

Развитие координационных способностей средствами фитбол-гимнастики

Руководитель по физическому воспитанию:
Рогачева Татьяна Анатольевна



Цель

разработка экспериментальной методики развития координационных способностей дошкольников средствами фитбол-гимнастики



Алгоритм построения экспериментальной методики развития координационных способностей

- **Принципы**
- **Задачи**
- **Материально-техническое обеспечение**
- **Средства**
- **Методы**
- **Оценка эффективности**

Основные принципы

- принцип постепенности
- принцип систематичности
- принцип доступности и
- индивидуализации
- общепедагогические принципы

Задачи

- ✓ содействовать гармоничному развитию личности ребёнка
- ✓ сохранять и укреплять здоровье дошкольников
- ✓ содействовать развитию координационных способностей детей
- ✓ гармонично развивать физические качества дошкольников

Материально-техническое обеспечение

- мячи-фитболы по числу детей
- предметы для общеразвивающих упражнений
- скакалки
- ленты
- султанчики и пр.
- музыкальное сопровождение

Средства



Методы

- Строго регламентированного упражнения
- Постепенного усложнения упражнения
- Общепедагогические методы

Оценка эффективности

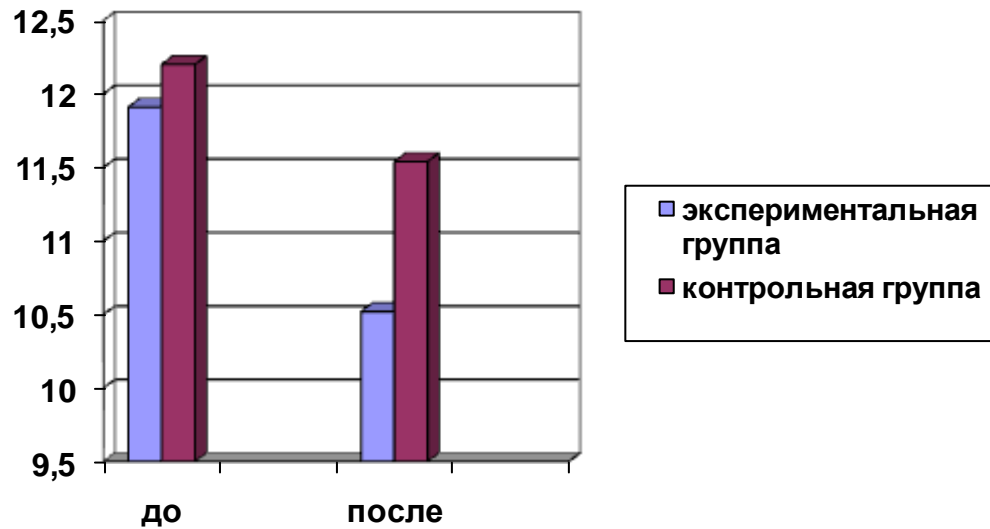


Рис. 1. Средние показатели челночного бега до и после проведения эксперимента

Оценка эффективности

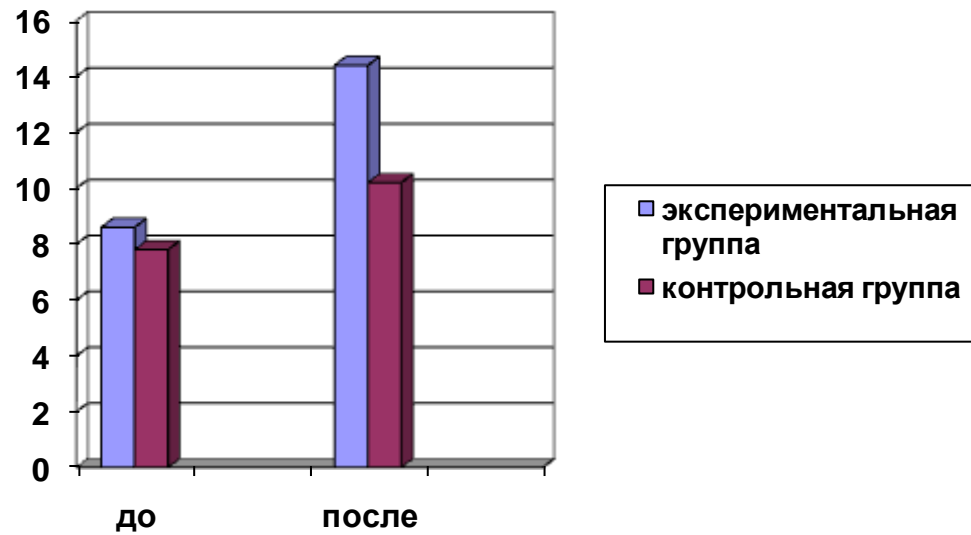


Рис. 2. Средние показатели статического равновесия до и после проведения эксперимента

Оценка эффективности

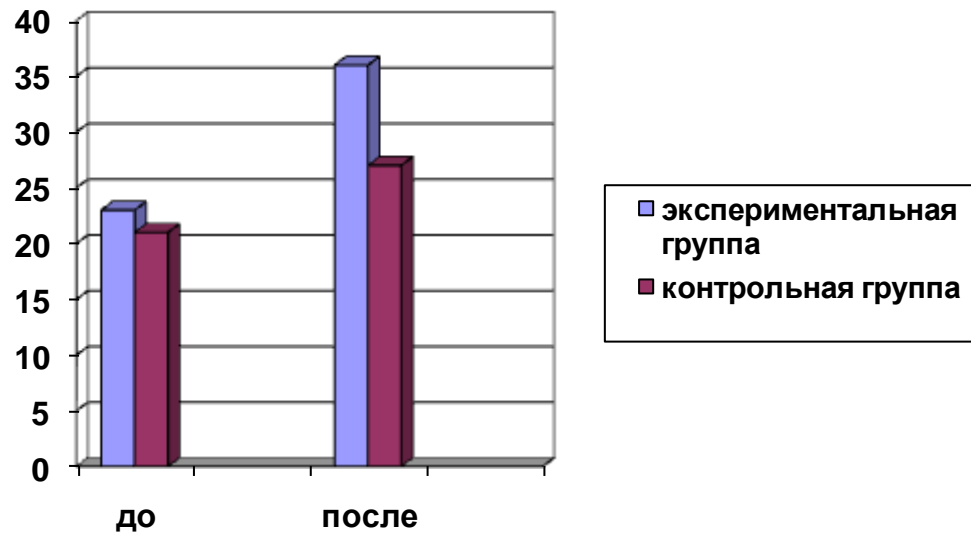


Рис.3. Средние показатели отбивания мяча от пола до и после проведения эксперимента

Оценка эффективности

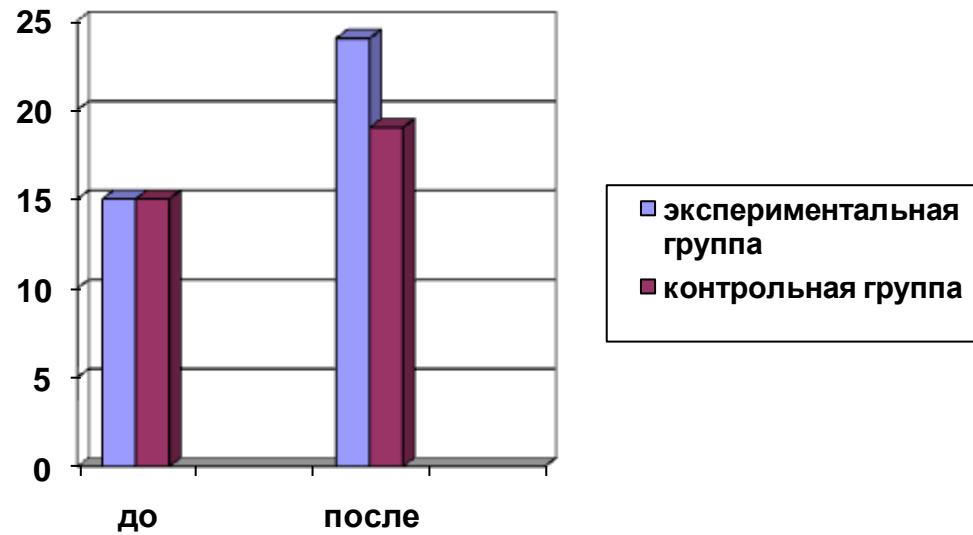


Рис. 4. Средние показатели теста на согласованность движений рук и ног до и после проведения эксперимента







Выводы

- развитие координационных способностей – основа гармоничного развития дошкольников
- благодаря использованию экспериментальной методики выявлена положительная динамика в развитии координационных способностей