

**Тематика домашних контрольных работ
ПО МДК 01.03. «Практикум по совершенствованию двигательных
умений и навыков»
для студентов 2 курса ЗДО-24
специальность 44.02.01 Дошкольное образование
составил преподаватель Бариева З.С.**

Вариант 1.

№1.

Бег

- 1.Значение. Виды бега.
2. Техника выполнения.
3. Подготовительные и подводящие упражнения.
4. Профилактика травматизма.

№2

- 1.Записать показатели правильного бега
- 2.Фаза полета при беге.

Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб. пособие для студентов фак. дошк. образов. Высш. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кожухова и др. – М.: Академия,2002. –320с.

Вариант 2.

№1

Лазание

1. Значение. Виды и способы лазания.
2. Техника выполнения.
3. Подготовительные и подводящие упражнения.
4. Профилактика травматизма.

№2

1. Переменный и приставной шаг при одноименном и разноименном способе выполнения

Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб. пособие для студентов фак. дошк. образов. Высш. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кожухова и др. – М.: Академия, 2002. – 320с.

Вариант 3.

№1

Прыжки

1. Значение. Виды и характеристика прыжков
2. Техника выполнения.
3. Подготовительные и подводящие упражнения.
4. Профилактика травматизма.

№2

1. Подобрать подводящие упражнения к каждому виду прыжков
2. Техника выполнения приземления а зависимости от вида прыжка.

Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб. пособие для студентов фак. дошк. образов. Высш. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кожухова и др. – М.: Академия, 2002. – 320с.

Вариант 4.

№1

Метание.

1. Значение. Виды и способы метания 1 и 2 руками.
2. Техника выполнения.
3. Подготовительные и подводящие упражнения.
4. Профилактика травматизма.

№2

1. Определить наиболее оптимальные способы метания в вертикальную и горизонтальную цель, вдаль
2. Техника броска при разных способах метания.

Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб. пособие для студентов фак. дошк. образов. Высш. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кожухова и др. – М.: Академия, 2002. – 320с.

Вариант 5.

№1.

Прыжки с разбега

1. Характеристика прыжков с разбега, их сравнительный анализ.
2. Техника выполнения, последовательность обучения.
3. Приемы страховки.

№2.

1. Сравнительный анализ техники выполнения прыжков с разбега
2. Отличие техники прыжков в длину и высоту с прямого разбега.

Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб. пособие для студентов фак. дошк. образов. Высш. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кожухова и др. – М.: Академия, 2002. – 320с.

Вариант 6.

№1

Упражнения в равновесии

1. Виды упражнений в равновесии.
2. Усложнение упражнений в равновесии.
3. Профилактика травматизма.

№2

1. Подобрать упражнение в равновесии, определить последовательность его освоения
2. Функция равновесия и упражнения на равновесие. Статическое и динамическое равновесие
3. Перечень упражнений

Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб. пособие для студентов фак. дошк. образов. Высш. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кожухова и др. – М.: Академия, 2002. – 320с.

Вариант 7.

№1.

Построения

Перестроения

1. Понятие, характеристика
2. Особенности выполнения дошкольниками
3. Основные построения в разных возрастных группах

№2

1. Зарисовать основные построения в тетрадь
2. Усложнения в упражнениях на равновесие

3.Схемы построений

Степаненкова,Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 8.

№1.

- 1.Характеристика основных перестроений в разных возрастных группах
- 2.Техника выполнения упражнений

№2

- 1.Зарисовать способы перестроения в тетради
2. Способы перехода из одного строя в другой
3. Схемы перестроений

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 9.

№1

Строевые упражнения

- 1.Значение и место в процессе физического воспитания
- 2.Методика обучения , приемы обучения.
- 3.Анализ программы

№2

- 1.Записать команды и распоряжения к выполнению строевых упражнений для разных возрастных групп
2. Отличие команды и распоряжения. Место команд и распоряжений в разных возрастных группах.

Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников: учеб пособие для сред. пед. учеб заведений / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.АП.Шишкина. - М.: Академия, 1996. – 185с.

Вариант 10.

№1

Основные движения

1. Место в физическом воспитании.
2. Особенности выполнения движений детьми
3. Задачи обучения каждому виду движений
4. Последовательность обучения
5. Методика обучения

№2

1. Продумать способ организации детей на выполнение основных движений.
2. Подобрать подводящие упражнения.

Вавилова, Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: пособие для воспитателей дет. сада / Е.Н. Вавилова. – М.: Просвещение, 1983. –144с.

Вариант 11.

№1.

Общеразвивающие упражнения

1. Задачи обучения ОРУ
2. Методика обучения
3. Использование музыки

№2.

1. Составить комплекс общеразвивающих упражнений для возрастных групп.
2. Внести усложнения.
3. Продумать этапы подачи общеразвивающих упражнений в соответствии со степенью их освоенности.

Будинская, П.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду : кн. для

воспитателя дет. сада / П.П. Буцинская, В.И. Васюкова, Г.П. Лескова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1990. – 175с.

Вариант 12.

№1.

Плоскостопие и его профилактика

- 1.Значение здоровой стопы
- 2.Понятие плоскостопия, его причины
- 3.Диагностика.
- 4.Система мероприятий

№2.

1. Провести обследование стопы ребенка. Вывод.
2. Разработать необходимые рекомендации.

Яковлева, Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкол. учреждений: в 3-х ч. / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. – М.: Владос, 2003. – 315с.

Вариант 13.

№1.

Воспитание правильной осанки

- 1.Понятие правильной осанки
2. Причины нарушений осанки и ее виды
- 3.Профилактика нарушений осанки

№2.

- 1.Рекомендации для ДОУ по реализации данного направления работы.
- 2.Диагностика.

Яковлева, Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений: в 3-х ч. / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. – М.: Владос, 2003. – 315с.

Вариант 14.

№1.

Дыхательная гимнастика

1. Типы дыхания
2. Особенности дыхания у дошкольников
3. Дыхательная гимнастика в профилактике ОРЗ

№2.

1. Разработать комплекс дыхательной гимнастики для межсезонья.
2. Особенности дыхания дошкольников.

Яковлева, Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений: в 3-х ч. / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. – М.: Владос, 2003. – 315с.

Вариант 15.

№1.

Элементы акробатических упражнений

1. Значение для развития детей
2. Использование в работе с дошкольниками
3. Индивидуальный подход при разучивании упражнений
4. Методика обучения
5. Профилактика травматизма

№2.

1. Составить акробатический этюд для детей дошкольного возраста

2. Элементы акробатики, их использование с учетом особенностей ОДА

Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш учеб. заведений физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 476с.

Вариант 16.

№1.

Вольные упражнения

- 1.Значение и использование вольных упражнений в работе с дошкольниками.
2. Методика разучивания комплексов
3. Приемы активизации детей при выполнении вольных упражнений.

№2.

1. Виды и сочетаемость вольных упражнений для дошкольников

Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш учеб. заведений физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 476с.

Вариант 17.

№1.

Ритмическая гимнастика

- 1.Задачи гимнастики
- 2.Методика составления, разучивания и проведения занятий ритмической гимнастикой
- 3.Контроль за нагрузкой
- 4.Музыка на занятиях ритмической гимнастикой

№2.

- 1.Составить комплекс ритмической гимнастики.

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 18.

№1.

Упражнения на тренажерах и нестандартном оборудовании

- 1.Значение, виды, упражнения на тренажерах
- 2.Индивидуальный подход к детям при работе на тренажерах
- 3.Нестандартное оборудование в физическом воспитании дошкольников

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

№2.

- 1.Составить перечень литературы по теме.
2. Способы организации детей для работы на тренажерах

Вариант 19.

№1.

Элементы художественной гимнастики

- 1.Методика обучения основным элементам
- 2.Танцевальные упражнения
- 3.Методика обучения танцевальным упражнениям

№2.

1. Разработать рекомендации по использованию элементов художественной гимнастики в физическом воспитании дошкольников

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 20.

№1.

История развития подвижной игры

- 1.Создание теории и методики подвижных игр
- 2.Творческое развитие теории подвижной игры
3. Исследования научных и практических работников в области игры.

№2.

- 1.Сообщение о взглядах одного из теоретиков на подвижную игру (П.Ф. Лесгафт, Е.А. Аркин,В.В. Гориневский)

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 21.

№1.

Обучение подвижным играм в разных возрастных группах

- 1.Понятие, значение, специфика подвижных игр
- 2.Классификация подвижных игр
- 3.Методика проведения подвижных игр
4. Длительность игр

№2.

- 1.Определить этапы подачи подвижной игры.

2. Выделить усложнения каждого этапа в соответствии с возрастом детей.

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 22.

№1.

Народные подвижные игры

1. Анализ содержания народных игр в работе с дошкольниками
2. Последовательность освоения игр
3. Особенности организации в разных возрастных группах

№2.

1. Составить картотеку народных подвижных игр для детей разных возрастных групп
2. Место народных подвижных игр в физическом воспитании детей

Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учеб. для студентов пед. ин-тов / А.В. Кенеман, В.В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1985. – 271с.

Вариант 23.

№1.

Игры-эстафеты

1. Отличие от подвижных игр
2. Требования к подбору содержания эстафет
3. Последовательность освоения игр-эстафет

№2.

1. Составить 1 эстафету для «Веселых стартов» с учетом требований к разнообразию движений и их физиологической мощности.

2. Требования к сложности и количеству движений в эстафетах

Вавилова, Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: пособие для воспитателей дет. сада / Е.Н. Вавилова. – М.: Просвещение, 1983. –144с.

Вариант 24.

№1.

Малоподвижные игры

- 1.Значение и характеристика игр малой подвижности
- 2.Место игр в режиме дня и физическом воспитании детей

№2

1. Подобрать по 5 игр спокойного характера для разных возрастных групп
2. Методическое руководство при совместной организации игр

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 25.

№1.

Подвижная игра как средство развития умственных способностей и нравственных качеств личности ребенка

- 1.Принцип «сопряженного воздействия»
- 2.«Закон опережения» А.Гармаева
- 3.Метод творческих заданий

№2.

1. Примеры игр для последующего их применения.
2. Возможности развития личности в ходе проведения подвижных игр

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 26.

№1.

Оборудование площадок и инвентаря для игр детей 5-7 лет

1. Требования к оборудованию площадок для спортивных игр
2. Инвентарь для спортивных игр детей дошкольного возраста
3. Профилактика травматизма

№2.

1. Зарисовать в тетради спортивную площадку для каждой игры с указанием ее размеров.
2. Отличие площадки для детей от общепринятой

Кожухова, Н.Н. Педагогическая практика студентов с дополнительной подготовкой «Руководитель физического воспитания в дошкольном учреждении»: учеб. пособие для студентов пед. училищ и колледжей / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова; под ред. С.А. Козловой. – М.: Академия, 2005. – 216с.

Вариант 27.

№1.

Содержание игр с элементами спорта

1. Содержание игр с учетом возраста детей
2. Цель игры, участники, судейство
3. Время и счет игры
4. Последовательность обучения элементам игр
5. Структура и методика проведения занятий по обучению спортивным играм

№2.

1. Сравнительный анализ подвижной игры и игр с элементами спорта

Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш учеб. заведений физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 476с.

Вариант 28.

№1.

Баскетбол

1. Общеразвивающие и специальные упражнения

2. Обучение технико-тактическим приемам

3. Игры и игровые упражнения

4. Тактика игры

№2.

1. Подобрать игры на освоение техники, разучить их

2. Последовательность освоения элементов

Волошина Л.Н. Играйте на здоровье.- М .2005г.

Вариант 29.

№1.

Футбол

1. Общеразвивающие и специальные упражнения

2. Упражнения для развития двигательных качеств

3. Практические действия

4. Тактика игры

5. Подвижные игры и игровые упражнения

№2.

1. Подобрать игры и игровые упражнения, разучить их.

2. Последовательность освоения элементов

Волошина Л.Н. Играйте на здоровье.- М .2005г.

Вариант 30.

№1.

Хоккей с шайбой

- 1.Общеразвивающие и специальные упражнения
- 2.Упражнения для развития двигательных качеств
- 3.Практические приемы
- 4.Катание на коньках, игры на коньках

№2.

1. Подобрать игры игровые упражнения, разучить (на снежной площадке, на льду)
2. Последовательность освоения элементов

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 31.

№1.

Бадминтон

- 1.Упражнения для развития двигательных качеств
- 2.Обучение практическим приемам
- 3.Игры с воланом без ракетки
- 4.Игры с воланом и ракеткой
5. тактика одиночной игры
- 6.Взаимодействие в парной игре

№2.

1. Подобрать игры с воланом без ракетки, игры с воланом и ракеткой
2. Последовательность освоения элементов

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 32.

№1.

Настольный теннис

- 1.Общеразвивающие и специальные упражнения
- 2.Обучение практическим приемам
- 3.Игры и игровые упражнения
- 4.Индивидуальная и парная игра

№2.

1. Подобрать игры и игровые упражнения
2. Последовательность освоения элементов

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учеб. пособие для студентов пед. вузов / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 365с.

Вариант 33.

№1.

Городки

- 1.Общеразвивающие и специальные упражнения
- 2.Освоение городошных фигур
- 3.Обучение технико-тактическим приемам
- 4.Тактика игры

№2.

1. Зарисовать построение фигур, разучить
2. Последовательность освоения фигур

Волошина Л.Н. Играйте на здоровье.- М .2005г.

Вариант 34.

№1.

Лыжи. Методика обучения

1. Виды лыжного спорта и их краткая характеристика
2. Лыжный инвентарь, хранение, уход
3. Обувь, одежда лыжника в соответствии с температурой воздуха
4. Подбор лыж.
5. Последовательность освоения техники ходьбы на лыжах
6. Игры на лыжах

№2.

1. Продумать приемы профилактики обморожения.
2. Подобрать игры на лыжах для младших и старших дошкольников.
3. Элементы техники, последовательность освоения.

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 35.

№1.

Коньки. Методика обучения

1. Особенности техники бега на коньках
2. Последовательность обучения
3. Профилактика обморожений
4. Игры на коньках

№2.

1. Подобрать игры на коньках для старших дошкольников
2. Элементы техники, последовательность освоения

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 36.

№1.

Санки. Методика обучения

- 1.Общая характеристика. Саночный спорт в системе физического воспитания.
- 2.Использование санок в ДОУ
- 3, Методика обучения
- 4.Игры и забавы с санками

№2.

- 1.Определить последовательность обучения.
2. Разработать пути профилактики травматизма.
3. Подобрать игры и забавы с санками для младших и старших дошкольников
4. Техника безопасности. Требования к зимним горкам

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 37.

№1.

Игры-забавы

Скольжение по ледяным дорожкам. Методика обучения

- 1.Характеристика, условия и место проведения

2. Организация и методика проведения
3. Правила поведения детей
4. Страховка и предупреждение травм

№2.

1. Разучить игры на ледяной дорожке для детей младшего и старшего дошкольного возраста
2. Требования к заливке дорожек

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 38.

№1.

Велосипед. Самокат. Методика обучения

1. Выбор и подготовка мест катания на велосипедах
2. Подбор велосипедов, самокатов
3. Последовательность освоения
4. Индивидуальные, подгрупповые занятия
5. Характеристика игр на велосипедах
6. Знакомство с правилами дорожного движения

№2.

1. Определить требования к подбору.
2. Определить последовательность обучения.
3. Подобрать игры.
4. Подбор велосипедов, создание велосипедной дорожки

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 39.

№1.

Плавание. Методика обучения

1. Задачи и характерные особенности
2. Техника плавания
3. Организация работы по плаванию с детьми
4. Методика проведения учебных занятий по плаванию
5. Облегченные способы плавания

№2.

1. Составить перечень оборудования для занятий плаванием

Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников: учеб пособие для сред. пед. учеб заведений / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.АП.Шишкина. - М.: Академия, 1996. – 185с.

Вариант 40.

№1.

Составление конспектов организации и проведения туристических походов на лыжах

1. Структура туристических походов на лыжах
2. Особенности организации и проведения

№2.

1. Составить конспект туристического похода на лыжах на начальном и заключительном этапе обучения детей ходьбе на лыжах.
2. Содержание большого и малого привала.
3. Выбор маршрута

Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. – М.: просвещение, 1986. – 304с.

Вариант 41.

№1.

Составление конспектов организации праздника на воде

1. Отбор содержания для занятий в соответствии с возрастом, программным содержанием
2. Последовательность наполнения содержания конспектов

№2.

1. Составить конспект праздника на воде для одной из возрастных групп
2. Структура праздника на воде

Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников: учеб пособие для сред. пед. учеб заведений / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А.П.Шишкина. - М.: Академия, 1996. – 185с.

Вариант 42.

№1.

Консультации для родителей

1. Место консультаций в повышении компетентности родителей в вопросах физического воспитания детей
2. Принципы и структура построения консультаций
3. Грамотность преподнесения теоретического и практического материала

№2.

1. Составить консультацию для родителей.

Кожухова, Н.Н. Педагогическая практика студентов с дополнительной подготовкой «Руководитель физического воспитания в дошкольном учреждении»: учеб. пособие для студентов пед. училищ и колледжей / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова; под ред. С.А. Козловой. – М.: Академия, 2005. – 216с.

Вариант 43.

№1.

Особенности обучения физическим упражнениям детей с недостатками развития

1. Проблемы физического воспитания детей с отклонениями в развитии
2. Компенсаторные способности детей с нарушением слуха, зрения
3. Особенности организации и проведения занятий
4. Профилактика травматизма

№2.

1. Составить рекомендации для воспитателей по организации занятий с детьми с недостатками развития (слух, зрение)
2. Влияние состояния здоровья на занятия физическими упражнениями

Яковлева, Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений: в 3-х ч. / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. – М.: Владос, 2003. – 315с.