**Преподаватель- Калашникова Н.И**

 МДК 01.0 7. Теория и методика физического воспитания с практикумом

Учебник Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом под редакцией Т.Ю.Торочковой, 2015 г.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Вид занятия** | **Тема** | **Задание на дом** | **Срок сдачи** |
| 13.04.2020 | Теоретическое(2ч) | Прикладные упражнения .Акробатические упражнения. | 1.Составить комплекс прикладных упражнений для детей 3 класса.2.Составить комплекс акробатических упражнений | 14.04 |
| 16.04.2020 | Практическое(2ч) | Совершенствование организации и выполнения строевых действий, выработка командного голоса. | Выработка командного голоса. |  |

**13.04.2020** **Тема: Прикладные упражнения.(1 ч.)**

1.Изучить теоретический материал ( стр. 59 -64.)

Дать понятие определения «прикладные упражнения» - это…

2.Заполнить схему «Виды прикладных упражнений»

Прикладные упражнения

1.Лазанье по гимнастической стенке

3.Заполнить таблицу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название упражнения** | **Краткая характеристика упражнения** |
| 1. | Лазанье по гимнастической стенке |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |

4.Сделать выводы о значении прикладных упражнений.

**Тема: Акробатические упражнения.(1 ч.)**

1.Изучить теоретический материал ( 64- 68.)

Дать понятие определения «акробатические упражнения» - это…

2.Дать характеристику акробатических упражнений

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название упражнения** | **Краткая характеристика упражнения** |
| 1. | Группировка |  |
| 2 | Перекаты |  |
| 3 | Кувырок вперед |  |
| 4 | Стойка на лопатках |  |
| 5 | Мост из положения лёжа на спине |  |
| 6 | Кувырок назад в группировке. |  |

3.Сделать выводы о значннии акробатических упражнений.

**16.04.2020**.Практическое занятие №4

Тема «Совершенствование организации и выполнения строевых действий, выработка командного голоса.

Предварительная работа: ознакомиться с содержанием и методикой проведения строевых упражнений. Усовершенствовать умение подавать команды, правильно понимать основную стойку, осуществлять повороты на месте и в движении, расчет в построении шеренгой и другие строевые действия.

**Задание 1.**

Схематически изобразить построение:

- в шеренгу,

- в колонну по одному, по два, по три, по четыре

- в круг, в два круга.

**Задание 2.**

- Описать методику перестроения на месте из шеренги в 2 шеренги, из одной колонны в колонны по два.

- Указать, какие команды подаются при построении и перестроении?

- Описать как осуществляется перестроение в движении из колонны по одному в колонну по два одновременными и поворотами по два; перестроение по звеньям.