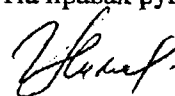


5089

На правах рукописи



Михалина Галина Михайловна

СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ОБЩЕЙ ГИМНАСТИКОЙ
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва - 2005

Работа выполнена на кафедре Теории и методики гимнастики Российского
государственного университета
физической культуры, спорта и туризма

Научный руководитель: кандидат педагогических наук, доцент
Лагутин Андрей Борисович

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор
Чесноков Николай Николаевич



Т000005089
ЦОБ по ФКиС
РГАФК

доктор педагогических наук, профессор
Чешихина Валентина Викторовна

Ведущая организация: Московская Государственная
академия физической культуры

Защита состоится « *17 января* » 2006 г. в *13.00* на заседании
диссертационного совета К.311.003.01. при Российском Государственном
университете физической культуры, спорта и туризма по адресу: 105122,
Москва, Сиреневый бульвар, д. 4 ауд. 603.

С диссертацией можно знакомиться в библиотеке РГУФК

Автореферат разослан « _____ » _____ 2005 г.

Учёный секретарь
диссертационного совета

И.В.Чеботарёва

Общая характеристика работы

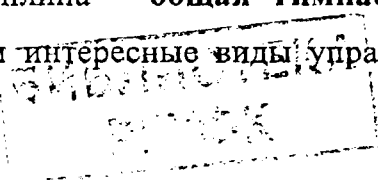
Актуальной проблемой научных исследований в области физического воспитания школьников был и остаётся поиск новых педагогических технологий, позволяющих повысить интерес учащихся к занятиям физическими упражнениями и усилить положительные эффекты, связанные с качественным улучшением их физических кондиций и приобретением жизненно важных двигательных умений и навыков.

Анализ научно-методической литературы (Н.М. Гузов, 1990; В.В. Михайлов, 1993; В.И. Лях, 1996; Б.И. Бирючков, 1998; Н.К. Меньшиков, 1998; П.К. Петров, 2003 и др.) показывает, что одним из основных средств, обеспечивающих разностороннее и гармоническое развитие и воспитание школьников, являются гимнастические упражнения, занятия которыми носят образовательно-развивающую и прикладную направленность, способствуя совершенствованию двигательной функции учащихся.

Вместе с тем, в последнее время наметилась тенденция «свёртывания» двигательного содержания занятий гимнастикой до примитивных форм, обеспечивающих исключительно решение задач физической подготовленности учащихся, отказ от проведения соревнований по гимнастике среди классов и школ.

Возможным направлением выхода из кризиса является внедрение в педагогическую практику новых систем гимнастических упражнений, которым присущи высокая степень вариативности двигательного материала, его доступность для учащихся с обычным уровнем физической подготовленности, динамизм, эмоциональность, состязательность.

К одной из таких систем может быть отнесена новая спортивно-гимнастическая дисциплина - **общая гимнастика**, включающая в себя наиболее зрелищные и интересные виды упражнений: групповые вольные



упражнения, акробатические и гимнастические прыжки, выполняемые с музыкальным сопровождением.

В связи с этим, представляется актуальным исследование возможности адаптации двигательного содержания этой новой гимнастической дисциплины к практике проведения уроков физической культуры в начальных классах общеобразовательной школы как эффективного средства двигательной подготовки детей младшего школьного возраста.

В качестве **рабочей гипотезы** было сформулировано предположение о том, что использование упражнений общей гимнастики в урочных формах занятий физической культурой в начальных классах позволит повысить двигательную активность и интерес учащихся к занятиям гимнастикой, положительно повлияет на развитие двигательно-координационных способностей и памяти на движения; расширит двигательный опыт гимнастическими упражнениями, выходящими за рамки содержания традиционных программ физического воспитания для общеобразовательных школ.

Объектом исследования стал процесс физического воспитания и формирования индивидуального двигательного опыта у детей начального школьного возраста в условиях учебной деятельности в общеобразовательной школе.

Предметом исследования явилось содержание программно-методического обеспечения раздела «Гимнастика с элементами акробатики» в начальных классах общеобразовательной школы.

Цель работы состояла в исследовании возможности адаптации двигательного содержания новой гимнастической дисциплины «Общая гимнастика» к практике проведения уроков физической культуры в начальных классах общеобразовательной школы как эффективного средства двигательной подготовки детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования. В соответствии с целью и гипотезой исследования в работе были поставлены следующие задачи:

1. Разработать и экспериментально обосновать структуру и содержание урочных занятий гимнастикой с учащимися 1-4-х классов общеобразовательной школы с использованием средств общей гимнастики.
2. Определить влияние упражнений общей гимнастики на уровень физической подготовленности младших школьников.

Методы исследования. Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

1. Анализ и обобщение данных специальной литературы.
2. Педагогические наблюдения и опрос специалистов.
3. Анкетирование.
4. Контрольные испытания (тестирование).
5. Метод экспертных оценок.
6. Метод хронометрирования.
7. Педагогический эксперимент.
8. Методы математико-статистической обработки данных.

Организация исследования. Диссертационное исследование проводилось в 4 этапа в период с 2000 по 2004 годы. В нём приняли участие 237 учащихся 1-4-х классов школы №1914 г. Москвы.

Процесс исследования проходил по следующим направлениям:

- проанализированы государственные учебные программы по физическому воспитанию и научно-методическая литература, проведены беседы со специалистами, посещения уроков в начальных классах ряда общеобразовательных школ г. Москвы, проанализированы структура и содержание учебно-тренировочных занятий отделений гимнастики ДЮСШ № 51, 58 и гимнастического клуба «Динамо» г. Москвы;
- проведён естественный эксперимент, целью которого явилась апробация в условиях Восточного административного округа г. Москвы