

Учебное пособие рекомендовано  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
РГУФКСМиТ  
Протокол № 10 от 18 мая 2017 г.

УДК: 613.771-05(07)

Ж 68

Жигун Е.Е., Бархатова Л.А. **Особенности проведения занятий по физической культуре с различными возрастными категориями:** Учеб. пособие для студентов РГУФКСМиТ, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». – М.: РГУФКСМиТ, 2017. – 130 с.

Рецензент:

Долгова Е.В. – кандидат педагогических наук, доцент

В данном учебном пособии систематизирован материал о возрастных морфофункциональных и психологических особенностях детей дошкольного возраста и учеников младшего, среднего и старшего школьного возраста. Рассмотрены основные средства и методы физической культуры, использование которых целесообразно в данные возрастные периоды.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	3
I. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДОШКОЛЬНИКОВ.....	4
Значение и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста.....	4
Нормативно-правовая основа рабочей программы дошкольного физического воспитания.....	6
Цели и задачи реализации программы дошкольного физического воспитания.....	7
Целевые ориентиры образовательного процесса физического воспитания дошкольников.....	8
МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....	9
Психическое развитие ребенка младшего дошкольного возраста .....	9
Морфофункциональная характеристика ребенка младшего дошкольного возраста.....	13
Направленность физического воспитания в младшем дошкольном возрасте.....	15

Содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет.....	16
Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений.....	18
Методические особенности планирования учебного материала на занятиях по физической культуре с детьми младшего дошкольного возраста.....	21
Вопросы для контроля.....	23
<b>СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....</b>	<b>24</b>
Психическое развитие ребенка среднего дошкольного возраста.....	24
Морфофункциональная характеристика ребенка среднего дошкольного возраста.....	26
Направленность физического воспитания в среднем дошкольном возрасте.....	28
Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений.....	32
Методические особенности планирования учебного материала на занятиях по физической культуре.....	36
Вопросы для контроля.....	39
<b>СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....</b>	<b>40</b>
Психическое развитие ребенка старшего дошкольного возраста.....	40
Морфофункциональная характеристика ребенка старшего дошкольного возраста.....	43
Направленность физического воспитания в старшем дошкольном возрасте.....	50
Методические особенности планирования учебного материала на занятиях по физической культуре в старшем дошкольном возрасте.....	53
Система мониторинга достижения планируемых результатов освоения программы физического воспитания в детском саду.....	56
Вопросы для контроля.....	61
<b>II. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ШКОЛЬНИКОВ.....</b>	<b>62</b>
<b>МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....</b>	<b>62</b>

Значение и задачи физического воспитания детей младшего школьного возраста.....	62
Нормативно-правовая основа рабочей программы школьного физического воспитания.....	63
Психическое развитие ребенка младшего школьного возраста.....	64
Морфофункциональная характеристика ребенка младшего школьного возраста.....	66
Особенности методики физического воспитания в младшем школьном возрасте.....	69
Требования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования по предмету «Физическая культура».....	73
Вопросы для контроля.....	74
<b>СРЕДНИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....</b>	<b>75</b>
Значение и задачи физического воспитания детей среднего школьного возраста.....	75
Требования федерального государственного образовательного стандарта к дисциплине «Физическая культура».....	76
Психическое развитие ребенка среднего школьного возраста.....	77
Морфофункциональная характеристика ребенка среднего школьного возраста.....	79
Особенности методики физического воспитания в среднем школьном возрасте.....	84
Вопросы для контроля.....	88
<b>СТАРШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....</b>	<b>89</b>
Значение и задачи физического воспитания в старшем школьном возрасте.....	89
Психическое развитие школьников старшего возраста.....	90
Морфофункциональная характеристика школьников старшего возраста.....	93
Особенности методики физического воспитания в старшем школьном возрасте.....	94
Особенности занятий физическими упражнениями с девушками.....	97

Распределение учащихся на медицинские группы.....	99
Коррекционная работа.....	100
Взаимодействие учителя по физической культуре с родителями.....	103
Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования по предмету «физическая культура».....	104
Система мониторинга достижения планируемых результатов освоения программы по физической культуре в школе.....	105
Методические особенности планирования учебного материала и проведения занятий по физической культуре.....	114
Дидактические принципы проведения занятий по физической культуре.....	115
Методы обучения.....	115
Средства физического воспитания и оздоровления учащихся.....	116
Формы организации физкультурно-оздоровительной работы.....	117
Вопросы для контроля.....	118
Список рекомендованной литературы.....	119