



РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. А. И. ГЕРЦЕНА
Институт физической культуры и спорта



**Обоснование необходимости
научного подхода к разработке
содержания занятий на
оздоровительном этапе подготовки
детей 3-5 лет в художественной
гимнастике**

Докладчик: студентка 2 курса магистратуры **Соловьева А. И.**
и Кручинина М.

Научный руководитель: д.п.н., профессор **Сайкина Е.Г**

Цель проекта

Определение эффективности программы спортивной подготовки детей на начальном этапе обучения в художественной гимнастике.

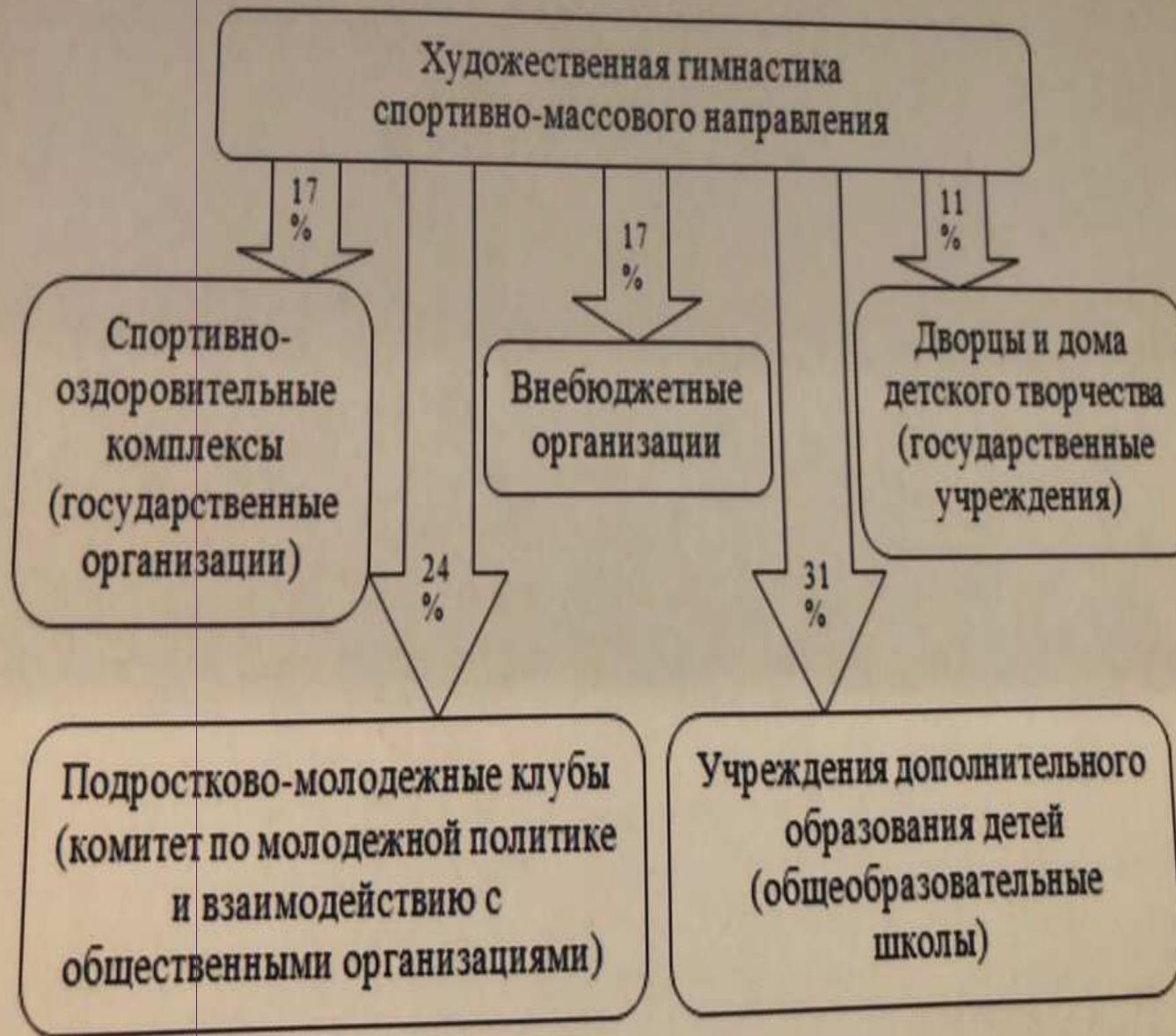


Задачи нашего проекта:

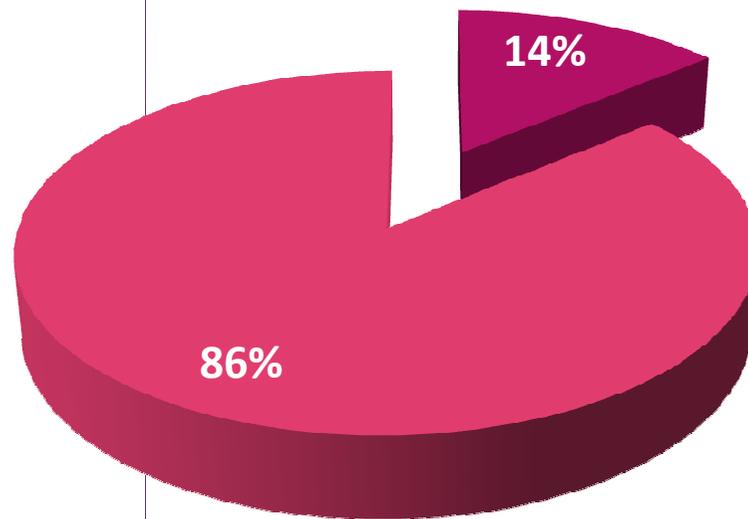
- 1) Укрепление здоровья детей,
- 2) Повышение интереса к занятиям.
- 3) Формирование основных двигательных навыков и специальных качеств.



Схема организации художественной гимнастики спортивно-массового направления Санкт-Петербурга



Художественная гимнастика в Санкт-Петербурге и Ленинградской области



■ 14% - ДЮСШ

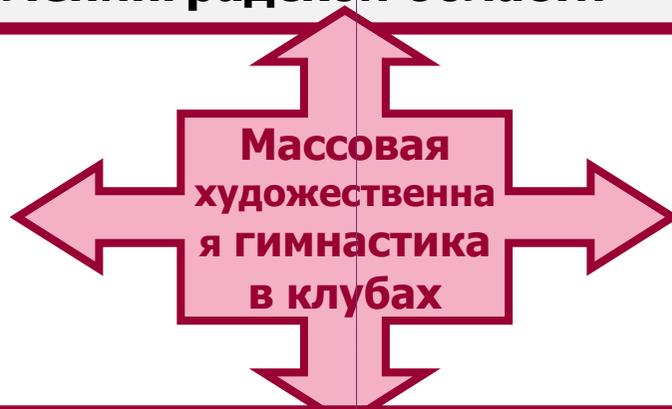
■ 86% - Органи
спортивно-м
направления

Клубные объединения массового направления художественной гимнастики входящие в различные организации

Федерация художественной гимнастики в Санкт-Петербурге,
Федерация художественной гимнастики в Ленинградской области



Объединение «новое поколение художественной гимнастики»



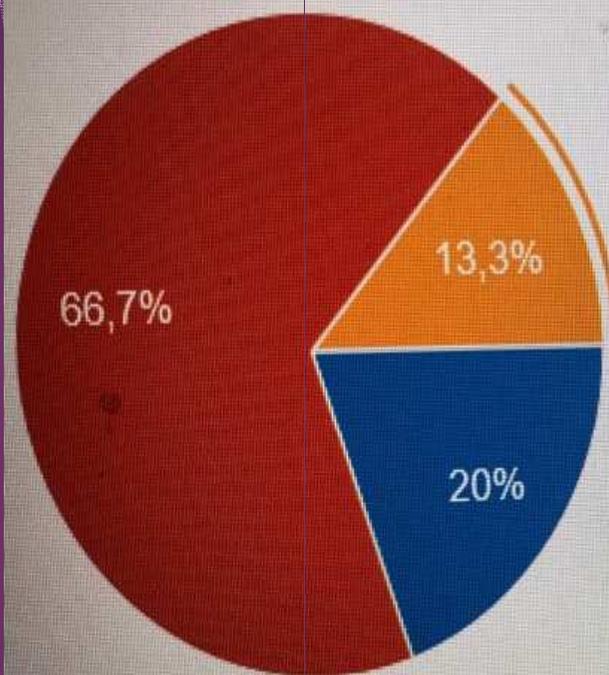
Содружество независимых клубов России по художественной гимнастике



Международная ассоциация спортивных клубов по художественной гимнастике



Образование тренерско- преподавательского состава.

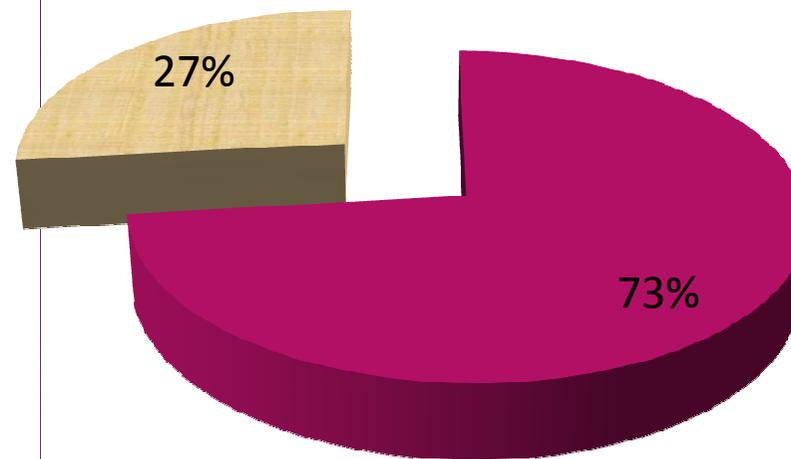


- Высшее
- Не законченное высшее
- Среднее



Распределение приоритетов тренерско-преподавательском составе в работе с отделениями художественной гимнастики

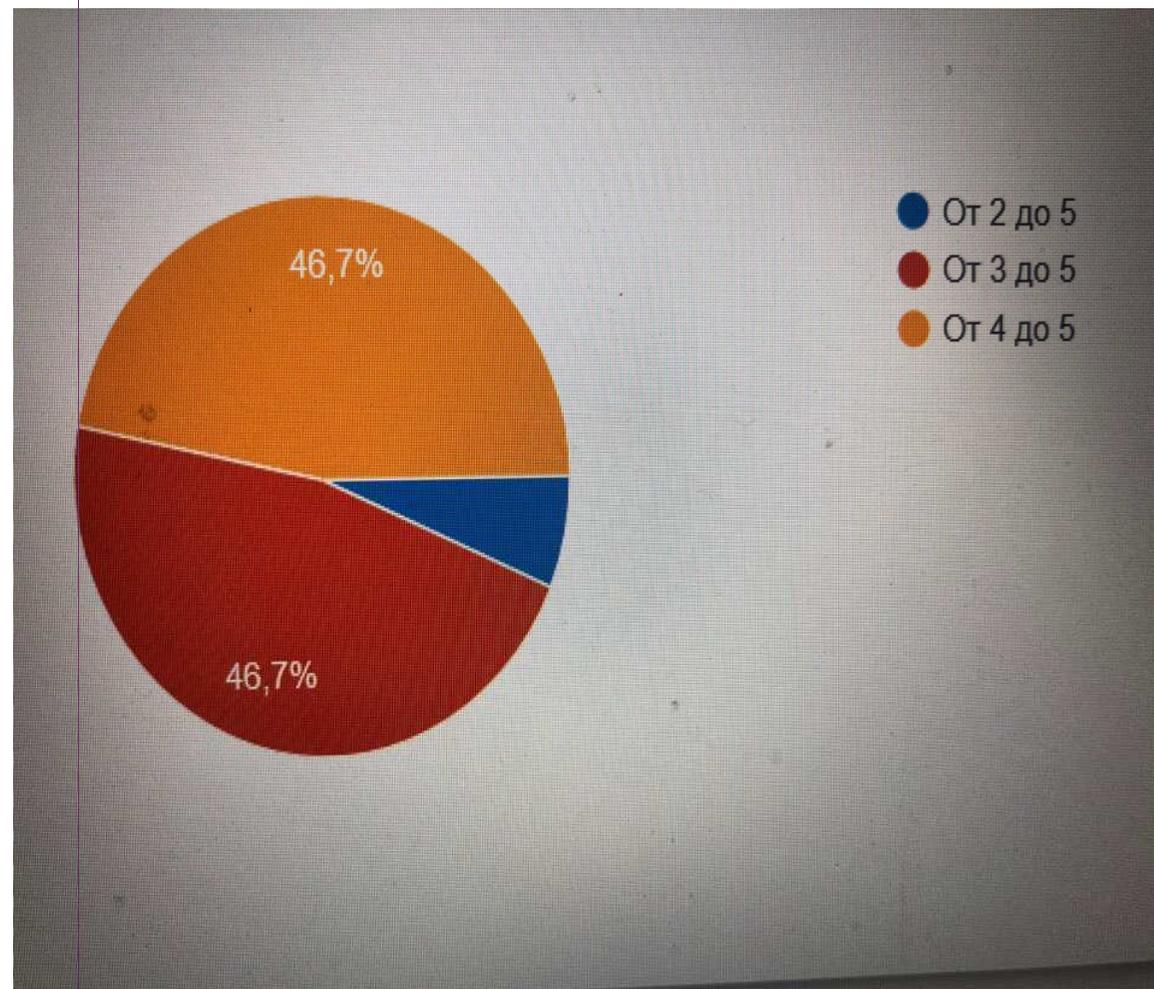
сохранение количества занимающихся



достижение результатов отдельными гимнастками

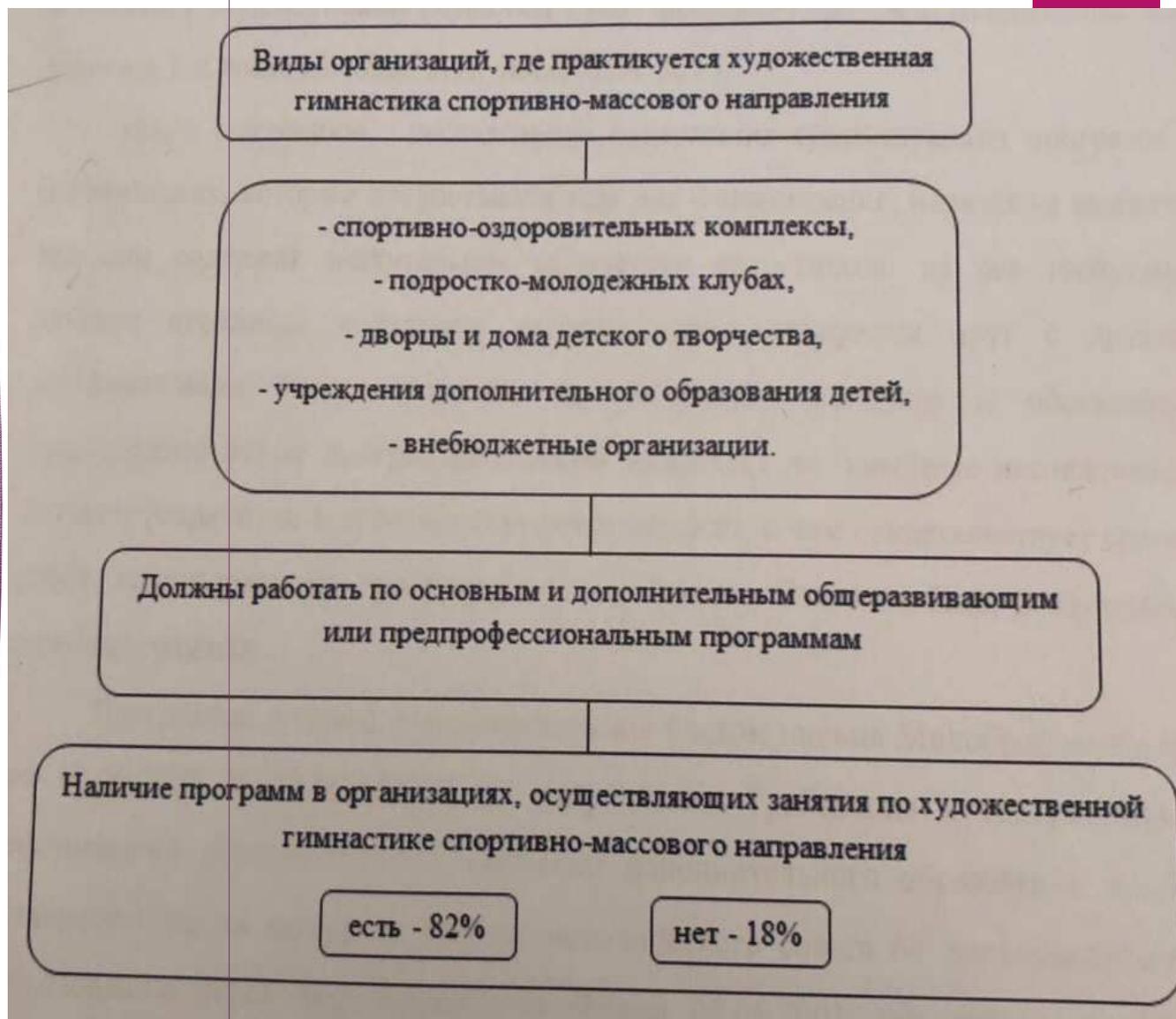


С какого возраста
набирают детей в группы.



Общее представление об организациях художественной гимнастики в системе дополнительного образования

Опрос тренерско-преподавательского состава отделений спортивно-массового направления по художественной гимнастике показал, что 82% организаций имеют образовательные программы. И 18% педагогов сообщили об отсутствии у них программ.



Концепция программ для юных гимнастов, занимающихся сложно координационными видами спорта.
(результаты научных исследований последних лет.)

Концепция Гаибова Фариды Фазиль оглы.	Концепция Кабаевой Алины Мурадовны		Концепция Нигматулиной Юлии Рамильевны.
Цель: Приобщение к занятию гимнастики, проявление интереса к спорту и здоровье сбережения детей.	Цель: привить интерес к занятию, сохранение здоровья детей, обучение специальных упражнений по художественной гимнастике.		Цель: сохранение занимающихся, здоровье сбережение.
1-й год обучения: Развитие специальных качеств и общая физическая подготовка для всех групп мышц.	1-й год обучения: развитие специальных качеств художественной гимнастики, игры, а также музыкально-ритмические упражнения.		1-й год обучения: оздоровительной направленности.
2-й год обучения: Рекомендации и распределение по видам гимнастике.	2-й год обучения достижение наивысших результатов (спорт).		2-й год обучения: отбор. Спорт или оздоровительная группа.

Прирост показателей специальных физических качеств.

Тесты	Двигательная способность	Результаты группы			
		До	После	Разница	Прирост, %
«Шпагат» (правая, левая, поперечная)	Гибкость(см)	57	89	32	56,1%
«Уголок»	Силовое(сек)	25	29	4	16%
«Рыбка»	Гибкость(см)	22	27	5	22,7%
«Складка»	Гибкость(см)	16	23	7	43%
«Лодочка»	Силовое(сек)	17	20	3	17,6%
«Мостик»	Гибкость(см)	13	19	6	46,1%
«Прыжки с скалке»	Скоростно- силовые(разы)	10	15	5	50%
«Цапля» (в равновесии на одной ноге)	Координацио- нно- функциональ- ные способности(с ек)	14	23	9	35%
«Выкруты на гимнастической скалке»	Подвижность суставов(см)	10	14	4	40%



Планирование
занятий по
художественной
гимнастике (час)
Сетка часов при 3-х
разовых занятиях в
неделю.



№	Раздел программы	Год обучения возраст, 3-5 лет.
1	Общая физическая подготовка	В течение года
2	Специальная физическая подготовка	50
3	Работа с предметом	30
4	Музыкально подвижные игры	В течение года
5	Всего часов	102

Благодарю за внимание !

