

74.1
С 30

БАКАЛАВРИАТ

Т.А. Семенова

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ
РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

У Ч Е Б Н И К



Электронно-
Библиотечная
Система
znanium.com



Уважаемый читатель!

Вы держите в руках книгу,
дополнительные материалы которой
доступны Вам БЕСПЛАТНО
в Интернете на www.znaniium.com
Специального программного
обеспечения не требуется



Т.А. СЕМЕНОВА

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

УЧЕБНИК

ВВЕДЕНО
В КОМПЬЮТЕР

*Рекомендовано
в качестве учебника для студентов высших учебных заведений,
обучающихся по направлениям подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,
44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
(квалификация (степень) «бакалавр»)*

Электронно-
Библиотечная
Система
znanium.com

Москва
ИНФРА-М
2016

УДК 373+796(075.8)

ББК 74.100.5я73

С30

Ф3
№ 436-Ф3

Издание не подлежит маркировке
в соответствии с п. 1 ч. 4 ст. 11

Автор:

Т.А. Семенова, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики дошкольного образования Московского педагогического государственного университета

Рецензенты:

А.В. Антонова, доктор педагогических наук, профессор кафедры дошкольной педагогики Московского педагогического государственного университета;

М.Б. Зацепина, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой начального образования Московского государственного областного университета

Семенова Т.А.

С30

Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях : учебник / Т.А. Семенова. — М. : ИНФРА-М, 2016. — 448 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс; Режим доступа <http://www.znaniium.com>]. — (Высшее образование: Бакалавриат). — www.dx.doi.org/10.12737/19871.

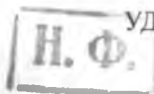
ISBN 978-5-16-011849-9 (print)

ISBN 978-5-16-104312-7 (online)


В учебнике представлена методика физического воспитания детей в дошкольных образовательных организациях, опирающаяся на классические основы, заложенные П.Ф. Лесгафтом, и учитывающая новейшие достижения теории и практики дошкольного образования. Особенности физической культуры дошкольников раскрыты в аспекте целенаправленного формирования личности ребенка-дошкольника в единстве его духовного и физического компонентов. Система физических упражнений для детей дошкольного возраста направлена на формирование гармонично развитой и социально активной личности.

Соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования последнего поколения.

Книга адресована студентам, обучающимся по направлениям подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (квалификация «бакалавр»), а также может быть полезна педагогам дошкольных образовательных организаций, слушателям курсов повышения квалификации.



УДК 373+796(075.8)
ББК 74.100.5я73

Материалы, отмеченные знаком , доступны в электронно-библиотечной системе [znaniium \(www.znaniium.com\)](http://www.znaniium.com)

ISBN 978-5-16-011849-9 (print)

ISBN 978-5-16-104312-7 (online)

© Семенова Т.А., 2016

Оглавление

Предисловие.....	3
------------------	---

Часть I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Глава 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	8
--	----------

1.1. Предмет и основные понятия теории и методики физического воспитания детей дошкольного возраста	8
1.2. Связь теории и методики физического воспитания с другими науками	14
1.3. Единство организма и окружающей его среды	17
1.4. Российская система физического воспитания	19
<i>Контрольные вопросы и задания</i>	<i>30</i>
<i>Практические задания для студентов</i>	<i>30</i>

Часть II. МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

Глава 2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	32
---	-----------

2.1. Задачи физического воспитания детей дошкольного возраста.....	32
2.2. Средства физического воспитания детей дошкольного возраста	35
2.3. Физические упражнения — основное средство физического воспитания	37
2.4. Особенности становления моторики детей дошкольного возраста.....	47
<i>Контрольные вопросы и задания</i>	<i>56</i>
<i>Практические задания для студентов</i>	<i>56</i>

Глава 3. ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ОТ РОЖДЕНИЯ ДО СЕМИ ЛЕТ.....	59
--	-----------

3.1. Особенности психофизического развития ребенка первого года жизни	59
3.2. Развитие движений ребенка на втором и третьем году жизни	69
3.3. Особенности развития ребенка-дошкольника (трех–семи лет)	72
<i>Контрольные вопросы и задания</i>	<i>76</i>
<i>Практические задания</i>	<i>76</i>

Глава 4. ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ, ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	78
--	-----------

4.1. Принципы системы физического воспитания	78
4.2. Характеристика методов и приемов обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста	86
4.3. Особенности формирования двигательных навыков у детей дошкольного возраста.....	101
4.4. Методика поэтапного обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста.....	106
4.5. Методика воспитания психофизических качеств и развития двигательных способностей детей дошкольного возраста	113

<i>Контрольные вопросы и задания</i>	129
<i>Практические задания</i>	130

Глава 5. ГИМНАСТИКА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА..... 135

5.1. Гимнастика как средство и метод физического воспитания	135
5.2. Основные движения	138
5.3. Строевые упражнения	207
5.4. Общеразвивающие упражнения	226
5.5. Формирование навыка правильной осанки и профилактика плоскостопия	251
<i>Контрольные вопросы и задания</i>	263
<i>Практические задания</i>	264

Глава 6. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ 273

6.1. Подвижная игра как важнейший социальный институт подготовки ребенка-дошкольника к жизни	273
6.2. Подвижная игра как средство и метод физического воспитания детей дошкольного возраста	277
6.3. Классификация подвижных игр	282
6.4. Методика проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста.....	286
6.5. Особенности проведения подвижных игр в разных возрастных группах детского сада	294
6.6. Особенности проведения игр-эстафет	302
6.7. Русские народные подвижные игры	305
6.8. Обучение детей дошкольного возраста элементам спортивных игр.....	307
6.9. Методика проведения игр в кегли, кольцеброс, серсо, классы	329
<i>Контрольные вопросы и задания</i>	333
<i>Практические задания</i>	333

Глава 7. СПОРТИВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 336

Глава 8. ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ 336

<i>Контрольные вопросы и задания</i>	383
<i>Практические задания</i>	385

Глава 9. ПЛАНИРОВАНИЕ И УЧЕТ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ 390

Глава 10 . ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 390

Тесты для самопроверки знаний студентов 391

Рекомендуемая литература 444