

Слайд 1.

Здравствуйте, Уважаемый председатель и члены выпускной квалификационной работы. Вашему вниманию предоставляется выпускная работа на тему Содержание общей физической подготовки детей 7-8 лет, занимающихся хореографией

Слайд 2.

Искусство хореографии – явление, имеющее многовековую историю развития. В основе его происхождения лежит непреодолимое стремление человека к ритмичному движению, потребность выразить свои эмоции средствами пластики, гармонично связывая движение и музыку.

Правильное развитие ребенка происходит только в ситуации, если у детей развивать не только ценности культуры, правильные привычки, но и интерес к физическим упражнениям. Развитие физических качеств имеет большое значение, т.к. спортивные занятия делают ребенка сильным, здоровым и придают ему уверенности в собственных силах.

В процессе формирования физической культуры человека происходит не только приобретение двигательных умений и связанных с ними знаний, но и развитие физических качеств.

В специальной литературе до сих пор не найден единый термин для характеристики двигательных возможностей человека. Ряд крупных учёных предлагают свои варианты названия:

- Л.П. Матвеев употребляет термин «двигательные способности»;
- В.П. Ашмарин – «двигательные качества»;
- Л.А. Вейднер-Дубровин, В.Н. Платонов – «физические качества»;
- Ю.Ф. Курамшин – «физические способности».

Слайд 3.

Основные методы исследования, которые были использованы для проведения исследования:

- анализ литературных источников;
- педагогическое тестирование;
- антропометрия;
- педагогическое наблюдение;
- педагогический эксперимент;
- математическая обработка полученных результатов.

Слайд 4-5.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по программе секционных занятий хореографией, проводится контроль:

- промежуточный – контрольное занятие в конце четверти;
- итоговый – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.

Слайд 6.

На втором этапе исследования (формирующий) проводился педагогический эксперимент, цель которого – проверка эффективности экспериментальной программы по развитию физических качеств у детей младшего школьного возраста посредством ОФП на секции хореографии. Было проведено исследование физических качеств детей младшего школьного возраста при

помощи проведенных выше тестов. На основании выявленного уровня, а также исследования действующей программы физического воспитания детей была разработана программа по повышению уровня развития физических качеств у детей младшего школьного возраста посредством хореографии с использованием средств ОФП. Занятия проводились 2 раза в неделю – во вторник и четверг.

В конце педагогического эксперимента – спустя 3 месяца было проведено повторное тестирование и обобщение полученных результатов, определяющее уровень развития физических качеств младших школьников. Исследования проводились на уроках физической культуры у школьников 1 «а» класса. В период проведения исследований мы отобрали учащихся в количестве 20 человек, в том числе: 10 (50 %) мальчиков в возрасте 7-8 лет и 10 (50%) девочек в возрасте 7-8 лет, регулярно посещающих учебно-тренировочные занятия

Слайд 7.

Уровень развития физических качеств, как уже отмечалось ранее, оценивался с помощью приведенных ранее тестов. По исследуемому направлению не было выявлено каких-либо серьезных отклонений ни в экспериментальной ни в контрольных группах

На основе анализа данных таблицы 8 можно сделать вывод, что уровень развития физических качеств на начальном этапе у младших школьников в экспериментальной и контрольной группах примерно одинаковый и соответствует среднему уровню.

Далее при учете всего вышесказанного нами была использована программа ОФП на занятиях хореографией.

Для того, чтобы определить эффективность экспериментальной программы ОФП в конце эксперимента нами было проведено повторное тестирование развития уровня физических качеств у младших школьников в экспериментальной и контрольной группах.

Слайд 8.

Результаты проведенного тестирования показали, что уровень физических качеств у младших школьников в контрольной группе повысился

Слайд 9.

Полученные результаты начального и контрольного тестирования демонстрируют то, что в контрольной группе, произошло повышение уровня физических качеств почти по всем показателям. В экспериментальной группе динамика положительных изменений показателей уровня физической подготовленности ожидаемо выше.

Прирост скоростных показателей (бег 30 м) у девочек КГ составил 7,69%, у мальчиков КГ – 9,1%; у девочек ЭГ – 16%, у мальчиков ЭГ – 20%. Прирост показателей выносливости (6 минутный бег) у девочек КГ составил 12,5%, у мальчиков КГ – 11,1%; у девочек ЭГ 25%, у мальчиков ЭГ 22,2%. Прирост силовых показателей (прыжок в длину с места) у девочек КГ составил 2%, у мальчиков КГ – 2,1%; у девочек ЭГ – 7,8%, у мальчиков ЭГ – 11,7%. Прирост ловкостных качеств (челночный бег 3 x 10 м) у девочек КГ составил 4,7%, у мальчиков КГ – 8,6%; у девочек ЭГ – 5%, у мальчиков ЭГ -8,3%. Прирост

координационных показателей (статическое равновесие) у девочек КГ составил 10, 7%, у мальчиков КГ – 7,1%; у девочек ЭГ – 26,9%, у мальчиков ЭГ составил 9,8%; Прирост показателей гибкости у девочек КГ – 20%, у мальчиков КГ- 10%; у девочек ЭГ составил 30%, у мальчиков ЭГ – 9,5%.

Проведенное в конце формирующего эксперимента повторное тестирования выявило, что, не смотря, на снижение количества времени, отведенного на хореографическую подготовку, в экспериментальной группе уровень данного показателя находится на примерно равном с контрольной группой уровне, что связано с грамотным подбором содержания блока ОФП.

Таким образом, мы можем говорить об эффективности предложенных изменений и рекомендовать их для внедрения в образовательные учреждения

Слайд 10.

Спасибо за внимание.