


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №367» г. Челябинска

«Развитие координационных способностей дошкольников, посредством использования современных фитнес технологий»

Подготовила: инструктор по физической культуре
Полякова А.В.



2021 г.



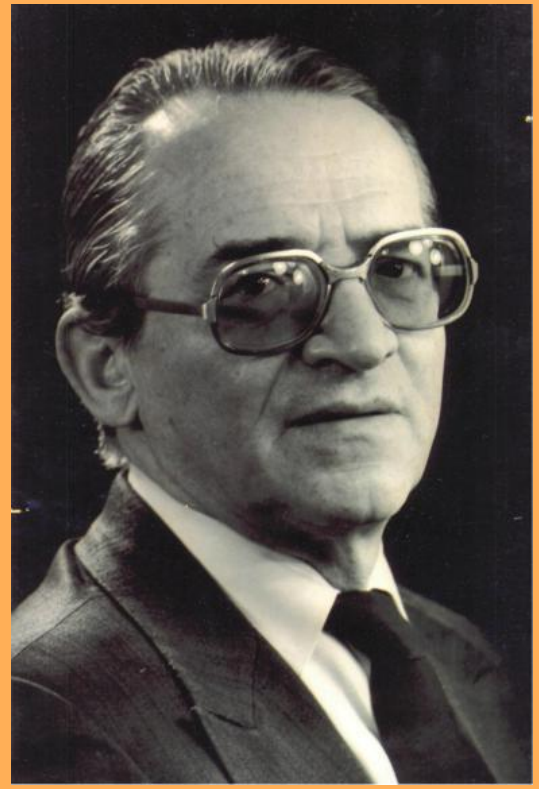
Координационные способности — это умение человека наиболее совершенно, быстро, целесообразно, экономно, точно и находчиво решать двигательные задачи.



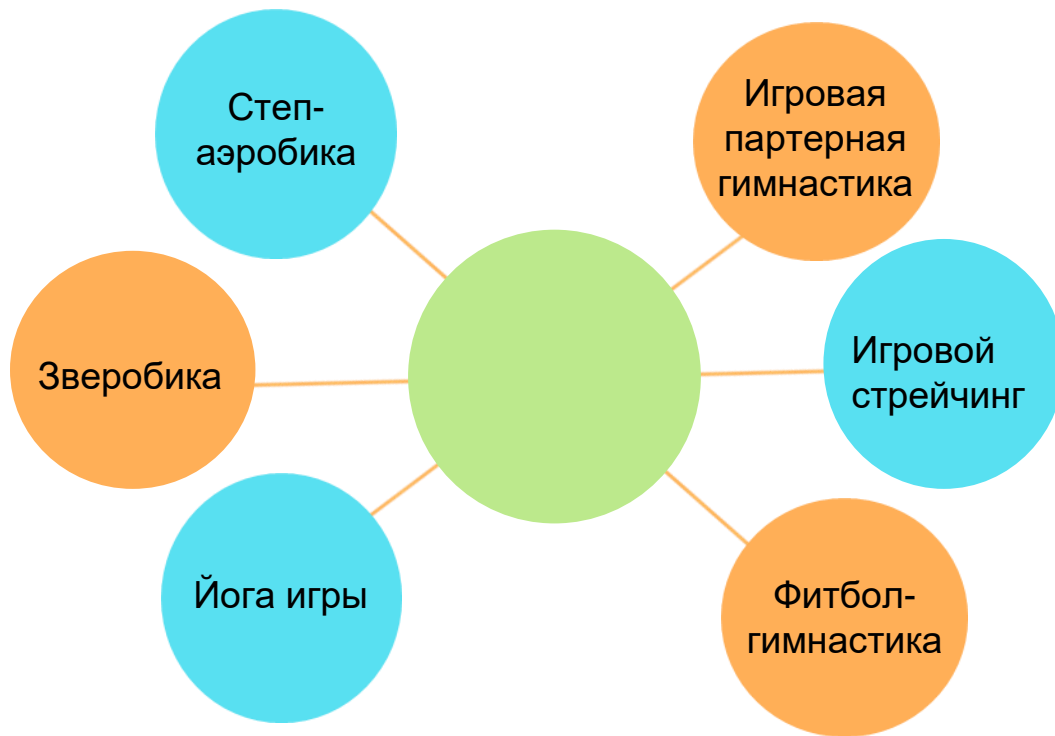
«Грубая сила все больше уступает место тонко усовершенствованным разносторонним способностям, косные



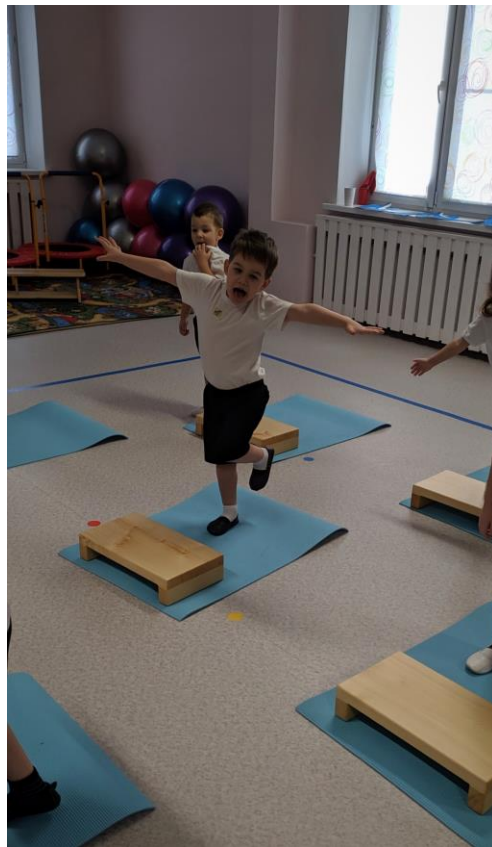
навыки -динамическому богатству двигательных координации. Уже современные профессии на производстве и транспорте требуют, если можно так выразиться, двигательной интеллигентности, высокой устойчивости и лабильности функций анализаторов. В дальнейшем эти требования, надо думать, еще больше возрастут...»

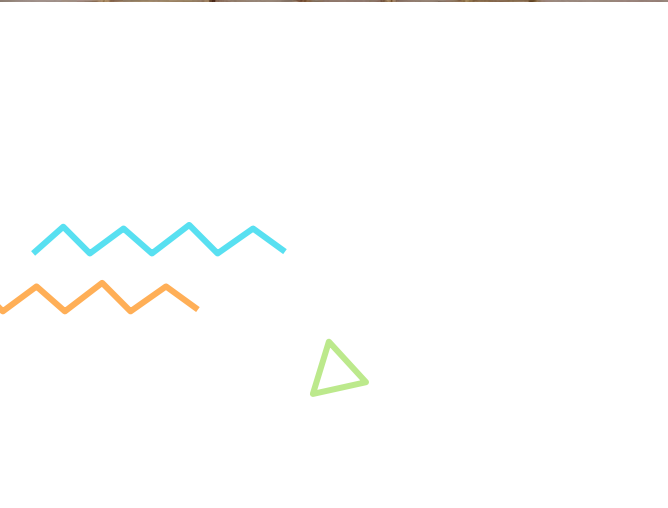


Способы развития координационных способностей дошкольников посредством использования фитнес - технологий



○ Степ-аэробика

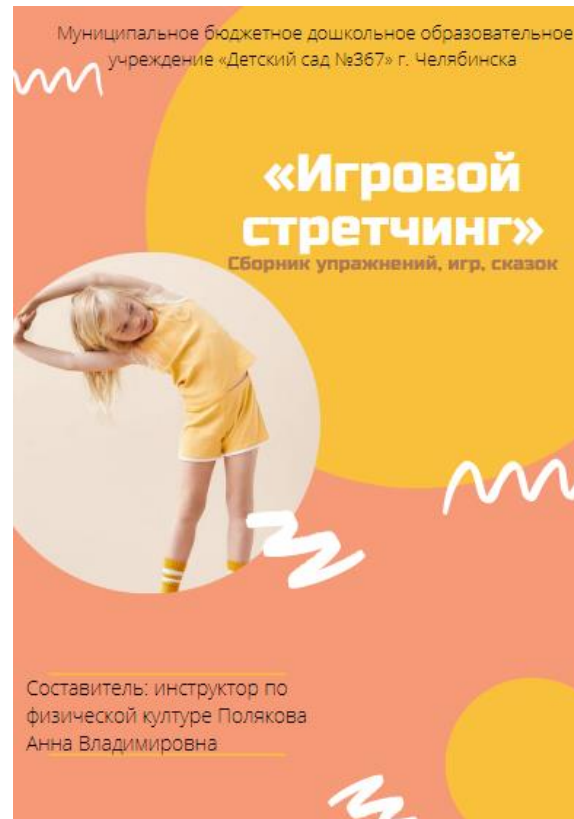




Фитбол-гимнастика



Игровой стрейчинг





Зверобика



Йога игры





*дети, которые не занимаются



Координационные способности

Основным методом диагностики координационных способностей на сегодняшний день являются специально подобранные двигательные (моторные) тесты. (В.И. Лях)

- 1) Подскоки из и.п. стоя на возвышении на полу. (старший возраст)
- 2) Метание предметов на точность попадания в цель ведущей и не ведущей рукой. (средний возраст)
- 3) Прыжки на одной ноге. (младший возраст)

Освоено (47,27%) Не освоено (52,73%)



Освоено (60,76%) Не освоено (39,24%)



Освоено (39,24%) Не освоено (60,76%)



Старший возраст

Освоено (47,27%) Не освоено (52,73%)



Средний возраст

Освоено (60,76%) Не освоено (39,24%)



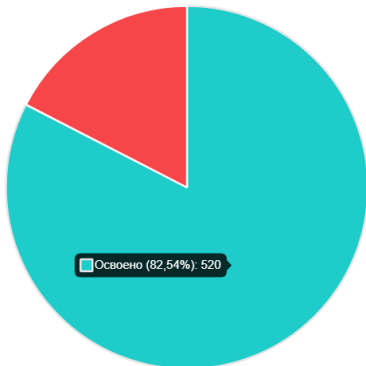
Младший возраст

Освоено (39,24%) Не освоено (60,76%)

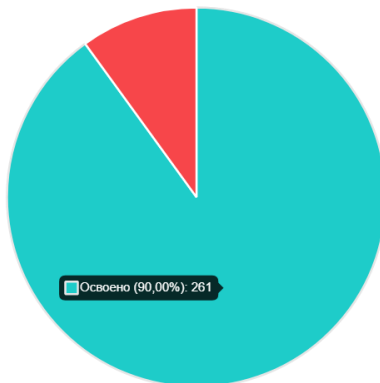


Н
а
ч
а
л
о

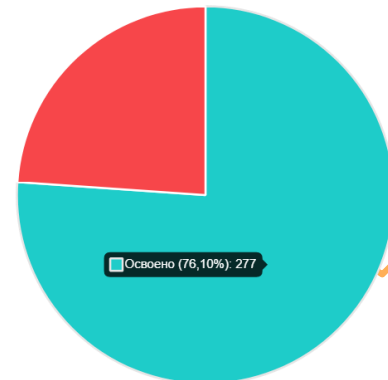
Освоено (82,54%) Не освоено (17,46%)



Освоено (90,00%) Не освоено (10,00%)



Освоено (76,10%) Не освоено (23,90%)



К
о
н
е
ц

Вывод



Учитывая то, что дошкольный возраст является сенситивным для развития координационных способностей, способы развития координационных способностей могут быть разнообразными и в целом любая новая двигательная задача соответствует этим целям, поэтому очень важно предлагать детям новые формы двигательной деятельности, которые будут требовать от ребенка:

- согласованности движений
- контроля положения тела в пространстве
- точности движений

В связи со сказанным цель развития КС состоит в оптимизации двигательной (координационной) подготовленности детей дошкольного возраста, ведущей к разностороннему психомоторному их развитию, более легкой адаптации к разным жизненным ситуациям и будущей учебной деятельности