

Педагогический проект «Развитие гибкости детей 7-9 лет с использованием экспериментальной методики»

<http://dop.68edu.ru/bank/catalog/practice-12>

Информация об авторе (держателе) практики	
Фамилия	Ульихина
Имя	Вера
Отчество	Вячеславовна
Контактный телефон	8(4752)720498
Адрес электронной почты	odush2006@yandex.ru
Регион	Тамбовская область
Адрес образовательной организации	г.Тамбов, ул.Володарского, д.7
Наименование образовательной организации (полностью, в соответствии с уставом)	Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Областная детско-юношеская спортивная школа»
Должность	тренер-преподаватель
Информация о практике	
Направленность дополнительного образования	физкультурно-спортивная
Название практики	Педагогический проект «Развитие гибкости детей 7-9 лет с использованием экспериментальной методики»
Краткое описание (до 140 печатных знаков)	Повышение качества тренировочного процесса и разрядности спортсменок посредством экспериментальной методики развития гибкости
Форма проведения (выбрать из предложенных вариантов): очная; очно-заочная; дистанционная	очная
Направления деятельности (выбрать из предложенных вариантов): разноуровневые дополнительные общеразвивающие программы; модульные дополнительные общеразвивающие программы для детей из сельской местности; программы вовлечения в систему дополнительного образования детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации; программы для организации летнего отдыха и заочных школ;	педагогический проект

<p>программы дистанционных курсов по дополнительным образовательным программам; организация мероприятий по просвещению родителей в области дополнительного образования детей</p>	
<p>Целевая аудитория (выбрать из предложенных вариантов): дошкольники; дети младшего школьного возраста; дети среднего школьного возраста; дети старшего школьного возраста; молодежь; взрослые</p>	дети младшего школьного возраста
<p>Единовременное вовлечение детей при реализации практики (указать максимальное количество единовременного вовлечения детей)</p>	15 человек
<p>Возрастные ограничения (от 1 до 100 лет)</p>	от 7 до 9 лет
<p>Цель практики</p>	Совершенствование методики развития гибкости у гимнасток в тренировочном процессе
<p>Задачи практики</p>	<p>Изучить научно-методическую литературу по методике развития гибкости. Разработать экспериментальную методику развития гибкости. Выявить эффективность применения данной методики на практике. Обосновать результаты полученного исследования</p>
<p>Краткое обоснование актуальности практики</p>	<p>В спортивной гимнастике в последнее время предъявляются высокие требования к выполнению отдельных элементов, упражнениям на снарядах. Для овладения всем арсеналом средств, характерным для современной гимнастики, необходим высокий уровень развития гибкости, который может развиваться только при использовании специально разработанной методики</p>
<p>Методология практики</p>	<p>В ходе работы над проектом предполагалось, что использование специально разработанного комплекса упражнений при условии технически правильного выполнения, выбора объема и интенсивности работы позволит увеличить гибкость детей 7-9 лет, повысить качество учебно-тренировочного процесса. Для решения поставленных задач использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы;</p>

	педагогическое наблюдение; тестирование уровня развития гибкости; педагогический эксперимент; математическая обработка данных
Ожидаемый результат (какие компетенции формируем, что имеем на выходе и т.д.)	Ожидаемые результаты реализации проекта: разработан и апробирован комплекс упражнений для развития гибкости; повысилось качество учебно-тренировочного процесса; улучшилась динамика развития гибкости у детей 7-9 лет; распространен опыт работы через выступления на научно-практических семинарах, конференциях, мастер-классах; разработано методическое пособие по развитию гибкости у детей 7-9 лет
Продолжительность реализации практики	1 год
Материально-техническое оснащение: помещение; оборудование, непосредственно задействованное в процессе; расходные материалы; учебно-методические материалы	Гимнастический зал; шведская стенка; гимнастические маты – 5-10; скакалки – 10; компьютер – 1; учебно-методические материалы: дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа по спортивной гимнастике; разработанная методика развития гибкости у обучающихся 7-9 лет
Необходимый уровень подготовки педагогов: количество задействованных педагогов и/или иных специалистов; необходимый уровень подготовки, компетенций и навыков педагогических и/или иных работников	1 тренер-преподаватель, 1 инструктор-методист, 1 руководитель проекта, имеющие высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения. Специалисты, обладающие общенаучными, инструментальными и специальными компетенциями
Личностные достижения педагога	Почетная грамота Управления образования и науки Тамбовской области (2008); призер (2 место) регионального конкурса методических материалов по направлениям дополнительного образования среди педагогических работников образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы (2018)
Перспективы практики	Распространение опыта работы по данному проекту на всероссийском уровне через участие во всероссийских конкурсах, выступление на семинарах, конференциях, проведение мастер-классов с тренерами-преподавателями, профессиональное

	<p>ориентирование обучающихся для поступления в школу высшего спортивного мастерства, в высшие учебные заведения спортивной направленности, выполнение высших разрядов (КМС, мастер спорта)</p>
<p>Алгоритм действий при реализации практики</p>	<p>На <i>первом этапе</i>, подготовительном (январь-февраль 2016): согласование темы исследования, изучение литературных источников, изучение состояния исследований по вопросам развития гибкости, разработка предварительного плана работы, определение основных направлений экспериментальных разработок, определение основных задач исследования, гипотезы, путей разрешения основных проблемных моментов.</p> <p>На <i>втором этапе</i>, опытно-экспериментальном (март 2016 – март 2017): проверка предпосылок разработки рабочей гипотезы исследования, тестирование и опробирование разработанного комплекса специальных упражнений на развитие подвижности в плечевом, поясничном и тазобедренном суставах.</p> <p>На <i>третьем этапе</i>, итогово-обобщающем (апрель 2017 – июнь 2017): обработка и интерпретация полученных экспериментальных данных, выявление закономерности в развитии гибкости у детей 7-9 лет</p>
<p>Степень сложности реализации практики (от 1 до 10 баллов)</p>	<p>10 баллов</p>
<p>Проблемные зоны, риски, открытые вопросы</p>	<p>Несоответствие развития физических качеств технике выполняемого упражнения приводит к значительным трудностям в овладении двигательным навыком, а порой и к освоению его с грубыми ошибками</p>
<p>Уровень удовлетворенности и заинтересованности родителей</p>	<p>100%</p>
<p>Результативность реализации практики</p>	<p>Результаты педагогического эксперимента позволили установить, что экспериментальная группа превзошла контрольную в системе изучаемых показателей в среднем на 19,3% вследствие применения специальных комплексов упражнений для развития гибкости.</p> <p>Сравнительный анализ данных показывает, что в результате применяемой методики развития гибкости в экспериментальной группе на 20% больше обучающихся выполнили третий взрослый разряд, что говорит о результативности применяемой методики, повышении качества</p>

	<p>тренировочного процесса.</p> <p>Данными, полученными при исследовании и прошедшими дальнейшую обработку математическими методами, можно обосновать предлагаемую методику специальных упражнений, как положительную, целесообразную и необходимую для применения развития гибкости детей 7-9 лет в спортивной гимнастике.</p> <p>В ходе реализации проекта у обучающихся были сформированы познавательные, информационно-коммуникативные компетенции.</p> <p>Разработано методическое пособие «Развитие морфофункциональных способностей детей групп начальной подготовки, занимающихся спортивной гимнастикой в учреждениях дополнительного образования (ДЮСШ)»</p>
--	--

Руководитель образовательной организации

(подпись)

А.А. Трапезников

(расшифровка подписи)