.

- Не старайтесь записать дословно все, что говорит преподаватель. Учитесь формулировать мысли кратко и своими словами, записывая самое существенное.
- Учитесь «на слух» отделять главное от второстепенного. Но это не значит, что записывать нужно только основные положения и определения, необходимы и примеры, приводимые лектором.
- Записи должны быть сжатыми, логично связанными, представляя собой развернутый план лекции.
- Если в лекции предлагаются схемы, таблицы, чертежи, обязательно полностью заносите их в тетрадь, выполняя аккуратно и внимательно.
- Оставляйте в тетради поля, которые можно использовать в дальнейшем для уточняющих записей, комментариев, дополнений и т.п.
- Постарайтесь выработать свою собственную систему сокращения часто встречающихся слов или их замены определенными знаками. Это даст Вам возможность меньше писать, больше слушать и думать.
- Конспект не может заменить учебник, учебное пособие или другую литературу. Вместе с тем, хорошо законспектированные лекции помогают лучше разобраться в материале и облегчают его проработку.
- Полезно проработать лекцию в день её прослушивания, пока свежи впечатления и многое из услышанного легко восстановить в памяти. Сразу надо почитать дополнительную рекомендованную литературу.

Поскольку количество часов аудиторной работы явно недостаточно для овладения таким большим объемом информации, на самостоятельную работу студента может уйти достаточно много времени. Предлагается изучению одного раздела посвящать 7-14 дней. В течение этого времени необходимо прочитать несколько раз предложенный материал, выделить в нем основные смысловые части. После этого найти и проработать рекомендуемую литературу по каждому пункту, составить конспекты или сделать выписки из работ ученых. Далее снова прочитать предлагаемый текст, после чего желательно на семинарском занятии представить тему в сжатом виде (таблица, схема, компьютерная презентация и др.). Обязательным источником, с которым студент должен работать постоянно, являются психологические словари. Проведение лекций в инновационных (активных, интерактивных) формах требует специальной подготовки обучающихся для со-участия в диалоге и со-активного освоения материала. Подготовка осуществляется самостоятельно по заранее подготовленным преподавателем планам, заданиям, рекомендациям.

Подготовка к семинарским занятиям – традиционная форма самостоятельной работы обучающихся, включает отработку лекционного материала, изучение рекомендованной литературы, конспектирование предложенных источников. На семинарах могут быть представлены доклады с дальнейшим их обсуждением. Возможно также привлечение студентов к рецензированию работ своих коллег.

Все задания семинарских занятий разделены на две категории: теоретические и практические. Однако в характере заданий действительно имеются некоторые отличия. Задания первой категории направлены на осмысление, обобщение и закрепление теоретического материала; на усвоение той или иной (в рамках модуля) темой; на закрепление терминологии; на проверочное, творческое осмысление материала и др.

Задания второй категории предусматривают подготовку практического материала к занятиям, подбор тематического, дидактического материала; формирование у студентов навыков коррекционно-педагогической работы; развитие умения осуществлять инклюзивное обучение и воспитание детей.

Серьезная теоретическая подготовка необходима для проведения практических занятий. Самостоятельность обучающихся может быть обеспечена разработкой методических указаний по проведению этих занятий с четким определением цели их проведения, вопросов для определения готовности к работе. Указания по выполнению заданий практических занятий будут способствовать проявлению в ходе работы самостоятельности и творческой инициативы. В ряде случаев может быть целесообразным вынести отдельные практические (лабораторные) занятия для самостоятельного внеаудиторного выполнения. Особенно эффективно использовать такие формы работы при формировании общекультурных и профессиональных компетенций, связанных с получением, переработкой и систематизацией информации.

Методические рекомендации к составлению конспекта при самостоятельной работе

Конспект – это систематическая, логически связанная запись, объединяющая план, выписки, тезисы и т.п. В конспект включаются не только основные положения, но и доводы, их обосновывающие, конкретные факты и примеры, но без их подробного описания.

Конспектирование может осуществляться тремя способами:

- 1) цитирование (полное или частичное) основных положений текста;
- 2) передача основных мыслей текста «своими словами»;
- 3) смешанный вариант.

При написании конспекта рекомендуется следующая последовательность:

- проанализировать содержание каждого фрагмента текста, выделяя относительно самостоятельные по смыслу;
- выделить из каждой части основную информацию, убрав избыточную;
- описать всю важную для последующего восстановления информацию своими словами или цитируя, используя сокращения.

Разделяют четыре вида конспектов:

- 1) Текстуальный (самый простой) состоит из отдельных авторских цитат. Необходимо только умение выделять фразы, несущие основную смысловую нагрузку. Это прекрасный источник дословных высказываний автора и приводимых им фактов. Текстуальный конспект используется длительное время. Недостаток: не активизирует резко внимание и память.
- 2) Плановый – это конспект отдельных фрагментов материала, соответствующих названиям пунктов предварительно разработанного плана. Он учит последовательно и четко излагать свои мысли, работать над книгой, обобщая содержание ее в формулировках плана. Такой конспект краток, прост и ясен по своей форме. Это делает его незаменимым пособием при быстрой подготовке доклада, выступления.

3) Свободный конспект – индивидуальное изложение текста, т.е. отражает авторские мысли через ваше собственное видение. Требуется детальная проработка текста. Свободный конспект представляет собой сочетание выписок, цитат, иногда тезисов, часть его текста может быть снабжена планом. Это наиболее полноценный вид конспекта.

4) Тематический конспект – изложение информации по одной теме из нескольких источников. Составление тематического конспекта учит работать над темой, всесторонне обдумывая ее, анализируя различные точки зрения на один и тот же вопрос. Таким образом, этот конспект облегчает работу над темой при условии использования нескольких источников.

Как составлять конспект:

1. Определите цель составления конспекта.
2. Записать название конспектируемого произведения (или его части) и его выходные данные, т.е. сделать библиографическое описание документа.
3. Осмыслить основное содержание текста, дважды прочитав его.
4. Читая изучаемый материал в первый раз, подразделяйте его на основные смысловые части, выделяйте главные мысли, выводы.
5. Для составления конспекта составьте план текста – основу конспекта, сформулируйте его пункты и определите, что именно следует включить в конспект для раскрытия каждого из них.
6. Наиболее существенные положения изучаемого материала (тезисы) последовательно и кратко изложите своими словами или приводите в виде цитат, включая конкретные факты и примеры.
7. Составляя конспект, можно отдельные слова и целые предложения писать сокращенно, выписывать только ключевые слова, применять условные обозначения.
8. Чтобы форма конспекта как можно более наглядно отражала его содержание, располагайте абзацы «ступеньками» подобно пунктам и подпунктам плана, применяйте разнообразные способы подчеркивания, используйте карандаши и ручки разного цвета.
9. Используйте реферативный способ изложения (например: «Автор считает...», «раскрывает...»).
10. Собственные комментарии, вопросы, раздумья располагайте на полях.

Подготовка к зачету должна проводиться на протяжении всего процесса изучения данного курса.

Рекомендации к устному опросу

При изучении дисциплин социо-гуманитарного цикла устный опрос, возможно, остается самой эффективной формой контроля. При подготовке к устному опросу по любой теме обучающемуся рекомендуется сначала обозначить проблему, найти того, кто ее сформулировал (допускается разворачивание: пояснить кто разделял, а кто критиковал); затем дать краткое определение ключевых понятий (рекомендуется продолжить развернутым определением); завершить прояснением в рамках какого подхода исследуется проблема, обозначив сильные и слабые стороны. Необходимо сочетать краткость ответа с полнотой, а стремление к самостоятельным рассуждениям – с твердым знанием научных фактов (что именно и кем именно было сказано, на каком основании и т.д.).

Поскольку гуманитарное знание отличается открытостью и вариативностью, важно быть готовым к тому, что преподаватель при оценивании знаний в значительной степени опирается на свой опыт – философское, педагогическое, психологическое, социологическое, культурологическое знание (понимание сути проблем) с трудом поддается формализации, хотя, конечно, определенные критерии оценки должны выдерживаться и действительно выдерживаются.

Рекомендации к работе над подготовленным сообщением

«Подготовленное сообщение» охватывает разнообразные формы: заранее подготовленный вопрос семинарского занятия, реферат, библиографический обзор, сочинение, презентацию, доклад...

Однако все названные формы обладают единой структурой, предполагают приблизительно одинаковые затраты времени на подготовку и на представление результатов в ходе занятия, а главное – оцениваются по единым критериям. Различия касаются особенностей оформления текста и выбора методики изложения, однако эти моменты не являются существенными с точки зрения задач освоения курса.

Письменное сообщение – вид самостоятельной работы, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает к научному мышлению.

Структурными элементами сообщения являются: титульный лист, содержание, введение, основная часть, заключение, библиографический список. Содержание должно включать перечень основных структурных элементов сообщения. Во Введении четко формулируется цель выполнения сообщения и средства достижения ее, актуальность и социальную значимость темы. Основная часть – главный содержательный раздел, разбитый на подразделы и пункты в соответствии с составленным планом. Заключение содержит обобщающие выводы по теме и личные оценки автора. Библиографический список использованных источников должен содержать перечень источников, использованных при выполнении сообщения. Источники следует располагать по алфавиту.

Качество работы оценивается по следующим критериям: самостоятельность выполнения, способность аргументировать положения и выводы, обоснованность, четкость, лаконичность, оригинальность постановки проблемы, уровень освоения темы и изложения материала (обоснованность отбора материала, использование первичных источников, способность самостоятельно осмысливать факты, структура и логика изложения).

Для подготовки письменных работ обучающемуся предоставляется рабочая программа со списком тем, списком обязательной и дополнительной литературы; методические рекомендации по их подготовке и оформлению.

Рекомендации, касающиеся интерактивных форм работы и активного участия в них

Различные интерактивные формы работы, как правило, сочетаются одна с другой: позиционное обучение, предметно-ориентированная деловая игра, дискуссия, интеллектуальная разминка, парная и групповая работа, кейс-метод, брэйнсторминг...

Особо следует обратить внимание на способность ума отклоняться от жесткой схемы, угадывать верную мысль в неточных

фразах и, наоборот, замечать отсутствие понимания проблемы за фасадом слов правильных, реагировать на интонацию, мимику, жесты, просьбы собеседника. Мобилизация знаний методом управляемого диалога – это не тестирование. Она, наоборот, нацелена на индивидуализацию процесса обучения. На то, чтобы избежать изъянов формального подхода. Главное правило: сначала слышать собеседника, и лишь во вторую очередь – стараться донести свою позицию до другого. Разработка проектов. Проект разрабатывается студентом или группой студентов. Результатом проектирования должен быть конкретный образовательный продукт. Для подготовки проектного задания студент может использовать любой вид учебных занятий в процессе обучения, включая самостоятельную работу по заданной теме. Защита проектов происходит на платформе «Электронного университета».

Алгоритм проектной деятельности.

1. Поиск проблемы и исследование путей ее решения (исследовательская часть проекта);
2. Выработка идей и обоснованный выбор наилучшего решения (проектная часть);
3. Планирование и поиск решения проблемы (технологическая часть);
4. Анализ и оценка объекта и процесса проектирования (рефлексивная часть).

Структурные элементы проектного задания:

1. Титульный лист.
2. Содержание.
3. Введение. Студент должен: 1) обосновать и конкретизировать выбор темы, 2) описать целеполагание в терминах ожидаемого результата 3) спрогнозировать связь между целями, средствами и результатами 4) обосновать выбор методов, средств и технологий, представленных в проекте.
4. Теоретическая часть – анализ и систематизация научных знаний по заданной теме.
5. Технологическая (практическая) часть – детальное описание образовательного продукта (материалы проектного задания).
6. Заключение – анализ достигнутых образовательных результатов, оценка проделанной работы (рефлексия), рекомендации по возможному использованию результатов.
7. Список использованных источников.
8. Приложения (анкеты, схемы, таблицы, диагностические карты, диаграммы, графики, тесты, ЦОР и т. п.).

Решение ситуационных задач. Такой вид самостоятельной работы направлен на развитие мышления, творческих умений, усвоение знаний, добытых в ходе активного поиска и самостоятельного решения проблем.

При решении ситуационной задачи необходимо:

- 1) представить рассуждение по поводу: необходимости дополнительных данных и источников их получения; прогнозов относительно субъектов и/или причин возникновения ситуации;
- 2) продемонстрировать умения использовать системный подход, ситуативный подход, широту взглядов на проблему;
- 3) подготовить программу действий, направленную на реализацию, например, аналитического метода решения проблемы: проанализировать все доступные данные, превратить их в информацию; определить проблему; прояснить и согласовать цели; выдвинуть возможные альтернативы; оценить варианты и выбрать один из них.

Интерактивные методы обучения необходимо использовать в органичном единстве с другими методами обучения, в том числе традиционными, закладываящими у обучающихся обязательное нормативное знание. Ситуационное обучение учит поиску и использованию знания в условиях динамичной ситуации, развивая гибкость, диалектичность мышления. Однако, чрезмерное увлечение ситуационным анализом может привести к тому, что будущий специалист окажется без необходимого «нормативного скелета», все его знания будут сводиться к знанию множества ситуаций без определенного методологического принципа или системы. Излагая теорию, преподаватель показывает практическую сферу применения компетенций, тем самым формируя качества квалифицированного специалиста, способного применять на практике теоретические знания, а также навыки исследовательской и проектной деятельности.

Рекомендации к тестированию

Тестирование может быть организовано по-разному. Обучающемуся может быть предложена случайная выборка вопросов или, напротив, тематическая. Выборка, охватывающая весь пройденный курс или лишь отдельные темы. По-разному лимитируется и время. Все зависит от задач, поставленных перед данной процедурой тестирования. В нашем курсе тестирование не является решающей формой контроля. Его задача, скорее, заключается в мобилизации внимания, в систематизации знаний. Вместе с тем, тестирование поможет и преподавателю, и обучающемуся определить пробелы и в дальнейшем обратить на них особое внимание.

Подготовка к тестированию требует акцентирования внимания на определениях, терминах, содержании понятий, датах, алгоритмах, именах ученых в той или иной области.

Подготовка к аудиторной контрольной работе аналогична предыдущей форме, но требует более тщательного изучения материала по теме или блоку тем, где акцент делается на изучение причинно-следственных связей, раскрытию природы явлений и событий, проблемных вопросов. Для подготовки необходима рабочая программа дисциплины с примерами тестов и вопросами контрольной работы, учебно-методическим и информационным обеспечением. На кафедре должен быть подготовлен фонд тестов и контрольных заданий, с которыми обучающихся не знакомят.

Рекомендации по организации самостоятельной работы

Организация самостоятельной работы студентов занимает значимую и важную составляющую всего образовательного процесса. В таком формате явственно проявляется сущность современной стратегии высшего образования, направленной на становление субъекта как личности, воспитание творчески мыслящих специалистов, которые бы обладали высоким творческим потенциалом. Вместе с тем, прослеживается траектория образования на протяжении всей жизни (lifelong learning), всегда и везде. Возросшее внимание к самостоятельной работе обучающегося позволяет нивелировать разрыв между высшим образованием и требованиями (запросами) постоянно изменяющегося VUCA-мира.

Самостоятельная работа предусматривает изучение научной и специальной литературы, подготовку к занятиям, написание рефератов, докладов, выполнение письменных заданий по темам, вынесенным на самостоятельное изучение. Она обычно

корректируется, контролируется и оценивается преподавателем или самим студентом вопросы для самоконтроля. К самостоятельной работе надо быть готовым, т.е. уметь ставить цели, определять (можно и с помощью преподавателя) объем материала, уметь выбирать рациональные способы учения, четко следовать намеченному графику деятельности, анализировать проделанное и давать себе оценку.

Текущая проработка материала включает выполнение задания по предмету, работу с конспектами лекций, конспектирование первоисточников, подготовку к семинарам, лабораторным работам и т.п.

При самостоятельном изучении тем следует учитывать следующие советы:

- при первом ознакомлении с материалом быстро просмотреть изучаемый текст, представить себе его общее содержание, логику изложения;
- вдумчивое чтение текста надо осуществлять медленно, уясняя прочитанное, выделяя основные идеи. Прочитав материал, попытаться соотнести теорию с примерами из практики;
- при изучении сложного материала необходимо составить тезисы, рабочие записи;
- если в тексте встречаются непонятные термины, необходимо воспользоваться словарем и выяснить значение термина, иначе дальнейшее понимание материала будет осложнено;
- необходимо критически осмысливать прочитанное и изученное, ответить на вопросы, предложенные после каждой темы.

Аудиторная самостоятельная работа – субъектная позиция студента во время занятий, как семинарских, лабораторных, так и лекционных. Позволяет значительно повысить активность и заинтересованность студентов. Аудиторная работа отличается от внеаудиторной тем, что работа выстраивается при сопровождении преподавателя, готового оказать консультационную, методическую и иную помощь.

Внеаудиторная самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа обучающихся по формированию общекультурных и профессиональных компетенций, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Организация внеаудиторной самостоятельной работы представляется наиболее трудоёмкой, но необходимой для реализации компетентного подхода в образовании.

Отсюда вытекают общие задачи самостоятельной работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование навыков работы с литературой;
- развитие познавательных способностей и активности: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организаторности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.

Успешность самостоятельной работы определяется рядом условий, к которым можно отнести:

- целенаправленное планирование и рациональную организацию;
- мотивированность обучающихся на выполнение заданий;
- эффективную консультационную помощь;
- разнообразие видов и форм самостоятельной работы;
- обеспечение обучающихся необходимыми методическими и информационными ресурсами с целью превращения самостоятельной работы в процесс творческий.

Организация самостоятельной работы обучающихся строится на основе федеральных и локальных нормативных документов. Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования (ФГОС ВО) устанавливают общую трудоемкость по освоению основной образовательной программы и долю самостоятельной работы в ней.

Как известно, сильнейшим фактором мотивации любой работы является целеполагание. Не является исключением и самостоятельная работа обучающегося, в нашем случае студент через осмысление предстоящей деятельности самостоятельно определяет цель (цели) такой работы. Перечислим некоторые факторы, способствующие ясному осознанию эффективности этого вида деятельности:

1. Полезность. Помимо получения дополнительного объема знаний, безусловно расширяющий личностный кругозор, студент овладевает некоторыми умениями исследовательской работы, аналитическими способностями и другими компетенциями, столь необходимыми как во время обучения (семинары, лабораторные практикумы, ВКР), так и по завершении одного уже в процессе профессиональной деятельности. Практикоориентированность самостоятельной работы повышает интерес к выбранной профессии и позволяет сформировать часть навыков, востребованных в дальнейшей трудовой деятельности.
2. Творческо-поисковая деятельность. Процессуальное участие в проектной, научно-исследовательской работе, интерактивных формах позволяют проявить собственную индивидуальность, что может быть как реальным, так и отсроченным положительным эффектом коммуникации в профессиональном сообществе.
3. Участие в конкурсах, дискуссионных клубах, студенческих научных сообществах и т.п. обязательно добавляют бонусы в личное портфолио обучающегося.
4. Наполнение личного портфолио, позиционирование собственного роста, становление личности неизменно приводят к позитивным эмоциям от поры студенчества.
5. Поощрение обучающегося за успехи в учебе и творческой деятельности.
6. Индивидуализация образовательного маршрута на пути достижения поставленных целей.
7. Значимым является «присутствие» преподавателя, готового помочь обучающемуся раскрыть свой творческий потенциал, определить перспективы своего внутреннего роста.

Важным элементом методического сопровождения является консультирование. Консультирование – целенаправленное взаимодействие преподавателя и обучающегося, направленное на оказание помощи в разрешении проблемных ситуаций (трудностей) в процессе планирования и реализации индивидуального образовательного маршрута, решения учебных и

научных задач исходя из его жизненных и профессиональных планов. За каждым преподавателем закреплено время, отводимое для консультирования студентов.

Все виды заданий предусмотрены учебным планом и носят практический характер. При подготовке заданий студенту необходимо ориентироваться на базовый лекционный курс и содержание семинарских занятий.

Все виды самостоятельной работы необходимо оформлять в электронном (письменном) виде. Задания предполагают творческий подход в решении и использовании рисунков, дидактического, речевого материала. Все выполненные задания остаются в личном пользовании студента, которые будут необходимы при прохождении практики.

1.9. Рекомендации к сдаче зачета

Зачет по дисциплине «Методика воспитания психофизических качеств» призван оценить уровень ваших знаний и умений в области организации физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Следуя данным рекомендациям, вы сможете качественно подготовиться и успешно сдать зачет.

1. Формат зачета

Зачет проводится в форме устного опроса, включающего ответы на вопросы и обсуждение практических ситуаций. Вам предстоит показать глубокие знания теории и способность применить их на практике.

2. Структура подготовки

Перед началом подготовки внимательно ознакомьтесь с программой дисциплины и рабочей учебной программой. Убедитесь, что вы знаете содержание всех разделов и понимаете основные термины и понятия.

3. Ответственность и дисциплина

Будьте готовы к регулярному посещению консультаций и выполнению заданий. Активное участие в семинарах и лабораторных занятиях значительно улучшит вашу подготовку.

4. Вопросы зачета

Готовясь к зачету, обратите внимание на следующие ключевые вопросы:

Основные положения теории физического воспитания.

Возрастные особенности развития физических качеств у детей.

Методы воспитания физических качеств (силы, выносливости, быстроты, гибкости, координации).

Современные подходы к изучению психического развития дошкольников.

Организация развивающей предметно-пространственной среды.

Эмпирические исследования в области физического воспитания.

Практические рекомендации по организации занятий физической культурой.

5. Требования к ответам

Ответы должны быть четкими, аргументированными и логически выстроенными. Используйте примеры из практики, показывая, как теоретические знания применяются в реальных ситуациях.

6. Подготовка к практической части

Помимо теоретических знаний, продемонстрируйте практические навыки организации занятий по физической культуре.

Будьте готовы провести мини-занятие или предложить собственный проект организации развивающей среды.

7. Индивидуальные консультации

Запланируйте встречу с преподавателем для индивидуальной консультации. Это даст возможность задать интересующие вопросы и обсудить возникшие трудности.

8. Внешние источники

Кроме обязательного учебного материала, изучите дополнительную литературу и интернет-ресурсы, указанные в программе дисциплины. Это обогатит ваши знания и сделает ответы более глубокими.

9. Готовность к нестандартным ситуациям

Научитесь реагировать на необычные вопросы и ситуации. Демонстрируйте способность мыслить критически и предлагать оригинальные решения.

10. Поддерживайте здоровый образ жизни

Помните, что физическая активность положительно сказывается на мозговой деятельности. Занимайтесь спортом регулярно, соблюдая баланс между отдыхом и учебой.

Соблюдая эти рекомендации, вы получите максимальную отдачу от подготовки и успешно сдадите зачет.