

Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Самарской области
«Борский государственный техникум»

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УПР
_____ С.В.Ситников

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРЕПОДАВАТЕЛЯ
на 2020-2021 учебный год

Наименование

МДК.01.03 . Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков

Курс 3 Группа 20

Специальность 44.02.01 Дошкольное образование

Преподаватель Долгих О.П.

(Ф.И.О.)

Общее количество часов на дисциплину по учебному плану 60 час.

5 семестр:

Теоретических занятий 2 час.

Лабораторных, практических занятий 30 час.

Экскурсии _____ час.

Курсовая работа _____ час.

**Календарно-тематический план преподавателя составлен на основании рабочей программы, утверждённой
ГБПОУ СО «Борский государственный техникум»**

«____» 2018 г.

Рассмотрен и обсуждён на заседании МК специальных дисциплин

(наименование методической комиссии)

«____» 2018 г.

Протокол №_____ Председатель МК Л.В.Блинкова

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
МДК.01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков

№	Наименование разделов и тем	Максим нагрузка обучающегося	Количество аудиторных часов			Самостоят. работа обуч- ся
			Всего	Теория	Практика (семинары)	
	Тема 3.1. Формирование правильной осанки	29	13	1	12	16
	Тема 3.2. Укрепление мышц стопы и голени	36	17	1	16	19
	Тема 3.3. Развитие основных мышечных групп	64	30	0	30	34
	Дифференцированный зачёт					
	Итого	129	60	2	58	69

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

МДК.01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков

№ урока	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		Вид учебного занятия	Оснащение занятия	Самостоятельная работа студентов	Задания для студентов	Формы контроля
		теория	ЛПЗ					
	Тема 3.1. Формирование правильной осанки	1	12					
1	Основные движения: повороты, перевороты, ходьба на носках, гимнастические упражнения	1		Комбинированное	Учебник		Повторение материала урока	Фронтальный опрос
2-3	Отработка навыков показа строевых упражнений: построения, перестроения		2	Практическое				Индивидуальный контроль
4-5	Отработка навыков показа упражнений на гимнастических матах		2	Практическое		С.р. № 1-7 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Индивидуальный контроль
6-7	Отработка навыков показа упражнений на гимнастической скамье		2	Практическое				Индивидуальный контроль
8-9	Отработка навыков показа упражнений на гимнастической лестнице		2	Практическое		С.р. № 8-13 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Индивидуальный контроль
10-11	Моделирование проведения подвижных игр, содержащих основные движения		2	Практическое				Индивидуальный контроль
12-13	Отработка навыков показа физических упражнений с использованием гимнастических предметов		2	Практическое		С.р. № 14-20 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Индивидуальный контроль
	Тема 3.2. Укрепление мышц стопы и голени	1	16					
14	Виды ходьбы, упражнения с различными гимнастическими	1		Комбинированный	Учебник		Повторение материала	Фронтальный опрос

	предметами					урока	
15	Отработка навыков показа различных видов ходьбы: - гладкая ходьба	1	Практическое				Индивидуальный контроль
16	Отработка навыков показа различных видов ходьбы: - на носках	1	Практическое				Индивидуальный контроль
17	Отработка навыков показа различных видов ходьбы: - на пятках	1	Практическое		С.р. № 21-28 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Индивидуальный контроль
18	Отработка навыков показа различных видов ходьбы: - на внешней и внутренней сторонах стоп	1	Практическое				Индивидуальный контроль
19-20	Отработка навыков показа упражнений на гимнастической лестнице	2	Практическое				Индивидуальный контроль
21-22	Отработка навыков показа упражнений на гимнастической лестнице	2	Практическое				Индивидуальный контроль
23-24	Отработка навыков показа упражнений со скакалкой	2	Практическое				Индивидуальный контроль
25-26	Отработка навыков показа упражнений со скакалкой	2	Практическое		С.р. № 29-34 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Индивидуальный контроль
27-28	Моделирование проведения подвижных игр со скакалкой и другими гимнастическими предметами	2	Практическое				Индивидуальный контроль
29-30	Моделирование проведения подвижных игр со скакалкой и другими гимнастическими предметами	2	Практическое		С.р. № 35-40 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Индивидуальный контроль
Тема 3.3. Развитие основных мышечных групп		0	30				

31	Отработка навыков показа упражнений на развитие координации: - упражнения на гимнастической лестнице;		1	Комбинированный	Учебник		Повторение материала урока	Фронтальный опрос
32	Отработка навыков показа упражнений на развитие координации: - упражнения с гимнастическими предметами		1	Практическое				Фронтальный опрос
33	Отработка навыков показа упражнений на развитие координации: - выполнение прыжков на точность приземления		1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
34	Отработка навыков показа упражнений на развитие координации: - бег с изменяющимися заданиями		1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
35	Отработка навыков показа упражнений на развитие координации: - бросание и ловля мячей и других предметов		1	Практическое	Учебник	С.р. № 41-47 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Фронтальный опрос
36	Отработка навыков показа упражнений на развитие координации: - катание и броски мяча на точность		1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
37	Отработка навыков показа упражнений на развитие координации: - подвижные игры		1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
38	Отработка навыков показа упражнений на развитие выносливости: - бег с разным темпом и в		1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос

	разных направлениях						
39	Отработка навыков показа упражнений на развитие выносливости: - прыжки через скакалку	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
40	Отработка навыков показа упражнений на развитие выносливости: - прыжки через предметы	1	Практическое	Учебник	С.р. № 48-53 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Фронтальный опрос
41	Отработка навыков показа упражнений на развитие выносливости: - ходьба с заданиями	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
42	Отработка навыков показа упражнений на развитие выносливости: - подвижные игры	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
43	Отработка навыков показа упражнений на развитие гибкости: - ходьба с высоким подниманием колена	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
44	Отработка навыков показа упражнений на развитие гибкости: - ходьба с выпадами	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
45	Отработка навыков показа упражнений на развитие гибкости: - ходьба с наклонами и поворотами туловища	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
46	Отработка навыков показа упражнений на развитие гибкости: - ходьба в полуприседе, приседе	1	Практическое	Учебник	С.р. № 54-60 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Фронтальный опрос
47	Отработка навыков показа упражнений на развитие	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос

	гибкости: - упражнения на гимнастических матах						
48	Отработка навыков показа упражнений на развитие гибкости: - подвижные игры с гимнастическими предметами	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
49-50	Отработка навыков показа упражнений на развитие скоростно-силовых способностей: - прыжки через предметы и на предметы	2	Практическое	Учебник	С.р. № 61-69 Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций		Фронтальный опрос
51-52	Отработка навыков показа упражнений на развитие скоростно-силовых способностей: - метание различных предметов на дальность	2	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
53-54	Отработка навыков показа упражнений на развитие скоростно-силовых способностей: - подвижные игры	2	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
55-56	Отработка упражнений мелкой моторики	2	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
57-58	Отработка упражнений мелкой моторики	2	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
59	Отработка упражнений мелкой моторики	1	Практическое	Учебник			Фронтальный опрос
60	Дифференцированный зачёт	2	58			69	

Основные источники:

1. «Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста» (под редакцией С.О.Филипповой).
2. Д.В.Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях».