Добрый день, уважаемые студенты группы 11/З!

Зовут меня Марина Николаевна Сметанина. В этом семестре вы начинаете изучать междисциплинарный курс **«Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста»**, который является частью профессионального модуля ПМ 01. Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.

В связи со сложившимися условиями мы вынуждены работать с вами дистанционно. Я искренне надеюсь, что этот факт не омрачит наше с вами сотрудничество и, материал вы усвоите в полном объеме, если последовательно будете следовать всем инструкциям, предлагаемым в процессе обучения. Если у вас будут возникать сложности и непонимание, вы всегда сможете со мной связаться по электронной почте, я рада буду ответить на все ваши вопросы.

Итак, наш курс рассчитан на два семестра. В этом семестре вы получите итоговую оценку по дисциплине, в следующем семестре у вас будет теоретический экзамен (вопросы к экзамену вы получите уже сегодня прикрепленным файлом).

С уважением, М. Н. Сметанина

21.04.20.

**Вводный урок**

1. Ознакомиться с программой МДК 01. 02. «Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста» и вопросами к экзамену (смотреть прикрепленные файлы).
2. Материалы для выполнения заданий я буду давать вам каждую пару по расписанию. Задание будет содержать **теоретический материал** (лекция, материал из учебника, программы и других методических пособий):

* лекция будет прикреплена прямо к заданию;
* материалы учебника вы сможете найти в электронных библиотеках;
* программы и методические пособия на различных интернет-ресурсах.

Основным учебником по дисциплине является:

* **Теоретические** и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [С. О. Филиппова, О.А Каминский, Г. Г. Лукина и др.]; под ред. С. О. Филипповой. – 4 изд., перераб. – М.: Издательский дом «Академия», 2012. – 304 с. (электронная библиотека издательства «Академия»)

Теоретический материал вы можете сохранять в электронном виде, либо делать письменный конспект в тетради (кому как удобно).

Также задание будет содержать **практический материал**:

* ответить на вопросы;
* составить таблицу;
* разработать конспект;
* изготовить пособие;
* и т.п.

Практический материал вы высылаете мне через электронную почту колледжа. Это может быть прикрепленный файл в печатном виде или скрин. Каждое практическое задание оценивается по пятибалльной системе. Оценку вы будете получать на свою электронную почту.

**Лекция 1.**

(из Раздела 1. Комплексный подход к решению задач физического воспитания детей дошкольного возраста)

**Значение и роль физической культуры в воспитании здорового ребенка**

1. Занятия физическими упражнениями улучшают общее самочувствие человека.
2. Формируют правильную осанку.
3. Делают человека выносливым, сильным, ловким.
4. Способствуют улучшению работы внутренних органов, току крови в мозг, вследствие чего улучшается память, внимание и т.д. (т.е. психические познавательные процессы).
5. Способствуют нравственному воспитанию.

**Основные понятия теории физического воспитания**

**Теория физического воспитания** – это наука об общих законах управления физическим совершенствованием человека. (Александра Владимировна Кенеман).

**Физическое развитие** – это процесс изменения форм и функций организма под воздействием условий жизни и воспитания.

В узком значении: антропометрические и биоритмические показатели (рост, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, характер и величина изгибов позвоночника, состояние осанки и др.); в широком значении в него включают и физические качества (быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость, равновесие, глазомер).

**Физическая подготовленность** – это уровень развития двигательных навыков, умений, физических качеств, определяемых нормативами ГТО. В частности для детей дошкольного возраста нормативные показатели и требования к их выполнению раскрыты в программе воспитания и образования в детском саду.

**Физическое совершенство** – это исторически обусловленный уровень физического развития и высокая степень здоровья, всесторонней физической подготовленности.

**Физическое воспитание** – это педагогический процесс, направленный на достижение хорошего здоровья, физического и двигательного развития ребенка.

**Физическое образование** – одна из сторон физического воспитания, включающая овладение специальными знаниями, двигательными навыками и умениями.

**Физическая подготовка** – это профессиональная направленность физического воспитания. Физическая подготовка актера, летчика, каскадера и т.д.

В зависимости от особенностей конкретной профессии меняются задачи, средства, методика проведения физических упражнений.

**Физические упражнения** – это движения, двигательные действия, отдельные виды двигательной деятельности (подвижные игры), которые используются для решения задач физического воспитания.

**Двигательной деятельностью** называют всякую деятельность, характерным компонентом которой является активность двигательного аппарата человека.

**Спорт** – это специальная деятельность, направленная на достижение в каком-либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявляемых в процессе соревнований.

**Физическая культура** – часть общей культуры, совокупность материальных и духовных ценностей общества в области физического, психологического и социального здоровья человека. К примеру, к материальным ценностям относятся: спортивные сооружения (стадионы, бассейны, спортивные залы), физическое оборудование, одежда, обувь и т.д. К духовным ценностям принадлежат достижения науки о физическом воспитании, произведения искусства (литература, скульптура, живопись, графика, музыка и др.)

**Практическое задание**

1. Используя интернет-ресурсы ознакомиться с понятиями **«здоровье», «здоровый образ жизни»**, выписать определения этих понятий.
2. Выделить основные компоненты здорового образа жизни и дать им характеристику.

Задание выполнить к 23.04.20