

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Зыковский детский сад»

Моя педагогическая находка:

**Круговая тренировка как форма организации
физкультурного занятия в дошкольном
учреждении**



ГУМБЕРГ НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

GUMBERGSH12@MAIL.RU



«Как сформировать у детей потребность в двигательной активности, как интересно и увлекательно организовать образовательную деятельность?».

Круговая тренировка

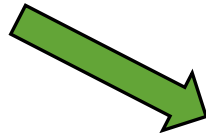
Классическая круговая тренировка была разработана английскими специалистами Р. Морганом и Г. Адамсом в 1952-1958 годах.

Суть метода в серийном выполнении знакомых, технически **несложных** упражнений, подобранных и объединённых в комплексы по определённой схеме. Подбор упражнений предполагает соблюдение **разнообразия и последовательности в нагрузке на разные группы мышц и системы организма.**



Актуальность метода:

Обеспечивает
индивидуальный
подход к каждому
воспитаннику



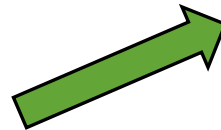
Развивает интерес детей за
счет оборудования и
возможности игровой формы



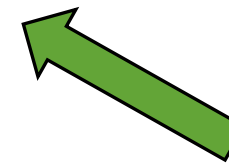
Приучает детей к
самостоятельному
мышлению при
развитии
двигательных
качеств



Воспитывает
собранность и
организованность при
выполнении
упражнений



Вырабатывает
алгоритм заранее
запланированных
двигательных
действий



Позволяет предельно эффективно
использовать время



Задачи круговой тренировки:



- ❑ сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей,
- ❑ совершенствование физических качеств,
- ❑ закрепление двигательных умений и навыков.

Принцип организации круговой тренировки



Структура занятия:

Вводная часть – традиционная форма
(разминка, ОРУ)

Основная часть – круговая тренировка (ОВД)

Заключительная часть – традиционная
(подвижная и малоподвижная игра)

Как организовать круговую тренировку у дошкольников

1 этап

- Выбор содержания круговой тренировки

2 этап

- Подготовка к круговой тренировке

3 этап

- Создание интереса

4 этап

- Объяснение смысла и способов поведения

5 этап

- Руководство деятельностью детей



Алгоритм последовательности действий при разучивании выбранного комплекса круговой тренировки с детьми

Создание игровой мотивации

Правильное размещение занимающихся

Выбор детей для показа упражнений



Контроль выполнения

Непосредственно круговая тренировка

Размещение детей по станциям

Приемы проведения круговой тренировки

- Равномерный
- Пирамида
- Максимальный



Способы усложнения и дифференциации нагрузки

- Увеличение количества станций
- Усложнение основных движений
 - Изменить темп упражнений
 - Изменить интервалы отдыха
 - Дополнительные станции



Достоинства круговой тренировки

- ❑ совершенствование основных движений и развитие физических качеств и способностей;
- ❑ повышение общей физической подготовки детей, развитие выносливости к различным физическим нагрузкам;
- ❑ регулирование моторной плотности занятия, развитие умственных способностей, умения совмещать умственную и двигательную деятельность;
- ❑ воспитание коллективизма, взаимопомощи, целеустремленности, ответственности.



Результат

Круговая тренировка на физкультурном занятии в ДОУ:

- ❑ развивает физические качества воспитанников (наблюдение за детьми);
- ❑ улучшились показатели по сдаче нормативов;
- ❑ у детей интерес к физкультуре, желание заниматься физическими упражнениями;
- ❑ дети не боятся проявлять инициативу, предлагают свои упражнения, стали более самостоятельны в выполнении упражнений;
- ❑ научились взаимодействовать в группе при прохождении станций;
- ❑ помогают друг другу





Спасибо за внимание!

