

# ІНСТРУКЦІЯ

## до самотійної роботи

**Тема. Основні рухи.**

### **Знати:**

- класифікацію основних рухів;
- основні поняття теми;
- зміст роботи з кожної вікової групи;
- методи роботи з дітьми залежно від їх віку;

### **Вміти:**

- технічно правильно виконувати основні рухи;
- доступно, чітко показувати та пояснювати їх дітям з врахуванням віку, ступеня сформованості у них рухових вмінь та навичок;
- добирати методичні прийоми, враховуючи вік дітей;
- добирати основні рухи для дітей різного віку;
- складати конспекти з навчання дітей основним рухам;
- моделювати ситуації з навчання дітей основним рухам в різних вікових групах;
- аналізувати свою діяльність та інших студентів;
- оцінювати діяльність „дітей”.

### **Рекомендована література:**

1. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні від 04.05.2012
2. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. - С., 2004. - С.4-28.
3. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. - Л, 1998. - С.2-20.

### **Завдання:**

1. Скласти вступну частину ранкової гімнастики для дітей молодшого дошкільного віку, середнього дошкільного віку, старшого дошкільного віку .
2. Добрати рухливі ігри (1 гра) з основними рухами для дітей різних вікових груп (на закріплення).
3. Скласти конспект з навчання дітей основним рухам в одній з вікових груп ( за вибором студента).
4. Оформити наочність „Страхування та попередження травматизму під час виконання основних рухів”
5. Оформити картотеку (3-5 вправ) для :
  - Вправ на дихання ;
  - Вправ для формування правильної постави;
  - Вправ на попередження плоскостопості;