

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование)

44.04.01 Педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Менеджмент в образовании

(направленность (профиль))

## **ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ)**

на тему **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**

Студент

А.В. Битнер

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Научный

к.п.н., доцент Е.А. Сидякина

руководитель

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

Тольятти 2021

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы проблемы методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.....	10
1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.....	10
1.2 Характеристика методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.....	18
Глава 2 Экспериментальная работа по реализации методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.....	27
2.1 Выявление уровня достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.....	27
2.2 Содержание и структура методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.....	52
2.3 Динамика уровня эффективности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.....	74
Заключение.....	94
Список используемой литературы.....	96
Приложение А Список детей, участвующих в эксперименте.....	100
Приложение Б Протоколы проведения диагностических методик на констатирующем этапе.....	101
Приложение В Консультация для педагогов «Двигательная	

деятельность и ее значение».....	104
Приложение Г Беседа «Взаимодействие педагогов с родителями по вопросам двигательной деятельности детей».....	115
Приложение Д Мастер класс для педагогов «Использованию элементов зумбы в работе с детьми».....	118
Приложение Е Протоколы проведения диагностических методик на контрольном этапе.....	124
Приложение Ж Разработанные карты контроля.....	128
Приложение И Заполненные карты контроля.....	131
Приложение К Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Ритм танца» для детей 6-8 лет.....	134

## Введение

Вопросы разработки методического обеспечения развития двигательной деятельности обусловлены современными требованиями образовательных учреждений.

Актуальность и целесообразность повышения двигательной активности детей связана с тем, что за последнее десятилетие в России отмечается стойкая тенденция к ухудшению показателей здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста. Значительно снизилось число абсолютно здоровых детей, отмечается рост функциональных отклонений, нарушений физического развития и снижения функциональных возможностей организма. Организм ребенка интенсивно растет и развивается, закладываются ценности здорового образа жизни. Для современных детей, независимо от возраста, характерно ограничение двигательной активности, ухудшение состояния здоровья, физических качеств (силы, скорости, выносливости, ловкости, гибкости), а также пространственной ориентации и вестибулярной устойчивости. Двигательная активность является мощным биологическим стимулятором жизненных функций растущего организма. Потребность в движении составляет одну из основных физиологических особенностей детского организма и необходима для его нормального формирования и развития.

Исследования многих педагогов раскрывают проблемы развития двигательной деятельности ребенка (Э.Я. Степаненкова, М.А. Рунова, Г.Г. Грохольский).

Научный поиск эффективных средств развития двигательной деятельности детей в системе дополнительного образования представляет актуальную проблему, требующую теоретического и практического решения.

**Актуальность работы на социально-педагогическом уровне обусловлена потребностью современного общества в воспитании здорового ребенка.**

**Актуальность работы на научно-теоретическом уровне** обусловлена недостаточным изучением методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования, составляющих основу физического развития детей.

**Актуальность работы на научно-практическом уровне** вытекает из потребностей практики в эффективном использовании методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования, как средства физического развития детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Анализ научных исследований и педагогической практики позволил нам выявить следующее **противоречие**: между необходимостью развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования и недостаточной разработанностью методического обеспечения в данном процессе.

Исходя из выделенного противоречия, была сформулирована **проблема** исследования: каково содержание и структура методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования?

**Цель исследования**: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность содержания и структуры методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Объект исследования**: процесс развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Предмет исследования**: методическое обеспечение развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Гипотеза исследования**: базировалась на предположении о том, что методическое обеспечение развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования будет эффективно если:

- определены компоненты методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет (целевой, содержательный, организационный);
- разработано и апробировано содержание компонентов методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования;
- разработаны этапы реализации компонентов методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования (конструктивно-проектировочный, организационно-деятельностный, контрольно-оценочный этапы).

На основании цели, объекта, предмета и гипотезы исследования сформулированы **задачи исследования**:

1. На основе анализа психолого-педагогических исследований раскрыть и охарактеризовать методическое обеспечение развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

2. Выявить уровень достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

3. Разработать и апробировать содержание и структуру методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

4. Определить эффективность методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили:

- подходы к развитию двигательной деятельности детей (М.А. Рунова, В.А. Шишкина);

- теории, раскрывающие сущность и специфику методической деятельности в современных условиях (К.Ю. Беляя, Ю.В. Васильев, Ю.А. Конаржевский, Г.С. Лазарев, Т.И. Шамова, Л.И. Фалюшина, М.М. Поташник, В.А. Сластенин, П.И. Третьяков);
- концепции физического развития, выражающие необходимость и возможность методического руководства процессом развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

Для достижения поставленных задач и подтверждения выдвинутой гипотезы применялись следующие **методы исследования**:

- теоретические (анализ философской, психолого-педагогической и методической литературы, программно-методической документации; систематизация, обобщение, анализ собранных данных);
- эмпирические (педагогический эксперимент, включающий констатирующий, формирующий и контрольный этапы);
- методы обработки результатов (количественный и качественный анализ полученных данных).

**Экспериментальная база исследования:** АНО ТСК «Ритм» города Тольятти Самарской области. В исследовании принимали участие 20 детей 6-8 лет.

**Организация и основные этапы исследования.** Исследование осуществлялось в три этапа.

На первом поисково-аналитическом этапе (сентябрь 2019 г.) осуществлялось изучение и анализ психолого-педагогической, научно-методической литературы по исследуемой проблеме; определение понятийного аппарата: цели, объекта, предмета, задач, гипотезы, актуальности; планирование экспериментальной работы.

На втором экспериментальном этапе (2019-2020 г.) проводился психолого-педагогического эксперимента. На данном этапе происходила разработка и апробирование содержания методического обеспечения

развития детей 6-8 лет в системе дополнительного образования. Проведение формирующего эксперимента.

На третьем заключительно-обобщающем этапе (2020-2021 гг.) проведение контрольного эксперимента с целью проверки влияния разработанного методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования. Обобщение результатов, подведение итогов, завершение литературного оформления диссертации.

**Научная новизна исследования** заключается в теоретическом обосновании и экспериментальной проверке содержания и структуры методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в раскрытии сущности содержания и структуры методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Практическая значимость исследования** заключается в возможности использования педагогами разработанного содержания и структуры методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Достоверность и обоснованность результатов исследования** обеспечивались четким обозначением концептуальных научных положений психологии и педагогики; адекватностью и комплексностью методов исследования соответствующих предмету, целям, задачам исследования; личным участием автора в исследовании и получении научных результатов; длительностью исследования.

**Личное участие автора** в исследовании заключено в выявлении теоретического и практического состояния проблемы, а также в разработке и апробации содержания и структуры методического обеспечения развития



двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

**Апробация и внедрение результатов работы** велись в течение всего исследования. Его результаты докладывались на следующих конференциях: научно-практическая конференция «Студенческие дни науки» в ТГУ (2020 г., 2021 г.), отчетные конференции по практике. По теме диссертации имеется 4 публикации.

**На защиту выносятся положения:**

1. Методическое обеспечение развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования – совокупность всех учебно-методических документов (планов, программ, методик), представляющих собой системное описание образовательного процесса, который впоследствии будет реализован на практике.

2. Структура методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования включает целевой, содержательный, организационный компоненты.

3. Показатели и уровни развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования характеризуются структурными компонентами: целью, мотивом, результатом двигательной деятельности, видом движения, условиями для двигательной деятельности.

**Структура магистерской диссертации.** Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (38 наименований), 9 приложений. Для иллюстрации текста используется 35 таблиц, 2 рисунка. Основной текст работы изложен на 99 страницах.

# **Глава 1 Теоретические основы проблемы методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования**

## **1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования**

В настоящее время перед педагогами стоит ряд наиважнейших задач, одной из которых является сохранение и укрепление здоровья детей. Не удивительно, ведь здоровье детей – будущее страны. Именно с дошкольного возраста необходимо начинать закладывать фундамент здоровья детей.

Хуа То говорил: «Если ручка двери часто движется – она не ржавеет. Так и человек, если он много двигается – он не болеет» [7].

Удовлетворение потребности детей в движении и активности – главная задача физического воспитания дошкольников. Сюда же относится достижение оптимального уровня здоровья, а также привитие любви и интереса к физической культуре.

«По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМ за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и сейчас составляет лишь 10% детей, поступающих в школу» [10].

Многочисленные исследования (А. Валлон, Л.С. Выготский, М.М. Кольцова) свидетельствуют «о первостепенной роли движения в становлении психофизических функций ребенка и наличии тесной связи между показателями физических и психических качеств у ребенка» (В.А. Баландин, А.С. Дворкин, Г.А. Каданцева) [1].

Доказано «положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность (В.А. Запорожец, А.П. Ерастова, Н.Т. Терехова)» [28].

М.Н. Кузнецова, И.Д. Маханева, С.Н. Дышаль указывают на то, что «растущий организм особенно нуждается в мышечной деятельности, поэтому недостаточная двигательная активность приводит к развитию целого ряда заболеваний» [18].

Т.И. Осокина и Е.А. Тимофеева отмечают, что «от систематической работы мышцы увеличиваются в объеме, становятся крепче и в то же время не утрачивают характерную для детского возраста эластичность. Усиленная деятельность мышечной массы тела, вес которой в дошкольном возрасте составляет 22-24% общего веса, вызывает и усиленное функционирование всех органов и систем организма» [15].

«В работах С.С. Бычковой, Т.И. Богиной, И.И. Мастюковой, С.Н. Попова, Е.А. Сагайдачной указывается, что дозированные физические нагрузки обладают общетонизирующим воздействием на растущий организм, что приводит к стимуляции деятельности жизненно важных систем и улучшению показателей физической подготовленности» [32].

Целью физического воспитания является «приобщения детей к здоровому образу жизни. Для решения задач физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста используются гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения» [31]. Лишь комплексная работа данных средств, даст положительный результат.

Двигательная деятельность – это «вид деятельности человека, при котором активация обменных процессов в скелетных мышцах обеспечивает их сокращение и перемещение человеческого тела или его частей в пространстве. Проще говоря, двигательная активность – суммарная величина разнообразных движений за определенный промежуток времени. Она выражается либо в единицах затраченной энергии, либо в количестве произведенных движений» [27].

«Двигательная деятельность – форма активности ребенка, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательных функций» [19].

Двигательное действие – это «целенаправленный двигательный акт (поведенческий двигательный акт, сознательно осуществляемый в целях решения какой-либо двигательной задачи), состоящий из движений (бессознательные, и нецелесообразные механические перемещения тела или его частей) и поз» [25].

«Отдельное двигательное действие (например, приседание) – основной элемент физического упражнения. Это процесс многократного выполнения двигательных действий, который может быть организован либо в виде многократного повторения какого-либо одного двигательного действия – прыжка, наклона, либо в форме разнообразной двигательной деятельности, включающей множество различных действий – подвижная игра, комплекс гимнастических движений» [23].

«Разновидности двигательной деятельности:

1. Гимнастика:

а) основные движения:

- ходьба,
- бег,
- метание,
- прыжки,
- лазанье,
- равновесие;

б) строевые упражнения:

- построение,
- перестроение;

в) общеразвивающие упражнения (ОРУ);

г) танцевальные упражнения;

2. Спортивные упражнения:

- летние,
- зимние;

3. Игры:

- подвижные,
- спортивные;

#### 4. Простейший туризм» [20].

Структура двигательной деятельности (исходя из деятельностного подхода):

- мотивация в двигательной деятельности обеспечивается путем сравнения характеристик предполагаемых стандартов (уровней) и результатов собственного тестирования;
- целью двигательной деятельности является формирование интерес к двигательной активности и гармонического физического развития;
- двигательными средствами выступают физические упражнения (гимнастика, подвижные игры, спортивные упражнения, туризм);
- двигательные действия – группа движений, объединенных в систему для решения какой-либо двигательной задачи;
- результатом двигательной деятельности выступает развитие физических качеств.

«По мнению А.Г. Щедриной, под двигательной активностью следует понимать неотъемлемый и сложный комплекс поведения человека, зависящий от биологических и внешних факторов» [30].

«Н.А. Фомин, Ю.Н. Вавилов предлагают определять двигательную активность как естественную основу накопления резервов здоровья человека» [19].

«А.А. Маркосян рассматривает двигательную активность как решающий фактор, определяющий морфологическое и функциональное развитие двигательного анализатора» [20].

Э.А. Степаненкова определяет двигательную активность как «основу индивидуального развития и жизнеобеспечения организма ребенка» [17].

На сегодняшний день дети находятся в движении меньше, чем необходимо для их полноценного физического развития. Условия жизни

способствуют уменьшению двигательной активности, и как следствие, у них возникает «двигательное голодание» – гиподинамия.

Гиподинамия – «состояние пониженной двигательной активности человека, сопровождающееся малыми мышечными усилиями. Зачастую под гиподинамией понимают также и условия, приводящие к понижению мышечных усилий» [34]. Более полно раскроем понятие «гиподинамия».

К основным «симптомам гиподинамии относятся:

- проблемы со сном;
- общая слабость;
- учащенное сердцебиение;
- слишком быстрая утомляемость при небольших нагрузках;
- нервозность;
- нестабильное эмоциональное состояние» [5].

Последствия гиподинамии вынуждают в срочном порядке решать данную проблему современности. К ним относятся:

- ослабление мышц сердца;
- нарушение обмена веществ;
- дистрофия мышечной ткани;
- истончение костей;
- сколиоз;
- избыточная масса тела.

Бороться с гиподинамией можно. Необходимо систематически заниматься физическими упражнениями. Лишь регулярные тренировки помогают организму развивать и укреплять свойства организма, которые защищают от вредного воздействия.

Движения оказывают воздействие не только на физическое развитие и здоровье, но и приносят радость, следовательно, оказывают самое положительное влияние на развитие детей.

Рядом авторов было доказано, что «для достижения полной компенсации дефицита движения в современной жизни, необходимо

проводить занятия не менее 6 часов в неделю. Однако в дошкольной и школьной программах не заложено такое количество часов, что говорит об отсутствии условий для нормального физического развития детей. Поэтому недостающие часы занятий физической культурой и спортом рекомендуется пополнять за счет занятий в секциях по различным видам спорта во внеурочное время, в том числе в системе дополнительного образования» [6].

«Дополнительное образование детей направлено на формирование и развитие творческих способностей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности» [13].

Дополнительное обучение в настоящее время является неким своеобразным феноменом, новым явлением педагогической деятельности. Дополнительное образование направлено на развитие и сохранение индивидуальности личности.

«Отправной точкой стал Указ Президента от 7 мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки к 2020 году», в котором была поставлена задача увеличения охвата детей в возрасте от 5 до 18 лет дополнительными общеобразовательными программами до 70-75% к 2020 году.

В 2014 году принята Концепция развития дополнительного образования детей, в которой зафиксирован ценностный статус дополнительного образования детей, его миссия, цели, задачи и принципы развития. В 2016 году дополнительное образование включено в сферу реализации приоритетных проектов Правительства Российской Федерации. Были утверждены паспорт и сводный план приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей». В 2018 году принят

комплекс мер, направленных на развитие дополнительного образования, предусмотрен в Национальном проекте в сфере образования (федеральный проект «Успех для каждого»))» [13].

«В соответствии с Законом об образовании, правом на реализацию дополнительных образовательных программ в качестве основного вида деятельности обладают организации дополнительного образования и организации дополнительного профессионального образования. Кроме этого, право реализовывать дополнительные образовательные программы закреплено за дошкольными образовательными организациями, общеобразовательными организациями, профессиональными образовательными организациями, образовательными организациями высшего образования» [14].

«Организации дополнительного образования – важнейший элемент системы дополнительного образования» [6].

Целью учреждений дополнительного образования является «организация в границах единого учебного пространства условий активного развития детей в согласии с их интересами, запросами и желаниями для того, чтобы каждый ребенок стремился узнавать новое в окружающем мире, пробовал себя в изобретательской, творческой и спортивной деятельности» [13].

Грамотно выстроенная система дополнительного образования помогает укреплять детское психофизическое состояние ребенка, пропагандирует стремление к познанию мира, развивает творческую сторону личности девочек и мальчиков. Также является неким средством мотивации к образовательной деятельности.

Дополнительное образование отличается свободой в определении того «чему и как учить» детей. Здесь нет определенных стандартов. «В настоящее время выделяют шесть направлений дополнительного образования:

- художественное;
- техническое;



- естественно-научное;
- художественное;
- социально-педагогическое;
- туристско-краеведческой;
- физкультурно-спортивное» [29].

На сегодняшний день в педагогической литературе выделяют следующие функции учреждений дополнительного образования.

1. Социальная функция дополнительного образования. Она направлена на удовлетворение:

- запрос социума (требования социума);
- запрос родителей (данной группой движут различные мотивы);
- запрос детей (потребность в общении, развитии, досуге);
- запрос правоохранительный (предупредительная мера асоциального поведения детей);
- запрос экономики (возможность заработка для взрослого населения);

2. Образовательную функцию можно подразделить на следующие подпункты:

- обучение, где удовлетворяется познавательный интерес ребенка;
- социализация (как общение и самоопределение в обществе сверстников);
- пропедевтика профессионального образования (различные детские телестудии, школы моделей);
- профессиональное самоопределение;
- образование по дополнительным предметам в общеобразовательных учреждениях (к примеру, хореография).

3. Психологическая функция. Психологическая функция подразделяется на:

- консультационную (для детей, родителей и педагогов),
- компенсаторную (компенсация неудач в школе),

- релаксационную (как возможность отдохнуть от жестких правил дома, в школе),
- развивающую (развитие детей, приобретение навыков и умений).

О.С. Дронова выделила «задачи физического воспитания в системе дополнительного образования:

- повышение уровня двигательной подготовленности и укрепления здоровья детей и подростков;
- повышение мотивации детей и подростков к занятиям оздоровительными формами физической культуры;
- снижение уровня заболеваемости учащихся во время всего периода обучения;
- обучение основам технического и тактического мастерства по избранным видам спорта;
- подготовка и выполнение контрольных нормативов по физической подготовке» [34];
- «приобретение учащимися знаний в области гигиены, причин травматизма и оказания первой медицинской помощи, оценки физического состояния организма;
- приобретение навыков инструктора и судьи по спорту;
- повышение спортивного мастерства» [16].

## **1.2 Характеристика методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования**

Деятельность педагога дополнительного образования, методиста, руководителя образовательного учреждения немислима без методического обеспечения. Методическое обеспечение необходимо для хорошей организации педагогического процесса.

Рассмотрим такое понятие, как «методическое обеспечение». Понятие данного термина в педагогике имеют два смысла. В первом смысле методическое обеспечение предстает процессом, во втором – результатом.

Как процесс, методическое обеспечение – это «планирование, разработка и создание оптимальной системы учебно-методической документации и средств обучения, необходимых для эффективной организации образовательного процесса в рамках времени и содержания, определяемых образовательной программой» [9].

Как результат, методическое обеспечение – это комплекс разработанных документов, которые могут быть реализованы на практике. Сюда относятся планы, учебные пособия, программы. В этом смысле методическое обеспечение будет являться средством управления образовательным процессом.

Термин «управление», с точки зрения Т.В. Волосовец, С.Н. Сазоновой, является «целенаправленной деятельностью всех субъектов, обеспечивающей становление, стабилизацию, оптимальное функционирование и обязательное развитие образовательного учреждения» [11].

В свою очередь, Л.С. Маркова определяет управление как «особую деятельность, в которой ее субъект, посредством решения управленческих задач, обеспечивает организованность совместной деятельности детей, педагогов, родителей, обслуживающего персонала и ее направленность на достижение образовательных целей» [21].

М.Н. Певзнер считает, что «методическая работа – это последовательная система способов теоретического познания и практического применения в какой-либо деятельности» [35].

Методическая деятельность – «это основанная на науке, прогрессивном педагогическом и управленческом опыте целостная система взаимосвязанных мер, нацеленная на обеспечение профессионального роста

педагога, развитие его творческого потенциала, готовности к решению актуальных задач образования» [21].

Методически обеспечить какой-либо вид деятельности – это означает: вовремя прийти на помощь realizatorу этой деятельности, методически грамотно устранить затруднения, предоставить обоснованные ответы на возникающие вопросы, связанные с организацией и осуществлением педагогической, методической, воспитательной, образовательной деятельности.

О.Л. Зверева, С.В. Глебова и Т.Н. Дронова, опираясь на собственное исследование, утверждают, что «методическое обеспечение является очень важным элементом современной педагогики» [11]. Отсюда и вытекает актуальность и необходимость разработки методического обеспечения.

Одним из важнейших составляющих методической работы является планирование.

М.Н. Певзнер полагал, «планирование – основной компонент управления. Он включает в себя проектирование образовательного процесса и процесса руководства им, определение цели и задач» [21].

«Опираясь на выделенную И.Н. Герчиковой этапность разработки и реализации методического обеспечения, мы определяем процессуальную характеристику методического обеспечения следующим образом:

- 1 этап – выявление проблемы;
- 2 этап – определение формы;
- 3 этап – разработка обеспечения;
- 4 этап – внедрение;
- 5 этап – итоговый скрининг» [22].

В исследованиях М.А. Гончарова, Г.П. Даниловой, С.Е. Мансуровой определяется «назначение методического обеспечения (анализ, поиск передовых, наиболее эффективных методик, их апробирование, внедрении новых)» [9].

В общем виде «задачи методической работы можно сформулировать следующим образом:

- содействие повышению уровня педагогических знаний;
- содействие повышению уровня педагогического мастерства;
- содействие изучению и использованию в своей профессиональной деятельности современных педагогических технологий, методик, приемов и способов успешного обучения и воспитания;
- содействие изучению и использованию на практике современных способов диагностирования детской успешности;
- содействие поддержке педагогов, разрабатывающих и стремящихся к реализации авторских программ, пособий;
- содействие привитию вкуса, интереса и умения заниматься творческой деятельностью;
- содействие созданию условий и привитию интереса к самообразованию» [36].

«И.В. Никишина выделяет последовательные этапы процесса методической работы (теоретический, методический, практический, аналитический). Рассмотрим взаимосвязь этапов и форм методической работы.

Этап I – теоретический – осознание идеи, осмысление передовых систем. Формы методической работы:

- лекция;
- научно-теоретическая конференция;
- теоретический и проблемный семинар;
- консультация;
- аукцион педагогических знаний;
- обзор литературы.

Этап II – методический – показ лучших образцов передового опыта, построение замысла индивидуальной методической системы. Формы методической работы:

- методическая консультация;
- оперативка;
- коллоквиум;
- обзор передового педагогического опыта;
- психолого-педагогический семинар;
- психологический тренинг;
- организационно-деятельностные игры;
- аукцион методических знаний;
- научно-методические конференция и семинар;
- педагогический и методический «ринги».

Этап III – практический самостоятельная разработка и апробация воспитателями новых технологий обучения и воспитания. Формы методической работы:

- практикум;
- «экскурсия в творческую лабораторию педагога»;
- взаимное посещения;
- «час защиты позиции»;
- творческий отчет,
- научно-практический семинар;
- конференция;
- «круглый стол».

Этап IV – аналитический – выявление результативности работы, а также анализ наиболее типичных затруднений и способов. Формы методической работы:

- организационно-деятельностные игры;
- «эстафета» педагогического опыта;
- конкурс педагогического мастерства;
- аукцион методических идей;
- педсовет (по итогам контрольных срезов, результатам диагностики)» [11].

Необходимость методического обеспечения системы дополнительного образования сегодня очевидна, поскольку методическая оснащенность является и условием эффективности, и одним из средств достижения качества деятельности и ее результатов.

«Методическая деятельность учреждения дополнительного образования – это целостная система мер, основанная на достижениях науки и практики, направленная на всестороннее развитие творческого потенциала педагога, а в конечном итоге – на повышение качества и эффективности учебно-воспитательного процесса, на рост уровня образованности, воспитанности и развитости обучающихся» [14].

Методическое обеспечение развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования – это «необходимая информация, учебно-методические комплексы, разнообразные методические средства по физическому воспитанию, оснащающие и способствующие более эффективной реализации программно-методической и воспитательной двигательной деятельности» [37].

Учебно-методическое сопровождение – это «одно из основных направлений, через которое проводится работа с педагогических коллективом. Оно должно соответствовать требованиям предметно-развивающей среды и программам нового поколения (пособия, игрушки, технические средства обучения и воспитания детей), помогать педагогу в организации учебно-воспитательного процесса на современном уровне» [11].

Методическое обеспечение включает в себя несколько комплексов документации:

- учебно-программная документация (учебные программы, учебный план, календарно-тематические планы);
- учебно-методическая документация (конспекты лекций, список литературы, справочники, методические рекомендации, авторские разработки, материалы для контроля знаний, раздаточный материал);

- программно-планирующая документация (годовой план работы учреждения, план воспитательной работы);
- информационно-аналитическая документация (аналитическая информация, отчеты, доклады).

«Учебно-программная документация – совокупность программных документов, определяющих цели и содержание образования и обучения. К учебно-программной документации относятся, прежде всего, учебные программы, календарно-тематические планы.

Учебно-методическая документация – это описание всего того, что используется преподавателем в процессе обучения для решения педагогических задач. Это образец или шаблон, по которому должны строить свои УМК преподаватели учебных заведений.

Программно-планирующая документация включает программу развития системы образования, годовой план работы учреждения образования, план воспитательной работы и защиты законных интересов детей, план образовательной работы.

Информационно-аналитические материалы – «материалы, содержащие сведения, сравнительную информацию, аналитическую информацию о функционировании, перспективах развития системы образования» [11].

«Развитие двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования включает в себя следующие направления:

- формирование спортивных и двигательных навыков;
- развитие физических качеств;
- формирование специальных знаний» [26].

А.Н. Амелин выделяет «задачи общей физической подготовки:

- развитие основных двигательных качеств;
- совершенствование жизненно важных двигательных навыков и умений;
- укрепление основных систем организма ребенка, несущих главную нагрузку при выполнении заданий» [24].



«Средствами развития специальных спортивных и двигательных навыков являются:

- подготовительные упражнения, с целью развития быстроты и силы сокращения мышц, участвующих в выполнении технических приемов игры, прыгучести, быстроты, специальной ловкости, специальной выносливости, умения переключаться с одних движений на другие» [33];
- «подвижные и спортивные игры;
- специальные эстафеты» [8].

Таким образом, можем сделать вывод, что методическое обеспечение развития двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования должно включать в себя все компоненты необходимые для развития всех видов двигательной деятельности.

### **Выводы по первой главе**

Подводя итог, методическое обеспечение осуществляет сбор информации, анализ, создание инновационных методик, их апробирование и внедрение в образовательный процесс.

Эффективность методического обеспечения для работы педагогов по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования будет намного выше, если будет представлена планомерная работа методиста и творческой группы для создания обеспечения. В методическое обеспечение будут входить план методической работы по данному направлению, план работы педагога с детьми по развитию двигательной деятельности, различные методические рекомендации по планированию работы, по организации двигательной предметно-пространственной среды.

Двигательная деятельность есть совокупность целенаправленных двигательных актов. Двигательная деятельность является неотъемлемым и

незаменимым условием для физического и психического развития детей. Недостаток движения негативно сказывается на здоровье человека, а особенно ребенка. На сегодняшний день показатели здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста демонстрируют неутешительную статистику. Поэтому особо актуально решение данной проблемы.

Эффективнее решить проблему развития двигательной деятельности детей 6-8 лет поможет методическое обеспечение. Методическое обеспечение – это совокупность средств, обеспечивающих более эффективную реализацию педагогической деятельности. Современная педагогическая система немыслима без методической работы, в частности, система дополнительного образования.

Система дополнительного образования является частью системы образования. В систему дополнительного образования входят различные кружки, секции, клубы, центры. Методическое обеспечение системы дополнительного образования отличается своей свободой.

Таким образом, методическое обеспечение развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования поможет более полно и эффективно решить данную проблему.

## **Глава 2 Экспериментальная работа по реализации методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования**

### **2.1 Выявление уровня достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования**

Цель констатирующего эксперимента – выявление уровня достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

План констатирующего эксперимента:

1. Подобрать диагностический инструментарий для выявления уровня достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

2. Провести методики для выявления уровня достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

3. Проанализировать полученные данные и сделать вывод о состоянии проблемы.

Исследование проходила на базе АНО ТСК «Ритм» городского округа Тольятти. В исследовании принимали участие 20 детей 6-8 лет, список детей представлен в приложении А.

На основе исследований А.Н. Амелина, И.А. Аршавского, А.А. Ошкиной для диагностики достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования, были выделены показатели и диагностические методики к ним, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Диагностическая карта исследования

Показатель	Диагностическая методика
1 этап – изучение уровня развития двигательной деятельности детей 6-8 лет	
Цель двигательной деятельности	Диагностическая методика 1 «Выполни по сигналу» (А.А. Ошкина)
Мотив двигательной деятельности	Диагностическая методика 2 «Изучение вида мотивов в сфере двигательной деятельности» (А.А. Ошкина)
Условия для двигательной деятельности	Диагностическая методика 3 «Анализ развивающей предметно-пространственной среды» (А.А. Ошкина)
Вид движений	Диагностическая методика 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений» (И.А. Аршавский)
Результат двигательной деятельности	Диагностическая методика 5 «Бег на 30 метров» (И.А. Аршавский)
	Диагностический комплекс 6 (И.А. Аршавский)
	Диагностическая методика 7 «Бег на 150 метров» (И.А. Аршавский)
	Диагностическая методика 8 «Разведение ног в стороны» (И.А. Аршавский)
	Диагностическая методика 9 «Полоса препятствий» (И.А. Аршавский)
	Диагностическая методика 10 «Кистевая динамометрия» (И.А. Аршавский)
2 этап – изучение достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности у детей 6-8 лет	
Методическая документация по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования	Диагностическая методика 11 «Беседа с директором» (А.Н. Амелин)
Программно-планирующая документация по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования	Диагностическая методика 12 «Анализ календарно-тематических планов» (А.Н. Амелин)

Мы начали с изучения уровня развития двигательной деятельности детей 6-8 лет. Для системного анализа состояния двигательной деятельности, мы выделили пять показателей, к которым подобрали соответствующие методики.

Диагностическая методика 1 «Выполни по сигналу» (А.А. Ошкина).

Цель: выявление уровня сформированности умения определять цель двигательной деятельности.

Процедура проведения: диагностическая методика проводится в зале. Педагог ставит перед детьми следующую задачу: «Двигаемся по кругу, руки всегда стоят на поясе. По первому свистку необходимо идти на полупальцах, после хлопка нужно поменять направление движения и двигаться с помощью подскоков, по двойному свистку – смена направления движения и боковой галоп правым боком». Проводится с каждым ребенком индивидуально, повторяя задачу дважды.

Критерии оценки:

- низкий уровень (1 балл) – ребенок не принимает задачу и не называет все поставленные условия;
- средний уровень (2 балла) – ребенок принимает и выполняет задачу лишь частично, но все поставленные условия называет верно;
- высокий уровень (3 балла) – ребенок полностью принимает и выполняет поставленную задачу.

Количественные результаты по диагностической методике 1 «Выполни по сигналу» представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Количественные результаты по диагностической методике 1 «Выполни по сигналу»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	10	50%
Средний	8	40%
Высокий	2	10%

Низкий уровень сформированности умения принимать задачи показали 50% (10 детей). Эти дети не приняли поставленные задачи. Маша К. по сигналу не выполняла задание. По хлопку девочка начала выполнять боковой галоп, когда должна была выполнить подскоки. Также Маша не меняла направление. Коля П. верно выполнил шаги на полупальцах и подскоки, однако на сигнал «двойной свисток» он остановился и не знал, что делать.

Позже он ответил, что ему нужно было сделать боковой галоп, но мальчик не назвал необходимость смены направления.

Средний уровень показали 8 детей, что составило 40%. Большинство детей (Леша С., Настя К. Аня З. и другие) приняли правильно задачи, однако не выполнили одно условие (руки на поясе при выполнении всех движений). Злата С. не выполнила боковой галоп, но после детально назвала, что должна была «повернуться и делать галоп правым боком, а руки держать на поясе». Таня Б. выполнила галоп левым боком.

Высокий уровень показали лишь два ребенка. Светлана К. и Алиса Б. выполнили все задания по сигналу, не перепутали порядок, меняли направление движения, а также держали руки на поясе.

Диагностическая методика 2 «Изучение вида мотивов в сфере двигательной деятельности» (А.А. Ошкина).

Цель: выявить наличие мотива в двигательной деятельности у детей.

Процедура проведения: детям предлагается ответить на несколько вопросов. Опрос проводится с каждым ребенком индивидуально.

Опрос:

– «Ты много двигаешься, занимаешься физкультурой, ходишь на физкультурную образовательную деятельность, для того что бы стать сильным, выносливым, крепким, развить себя физически и воспитать характер?» (мотив личных достижений) [24];

– «Или тебе просто нравятся играть с другими детьми – бегать, прыгать, кататься?» (игровой мотив) [24];

– «Или ты много двигаешься, занимаешься физкультурой, ходишь на физкультурные занятия, потому что хочешь быть вместе с друзьями, хочешь показать себе и другим, на что ты способен, хочешь быть лучше других?» (соревновательный мотив) [24].

Критерии оценки:

- низкий уровень (1 балл) – ребенок выбирает игровой мотив – он не заинтересован в двигательной деятельности как таковой, его интересует нахождение в кругу сверстников и игра;
- средний уровень (2 балла) – ребенок выбирает либо соревновательный мотив, либо мотив личных достижений и игровой мотив. Его мотивы находятся и в сфере двигательной деятельности, однако ребенок еще не осознает ценности двигательной деятельности и игровой мотив у него преобладает;
- высокий уровень (3 балла) – ребенок отдает предпочтение соревновательному мотиву и мотиву личных достижений, но при этом, игровой мотив, так же не обходит стороной.

Количественные результаты по диагностической методике 2 «Изучение вида мотивов в сфере двигательной деятельности» (А.А. Ошкина) представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Количественные результаты по диагностической методике 2 «Изучение вида мотивов в сфере двигательной деятельности»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	5	25%
Средний	12	60%
Высокий	3	15%

Низкий уровень показали 5 детей (Милена М., Аким С., Лева Б., Маша К., Полина Я.). Эти дети выбрали игровой мотив. Они сказали, что им нравится просто играть с детьми.

Средний уровень показали 60% детей. Дети разделились на две группы. Коля П., Слава Л., Аня З., Злата С. и Таня Б. сказали, что им нравится заниматься физической культуры, потому что они могут показать другим, что они умеют лучше. Например, Аня З. сказала, что ей нравится соревноваться по парам, ей нравится побеждать. Вторая группа детей (Арина М., Алиса Б., Женя Д. и др.) сказали, что они хотят стать лучше, чем

сейчас. Алиса сказала, что она больше всего хочет научиться делать шпагат, Арина М. сказала, что хочет стать сильнее и быстрее. Но в то же время всех детей данного уровня объединяет то, что им больше всего нравится играть со сверстниками.

Высокий уровень продемонстрировали всего три ребенка. Света К., Надя М. и Настя К. выбрали в приоритет соревновательный мотив и мотив личных достижений. Эти дети ставят игру после своих достижений и соревновательных моментов. Им больше хочется выиграть, показать себя, научиться чему-нибудь новому.

Диагностическая методика 3 «Анализ развивающей предметно-пространственной среды» (А.А. Ошкина).

Цель: проанализировать состояние условий для двигательной деятельности.

Процедура проведения: наполняемость развивающей предметно-пространственной среды была проанализирована в двух залах ТСК «Ритм». Была составлена таблица анализа перечня оборудования для развития двигательной деятельности у детей 6-8 лет. В данной таблице мы отмечали наличие или отсутствие оборудования в зале, а также количество.

Таблица с анализом развивающей предметно-пространственной среды представлена в приложении Б.

Из таблицы мы видим, что многие виды оборудования отсутствуют в залах. Совсем отсутствуют такие оборудования как:

- ворота с сеткой;
- мешочки для мечей;
- тоннель;
- цветные платки;
- прыгающий мяч;
- тактильные коврики;
- флажки;
- баскетбольные стойки;



- гимнастический набор;
- кольцоброс;
- канат;
- сетка для мячей;
- гимнастическая скамья 2 метра.

Отсутствие данных позиций директор объяснила тем, что их не используют при работе с детьми 6-8 лет. Стоит отметить, что ТСК «Ритм» специализируется на предоставлении дополнительного образования, такого как танцевальная деятельность (бально-спортивный танец, хореография, современные танцы). Таким образом, для работы с детьми им не требуются, например, кольца для мячей, канаты, ворота. Из беседы с директором мы узнали, что некоторые из позиций, отсутствующих по перечню, создаются педагогами из других оборудования. Например, вместо гимнастического набора используют гимнастические палки, обручи и блоки, тем самым происходит экономия бюджета организации.

Далее из таблицы мы видим, что много оборудования присутствует в одном зале и отсутствует в другом. Это объясняется тем, что два зала находятся по соседству. Один из них предназначен для танцевальной деятельности. В нем минимум оборудования, в основном из дополнительного списка (музыкальный центр, зеркало, ленты гимнастические). Второй зал предназначен для спортивных занятий. Здесь и располагается большинство оборудования (хореографический станок, всевозможные гантели и утяжелители, гимнастические палки, коврики). Со слов директора мы поняли, что по необходимости, малогабаритное оборудование переносят в соседний (танцевальный) зал.

Хотелось бы отметить наличие аптечки в обоих залах, а также достаточно обширный список дополнительного оборудования, которое используют педагоги ТСК «Ритм» (блоки для йоги, резинки для растяжки, балансирующая подушка).

Таким образом, наполняемость развивающей предметно-пространственной среды находится на низком уровне.

Диагностическая методика 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить уровень сформированности танцевальных движений.

Процедура проведения: педагог предлагает детям выполнить несколько комбинаций из танцевальных движений. Педагог наблюдает за выполнением танцевальных движений.

Качественная характеристика выполнения основных танцевальных элементов представлена в таблице 4.

Таблица 4 – Качественная характеристика выполнения основных танцевальных элементов

Вид танцевального движения	Низкий (1 балл)	Средний (2 балла)	Высокий (3 балла)
Пружинка	Движение не выполняется по первой позиции, спина не сохраняет ровное положение, колени разводятся в сторону и не выпрямляются до конца	Движение выполняется по первой позиции ног, ноги слегка сгибаются, а затем не выпрямляются до конца и/или колени разводятся в стороны	Движение выполняется по первой позиции ног, колени слегка сгибаются и выпрямляются до конца, при этом, не разводя колени в разные стороны, спина сохраняет ровное положение
Прыжок	Прыжок выполняется без выпрямленных колен, натянутых стоп, приземление происходит всегда в разные точки	Прыжок выполняется на одной точке, однако ребенок не выпрямляет ноги или не натягивает стопу	Прыжок исполняется с прямыми ногами, натягивается стопа, приземление происходит в ту же точку, начиная с носка и заканчивая плоской стопой
Танцевальный шаг	Нога становится на пол с пятки	Нога становится на пол с расслабленного носка и/или без переноса веса на всю стопу (пятка остается навесу)	Нога становится на пол с вытянутого носка с переносом веса на всю стопу

Продолжение таблицы 4

Вид танцевального движения	Низкий (1 балл)	Средний (2 балла)	Высокий (3 балла)
Шаг на полупальцах	Шаги исполняются на согнутых ногах	Шаги исполняются на низких полупальцах и/или иногда сгибаются колени	Шаги исполняются на высоких полупальцах с выпрямленными коленями
Выставление ноги вперед на носок	Нога выставляется вперед с согнутым коленом, с расслабленной стопой, с неровным положением спины	Нога выставляется вперед и/или со смягченным коленом, и/или с неровным положением спины	Нога выставляется вперед с прямым коленом и сильно натянутой стопой, спина стоит ровно
Выставление ноги вперед на пятку	Нога выставляется вперед с согнутым коленом, с расслабленной стопой, с неровным положением спины	Нога выставляется вперед и/или со смягченным коленом, и/или с неровным положением спины	Нога выставляется вперед с прямым коленом и сильно натянутой на себя стопой (носок смотрит в потолок), спина стоит ровно
Подскок	Подъем свободной ноги почти не осуществляется, опорная нога не выпрямляется, стопы не натянуты	Подъем свободной ноги осуществляется на уровне 90°, стопа расслаблена. Опорная нога выпрямляется и тянет стопу во время прыжка не всегда	Подъем свободной ноги осуществляется на уровне 90°, стопа натянута, опорная нога во время прыжка прямая и с натянутой стопой
Боковой галоп	Корпус разворачивается в сторону движения	Корпус двигается стороной, после скользящего шага происходит большой прыжок без подбива ноги	Корпус двигается стороной, после скользящего шага в сторону происходит подставка с подбивом ноги и небольшим подскоком

Каждый ребенок получает баллы за выполнение вышеописанных движений (низкий уровень – 1 балл, средний – 2 балла, высокий – 3 балла). Мы подсчитали общее количество баллов каждого ребенка и соотнесли их с уровнем сформированности танцевальных движений.

Критерии оценки:

– 8-12 баллов – низкий уровень сформированности танцевальных движений (1 балл);

– 13-19 баллов – средний уровень сформированности танцевальных движений (2 балла);

– 20-24 балла – высокий уровень сформированности танцевальных движений (3 балла).

Количественные результаты по диагностической методике 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений» представлены в таблице 5 и приложении Б.

Таблица 5 – Количественные результаты по диагностической методике 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	10	50%
Средний	8	40%
Высокий	2	10%

Низкий уровень сформированности танцевальных движений продемонстрировали 10 человек, что составляет 50% от диагностируемых детей. Низкий уровень присущ Жене Д., Милене М., Коле П. и другим детям. Большинство детей продемонстрировали низкий уровень таких движений как прыжки, подскоки, боковой галоп. Например, Слава Л. выполнил пружинку, танцевальный шаг, шаг на полупальцах, выставление ноги на носок на средний уровень, однако прыжки, подскоки, галоп, выставление ноги на пятку на низкий уровень.

Средний уровень присущ 40% (8 детей). Здесь также можно выделить отстающие виды движений. Большую сложность представляют подскоки, прыжки и галоп. Пружинка, вынос ноги на носок, танцевальный шаг – являются для детей более доступными видами движений. Данный уровень показали Арина М., Аня З., Злата С. и другие дети. Стоит отметить, что на среднем уровне находится Таня Б. (15 баллов), а также Леша С (19 баллов). Девочка находится ближе к границе с низким уровнем, в то время как

мальчик на границе с высоким уровнем сформированности танцевальных движений.

Высокий уровень показали две девочки (Алиса Б. и Света К.), что составило лишь 10%. Светлана К. показала почти во всех видах танцевальных движений высокий уровень развития (кроме подскока и бокового галопа). Таким образом, можно выделить три основных танцевальных движения, которые вызывают у детей трудности: прыжок, подскок, боковой галоп. На них стоит уделить особенное внимание.

Диагностическая методика 5 «Бег на 30 метров» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить у детей уровень развития скорости.

Процедура проведения: необходима дорожка не менее 40 метров. Обозначаются линии старта, финиша, а также ориентир для детей. На «старт» встают не менее 2 детей, по сигналу «марш» они бегут к линии, обозначенной для детей, которая находится дальше линии финиша. Каждый ребенок пробегает дважды, фиксируется лучший результат.

Критерии оценки результатов:

- низкий уровень (1 балл) – ребенок пробежал дистанцию за 8.1 секунду или более;
- средний уровень (2 балла) – ребенок пробежал дистанцию в промежутке времени от 7,1 до 8.0 секунд;
- высокий уровень (3 балла) – ребенок пробежал дистанцию за 7 секунд или менее.

Количественные результаты по диагностической методике 5 «Бег на 30 метров» представлены в таблице 6

Таблица 6 – Количественные результаты по диагностической методике 5 «Бег на 30 метров»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	7	35%
Средний	10	50%
Высокий	3	15%

Низкий уровень развития скорости показали 7 детей, что составляет 35%. Эти дети обе попытки пробежали дистанцию более чем за 8.1 секунду. Например, Лера В. показала следующие результаты: 8.23 и 8.34 секунд. Фиксировался результат 8.23 секунд.

Маша К. пробежала за 8.31 секунд и 8.11 секунд.

Средний уровень продемонстрировали 50% (10 детей). Эти дети пробежали в промежутке от 7.1 до 8.0 секунд. Так, у Насти К. зафиксировали результат 7.34 секунд (лучший из двух попыток), у Полины Я. – 7.82 секунд.

Высокий уровень показали лишь 15 % (3 ребенка). Сюда относятся Света К. (6.9 секунд), Аким С. (6.87 секунд) и Слава Л. (6.94 секунд).

Диагностическая методика б «Диагностический комплекс (И.А. Аршавский)».

Цель: выявить у детей уровень развития координации.

Процедура исследования: диагностический комплекс состоит из трех заданий. Ребенок выполняет их поочередно. Задания выполняются с показом педагога.

Упражнение 1 (сагиттальная плоскость). Ребенок начинает маховые движения правой рукой и по команде подключает одновременные движения левой рукой в противоположном направлении (аналогично движениям рук при ходьбе).

Упражнение 2 (вертикальная плоскость). Ребенок начинает движения вверх-вниз правой рукой, сгибая ее в локтевом суставе, по команде присоединяет левую руку. Движения поочередные и одновременные: левая рука вверх, правая вниз и наоборот.

Упражнение 3 (горизонтальная плоскость). Ребенок начинает движение, правой рукой вперед-назад, сгибая в локтевом суставе, по команде присоединяет одновременные движения левой рукой.

Каждое задание оценивается отдельно, далее считается среднеарифметический балл.

Критерии оценки результатов:

- 1 балл – ребенок выполняет симметричные движения руками;
- 2 балла – ребенок не одновременно, но правильно выполняет движение или иногда нарушает выполнение движения;
- 3 балла – ребенок одновременно, ассиметрично выполняет движение.

Упражнение 1 (сагиттальная плоскость).

В первом задании низкий уровень показал лишь один ребенок, 5% (Маша К.). Девочка выполняла движения симметрично. Данное задание было направленно на диагностику согласованности рук в сагиттальной плоскости.

Средний уровень показали 60% (12 детей). Дети выполняли движения верно, однако периодически могли нарушить правильность выполнения движения. Например, Леша С. начал правильно выполнять движения, но через 7-8 секунд его руки стали делать неверные (симметричные) движения, но он остановился и начал заново правильно. Другой пример: Полина Я. не путала смены рук, однако девочка делала их поочередно (не одновременно, а одна рука следовала за другой).

Высокий уровень продемонстрировали половина испытуемых. Эти дети безошибочно делали ассиметричную работу рук в сагиттальной плоскости, их смены были точные и одновременные. К таким детям относятся, например, Света К., Аня З., Арина М. и другие.

Данные результаты отражаются в таблице 7.

Таблица 7 – Количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс». Упражнение 1

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	1	5%
Средний	9	45%
Высокий	10	50%

Упражнение 2 (вертикальная плоскость).

Второе задание, направленное на выявление уровня вертикальной плоскости, выявил следующие результаты.

Низкий уровень вертикальной плоскости показали уже 4 ребенка (20%). Эти дети выполняли движение симметрично, либо одновременно и симметрично на протяжении всего выполнения. Эти дети путались в собственных руках. К таким детям относятся Лера В., Маша К., Надя М. и Милена М.

Средний уровень присущ 50% (10 детей). Эти дети, как и в прошлом задании, выполняли движения одновременно, либо сбивались и начинали сначала. Средний уровень показали Арина М., Злата С., Лева Б. и другие. Например, Лева Б. делал движение правильно, но в один момент руки перешли в симметричную работу, однако Лев исправил ошибку и продолжил выполнять верно.

Высокий уровень у 6 детей (30%). Ребята делали одновременные и ассиметричные движения на протяжении всего задания (Света К., Аня З., Таня Б., Лена С., Полина Я., Настя К.).

Данные результаты отражены в таблице 8.

Таблица 8 – Количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс». Упражнение 2

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	4	20%
Средний	10	50%
Высокий	6	30%

Упражнение 3 (горизонтальная плоскость).

В последнем задании проводилась диагностика координации рук в горизонтальной плоскости. Данное задание далось детям легче предыдущего.

Двое детей показали низкий уровень развития координации рук в горизонтальной плоскости. Эти дети не смогли делать правильные (ассиметричные) и одновременные смены рук (Маша К. и Аким С.).



Средний уровень преобладает в данной методике, он присущ 16 детям. Эти дети делали одновременную смену рук, но могли один-два раза сделать неодновременную смену рук.

Высокий уровень смогли продемонстрировать лишь двое детей (Света К. и Арина М.). Девочки безошибочно выполнили задание.

Данные результаты отражены в таблице 9.

Таблица 9 – Количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс (И.А. Аршавский)». Упражнение 3

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	2	10%
Средний	16	80%
Высокий	2	10%

Таким образом, в данном диагностическом задании низкий уровень показали 2 ребенка (10%), средний – 60% и высокий – 30%. Данные результаты представлены в таблице 10.

Таблица 10 – Количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	2	10%
Средний	12	60%
Высокий	6	30%

Диагностическая методика 7 «Бег на 150 метров» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить у детей уровень развития выносливости.

Процедура проведения: детей делят на группы по 7-8 человек. Отмечаются линии старта и финиша. По сигналу «марш» дети бегут к линии финиша.

Критерии оценки результатов:

– низкий уровень (1 балл) – ребенок пробежал дистанцию за 40 секунд или более;

– средний уровень (2 балла) – ребенок пробежал дистанцию в промежутке от 36.6 до 39.9 секунд.

– высокий уровень (3 балла) – ребенок пробежал дистанцию за 36,5 секунд или менее.

Количественные результаты по диагностической методике 7 «Бег на 150 метров» представлены в таблице 11.

Таблица 11 – Количественные результаты по диагностической методике 7 «Бег на 150 метров»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	11	55%
Средний	6	30%
Высокий	3	15%

В данном диагностическом задании 55% продемонстрировали низкий уровень развития выносливости. Дети низкого уровня пробежали дистанцию 150 метров более чем за 40 секунд. К этим детям относятся Лера В., Таня Б., Злата С. Милена М., Лева Б. и другие. Детям не хватило выносливости сохранить скорость бега. Например, Таня Б. пробежала дистанцию за 41.4 секунды, а Злата С. за 42.3 секунды.

Средний уровень показали всего 6 детей (30%). Эти дети пробежали в промежуток между 36.6 и 39.9 секунд. Сюда относятся Настя К., Арина М., Света К., Аня З., Надя М. и Коля П.

Высокий уровень развития выносливости показали всего 3 ребенка. Эти дети пробежали 150 метров менее чем за 36.5 секунд. Это Слава Л., Аким С. и Леша С. Мы видим, что высокий уровень развития выносливости не показала ни одна девочка.

Диагностическая методика 8 «Разведение ног в стороны» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить у детей уровень развития гибкости.

Процедура проведения: ребенка просят, как можно шире развести ноги в сторону с опорой на руки, максимально прижимаясь к полу. Далее фиксируется расстояние до пола от вершины, образовавшегося в ногах треугольника. Важным условием являются прямые колени.

Критерии оценки результатов:

- низкий уровень (1 балл) – более 20 сантиметров от пола;
- средний уровень (2 балла) – интервал от 10 до 20 сантиметров от пола;
- высокий уровень (3 балла) – менее 10 сантиметров от пола.

Количественные результаты по диагностической методике 8 «Разведение ног в стороны» представлены в таблице 12.

Таблица 12 – Количественные результаты по диагностической методике 8 «Разведение ног в стороны»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	10	50%
Средний	7	35%
Высокий	3	15%

Низкий уровень развития гибкости показали также большой процент – 10 детей (50%). Эти дети при выполнении задания не смогли опуститься ниже 20 сантиметров от пола. Большой части мальчиков присущ низкий уровень развития гибкости (Слава Л., Коля П., Лева Б., Аким С.). Но и девочки показали низкий уровень. Например, Надя М. показала результат 23 сантиметра, а Лера И. – 21 сантиметр.

Средний уровень соответствует уровню развития гибкости 7 детей (35%). Их расстояние от пола составляло от 10 до 20 сантиметров при условии прямых колен. Сюда относятся Настя К., Злата С., Арина М., Света К., Маша К., Полина Я., Аня З. Так, Арина М. продемонстрировала результат 14 сантиметров до пола, Настя К. 11 сантиметров.

Высокий уровень в данном задании продемонстрировали всего 3 ребенка (Таня Б., Милена М. и Леша С.), что составило лишь 15%. Эти дети выполнили задание с прямыми коленями и расстояние до пола было менее 10 сантиметров. Например, у Леша расстояние до пола было 7 сантиметров, у Милены – 2 сантиметра, у Тани – 0 сантиметров.

Диагностическая методика 9 «Полоса препятствий» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить у детей уровень развития ловкости.

Процедура проведения: ребенок встает на линию старта. Ему необходимо пробежать дистанцию в 10 метров, при этом оббегая десять кегель «змейкой». Перед выполнением взрослый демонстрирует правильной выполнения задания. Ребенку дается две попытки, фиксируется – лучший.

Критерии оценки результатов:

- низкий уровень (1 балл) – ребенок преодолевает дистанцию более чем за 7 секунд;
- средний уровень (2 балла) – ребенок преодолевает дистанцию в интервале от 6.1 до 6.9;
- высокий уровень (3 балла) – ребенок преодолевает менее чем за 6 секунд.

Количественные результаты по диагностической методике 9 «Полоса препятствий» представлены в таблице 13.

Таблица 13 – Количественные результаты по диагностической методике 9 «Полоса препятствий»

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	7	35%
Средний	10	50%
Высокий	3	15%

В данной диагностической методике низкий уровень продемонстрировали 7 детей (35%). Сюда относятся дети, которые пробежали полосу более чем за 7 секунд. Такие результаты показала

Милена М. (7.2 секунд), Коля П. (7.1 секунд), Таня Б. (7.25 секунд) и другие. Эти дети неуклюже выполняли задание, их «заносило», когда оббегали кегли.

Средний уровень показали 10 детей (50%). Они пробежали в промежутке между 6.1 и 6.9 секундами. Например, Слава Л. пробежал за 6.3 секунд, а Аня З. – за 6.7 секунд. Эти дети были уже более ловкими, они более компактно и быстро обходили препятствия.

Высокий уровень продемонстрировали 3 ребенка (Света К., Аким С. и Женя Д.). Они пробежали дистанцию менее чем за 6 секунд. Они без труда оббегали кегли, при этом, почти не теряя скорость. Результат ребят (Женя Д. – 5.95 секунд, Аким С. – 5.7 секунд и Света К. – 5.82 секунд).

Диагностическая методика 10 «Кистевая динамометрия» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить у детей уровень развития силы.

Процедура проведения: ребенка просят взять в руку динамометр, вытянуть руку в сторону и максимально сильно сжать его. После этого необходимо повторить то же самое с другой рукой, результаты фиксируются.

Критерии оценки результатов для правой кисти:

- низкий уровень (1 балл) – мышечная сила до 8.0 килограмм;
- средний уровень (2 балла) – мышечная сила в интервале от 8.1 до 12.9 килограмм;
- высокий уровень (3 балла) – мышечная сила от 13 килограмм.

Критерии оценки результатов для левой кисти:

- низкий уровень (1 балл) – мышечная сила до 7 килограмм;
- средний уровень (2 балла) – мышечная сила в интервале от 7.1 до 11 килограмм;
- высокий уровень (3 балла) – мышечная сила от 11.1 кг.

В данной диагностической методике проводили диагностику силы обеих кистей рук, поэтому на каждого ребенка имеется два показателя уровня развития силы.

Итак, начнем с правой руки. Результаты диагностики уровня развития силы кисти правой руки отражены в таблице 14.

Таблица 14 – Количественные результаты по диагностической методике 10 «Кистевая динамометрия». Правая рука

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	5	25%
Средний	8	40%
Высокий	7	35%

Низкий уровень развития силы кисти правой руки показали 25% (5 детей). К ним относятся только девочки (Милена М., Лера В., Полина Я., Лера И. и Таня Б.). Девочки показали результат менее 8 килограмм мышечной силы. Например, у Милена М. мы зафиксировали результат 5.4 килограмм, у Леры В. 7.6 килограмм, а у Тани Б. – 7.9 килограмм.

Средний уровень мы выявили у 8 детей (40%). Их результат был в интервале от 8.1 до 12.9 килограмм. К примеру, Арина М. показала результат 8.3 килограмм, а Злата С. 12.7 килограмм. Мальчики показали результаты 11.9 килограмм (Коля П.) и 12.5 килограмм (Леша С.).

Высокий же уровень зафиксирован у 35% (7 детей). Света К. выполнила задание с результатом 13.2 килограмм, Слава Л. – 13.4 килограмм. Самый высокий результат показал Аким С. – 14.1 килограмм.

Далее опишем результаты выявленных результатов по развитию силы левой кисти руки. Результаты отражены в таблице 15.

Таблица 15 – Количественные результаты по диагностической методике 10 «Кистевая динамометрия». Левая рука

Уровень	Количество детей	Процент
Низкий	10	50%
Средний	8	40%
Высокий	2	10%

Низкий уровень развития силы левой кисти показали 50% (10 детей). Это дети, которые показали результат до 7 килограмм. К примеру, Лера В. (6.7 килограмм), Милена М. (5.4 килограмм), Лера И. (5.7 килограмм). Результаты левой руки значительно отстают от правой руки.

40% детей показали средний уровень. У этих детей результат в диапазоне от 7.1 до 11 килограмм. У Арины М. результат 7.5 килограмм, у Славы Л. – 10.7 килограмм.

Высокий уровень показали 2 ребенка (10%). Один ребенок показал высокий результат и с правой рукой (Аким С.), а один ребенок показал результат лучше, чем с правой рукой (Коля П.). У Акима С. Результат 12.7 килограмм, у Коли П. – 12.5 килограмм. Как выяснилось позже – Коля П. является левшой.

Таким образом, если подвести итог уровня развития силы, можем представить такие результаты. Низкий уровень присущ 40%, средний – 40%, высокий – 20%. Данные результаты представлены в таблице 16.

Таблица 16 – Количественные результаты по диагностической методике 10 «Кистевая динамометрия»

Уровень	Процент
Низкий	40%
Средний	40%
Высокий	10%

При диагностике уровня развития двигательной деятельности у детей 6-8 лет мы получили следующие результаты: низкий – 40%, средний – 40%, высокий – 20%. Хотя средний уровень и преобладает, однако низкого уровня также большой процент. Поэтому необходима систематическая работа по развитию двигательной деятельности.

На рисунке 1 представлены количественные результаты развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

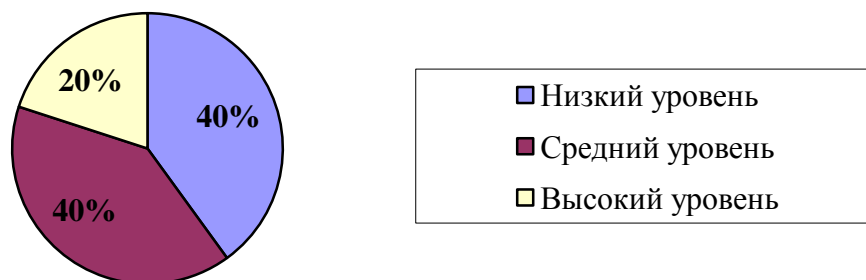


Рисунок 1 – Количественные результаты развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования

Характеристика уровней развития двигательной деятельности детей 6-8 лет отражена в итоговых результатах.

Низкий уровень развития двигательной деятельности был выявлен у восьми детей (40%). Дети этого уровня развития двигательной деятельности не принимают поставленную цель, не называют поставленные условия. Они выбирают игровой мотив в сфере двигательной деятельности, их не интересует сама двигательная деятельность, нежели нахождение в кругу сверстников. Дети демонстрируют преимущественно низкий уровень сформированности танцевальных движений. Для этих детей характерна малоподвижность, медлительность, они очень неуклюжие и слабые. К ним относится Лера В., Лева Б., Маша К. и другие дети.

Средний уровень развития был выявлен у восьми детей (40%) от группы. Дети со средним уровнем принимают и выполняют цель лишь частично, но все поставленные условия называет верно. Мотивом двигательной деятельности дети выбирают соревновательный мотив или мотив личных достижений, однако игровой мотив преобладает, они еще не осознают всю ценность двигательной деятельности, но мотивы уже находятся в сфере двигательной деятельности. Дети данного уровня имеют преимущественно средний уровень сформированности танцевальных



движений. Дети более подвижны, координированы и ловки. Среди них есть дети, которые находятся на грани с высоким уровнем, например, Арина М. А также есть дети, которые приближены к низкому уровню (Коля П.).

Высокий уровень развития двигательной деятельности наблюдался у 4 детей (Света К., Слава Л., Аким С., Аня З.). Эти дети полностью принимают и выполняют поставленную цель. Они отдают предпочтение соревновательному мотиву и мотиву личных достижений, но при этом игровой мотив также присутствует. Дети демонстрируют высокий уровень сформированности танцевальных движений. У этих детей предпочтительно высокие показатели двигательной деятельности. Они показывают высокий уровень в таких показателях, как скорость, выносливость, гибкость, координация и сила. Эти дети очень ловкие, быстрые и подвижные.

Далее мы приступили ко второму этапу, а именно к исследованию методического обеспечения в АНО ТСК «Ритм».

Диагностическая методика 11 «Беседа с директором» (А.Н. Амелин).

Цель: выявить наличие методической документации по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

Процедура проведения. Директору ТСК «Ритм» г.о. Тольятти Светлане Викторовне П. были заданы вопросы на уточнение структуры методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в ТСК «Ритм».

Экспериментатор интересовался структурными компонентами методического обеспечения развития двигательной деятельности у детей 6-8 лет в ТСК «Ритм».

Далее экспериментатор предлагал перечислить существующие в АНО ТСК «Ритм» методические документы. Также просил назвать методические пособия, которыми пользуются педагоги при развитии двигательной деятельности у детей 6-8 лет.

После ответов директора мы смогли сделать вывод о недостаточном уровне состояния методической документации в ТСК «Ритм». Из ее ответов мы выделили, какие структурные элементы методических документов присутствуют в ТСК «Ритм», а какие нет:

- учебно-программная документация (календарно-тематический план);
- учебно-методическая документация (учебные видеофильмы);
- программно-планирующая документация – отсутствует;
- информационно-аналитическая документация – отсутствует.

Таким образом, после беседы со Светланой Викторовной, мы видим, что в ТСК «Ритм» отсутствуют многие методические документы по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет, а именно:

- из учебно-программной документации отсутствует учебный план;
- из учебно-методической документации отсутствуют конспекты лекций, список литературы, справочники, методические рекомендации, материалы для контроля знаний, раздаточный материал и другие;
- программно-планирующая документация отсутствует в полном объеме. К данному структурному элементу методического обеспечения относится годовая план работы учреждения, план воспитательной работы;
- информационно-аналитическая документация также полностью отсутствует. Здесь должны быть аналитическая информация, отчеты, доклады.

Также в ходе беседы выяснилось, что педагоги не используют методические пособия при развитии двигательной деятельности.

Диагностическая методика 12 «Анализ календарно-тематических планов» (А.Н. Амелин).

Цель: выявить уровень состояния учебно-программной документации по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

Анализ календарно-тематических планов в ТСК «Ритм» проводился по следующим показателям:

- наличие календарно-тематического плана на 2019-2020 учебный год;
- наличие в календарно-тематическом плане наименования разделов и тем по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет;
- наличие в календарно-тематическом плане указанных форм контроля по каждой пройденной теме;
- наличие в календарно-тематическом плане графы с количеством теоретических и практических часов.

Процедура проведения: проводился анализ календарно-тематических планов образовательного процесса с детьми 6-8 лет в ТСК «Ритм» по выделенным показателям.

Мы провели анализ календарно-тематических планов ТСК «Ритм» групп, где обучаются дети 6-8 лет.

Анализ показал, что в ТСК «Ритм» календарно-тематический план не составляется на каждый учебный год. Существует общий календарно-тематический план без конкретных дат проведения занятий. В плане не указано количество теоретических и практических часов, лишь общее число. Также в календарно-тематическом плане отсутствуют формы контроля по указанным темам.

Таким образом, уровень состояния календарно-тематических планов в ТСК «Ритм» находится на низком уровне. Календарно-тематический план на учебный год не составлен, не указано количество теоретических и практических часов, не указаны виды контроля по пройденным темам. Необходимо провести работу по разработке календарно-тематических планов, которые будут отвечать предъявляемым требованиям.

После проведения констатирующего эксперимента по выявлению уровня состояния методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет, мы можем сделать подвести итог. На данный момент методическое обеспечение развития двигательной деятельности

находится в неудовлетворительном состоянии. В организации отсутствует большая часть методической документации, отсутствуют методические рекомендации педагогам по работе по данному направлению с детьми и родителями. Основная часть существующей документации не соответствует требованиям.

Таким образом, результаты констатирующего эксперимента говорят о необходимости разработки методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

## **2.2 Содержание и структура методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования**

На основе анализа педагогической, психологической и методической литературы по проблеме методического обеспечения развития двигательной деятельности, а также результатов констатирующего эксперимента, мы пришли к выводу, что необходимо разработать содержание и структуру методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

Задачи формирующего эксперимента.

1. Обосновать содержание методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

2. Разработать структуру методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

3. Разработать содержание и формы работы по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

4. Повысить уровень методической компетентности педагогов по проблеме развития двигательной деятельности детей 6-8 лет.

5. Расширить содержание развивающей предметно-пространственной среды для развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

6. Осуществить поэтапную реализацию методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

Структура формирующего эксперимента по разработке и реализации содержания методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования представлена в приложении К.

Разработанный нами формирующий эксперимент состоит из следующих этапов:

– 1 этап – конструктивно-проектировочный этап:

– разработка и конкретизация содержания методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования;

– составление плана мероприятий, обеспечивающих решение задач по повышению готовности педагогов по развитию у детей 6-8 лет двигательной деятельности в системе дополнительного образования;

– разработка координированного контроля методического обеспечения по развитию у детей 6-8 лет двигательной деятельности в системе дополнительного образования.

– 2 этап – организационно-деятельностный: внедрение методической и учебно-программной документации в работу педагогов.

– 3 этап – контрольно-оценочный:

– осуществить контроль реализации рекомендаций и оценку соответствия им созданной педагогами развивающей предметно-пространственной среды,

– осуществить контроль реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Перейдем к рассмотрению данных этапов. Целью конструктивно-проектировочного этапа являлась разработка методического обеспечения: определение цели, задач, а также список необходимых документов и направления работы с педагогами.

В таблице 17 отражено содержание конструктивно-проектировочного этапа формирующего эксперимента.

Таблица 17 – Содержание конструктивно-проектировочного этапа

Конструктивно-проектировочный этап	
Содержание	Мероприятие
Конкретизация содержания методического обеспечения развития двигательной деятельности	Создание творческой группы педагогов.
	Составление перечня методических материалов, которые обеспечивают деятельность педагогов по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет.
	Разработка шаблонов документов и методических рекомендаций
	Разработка дополнительной общеобразовательной программы по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет.
	Определение задач работы с педагогами по повышению уровня компетентности по развитию двигательной деятельности.
Составление плана мероприятий, обеспечивающих решение задач по повышению готовности педагогов по развитию у детей 6-8 лет двигательной деятельности	Разработка и проведение: <ul style="list-style-type: none"> <li>– консультации «Двигательная деятельности и ее значение»;</li> <li>– беседы «Взаимодействие педагогов с родителями по вопросам двигательной деятельности детей»;</li> <li>– методической копилки «Подвижные игры для детей 6-8 лет»;</li> <li>– обучения педагогов «Использование элементов зумбы в работе с детьми».</li> </ul>
Разработка координированного контроля методического обеспечения по развитию у детей 6-8 лет двигательной деятельности	Разработка карты контроля образовательного процесса по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования: <ul style="list-style-type: none"> <li>– карта контроля материалов и оборудования развивающей предметно-пространственной среды для развития двигательной деятельности детей;</li> <li>– карта контроля готовности залов к учебному году;</li> <li>– карта контроля за организацией работы по дополнительной общеобразовательной программе.</li> </ul>

Также в ходе исследования нами была выявлена необходимость создания методической службы в лице творческой группы. Поэтому на этом этапе была создана творческая группа, которая в дальнейшем занималась разработкой методического обеспечения.

Мы составили план работы, в соответствии с которым, выявленные в констатирующем эксперименте проблемы, будут решены. Данная работа обсуждалась с директором АНО ТСК «Ритм», а также проводилась под ее сопровождением.

После анализа данных, полученных в ходе констатирующего эксперимента, нами были выделены следующие проблемы:

- частично отсутствуют документы учебно-программного и учебно-методического комплексов, а также полностью отсутствуют программно-планирующий и информационно-аналитический комплексы методического обеспечения развития двигательной деятельности детей;
- уровень состояния учебно-программной документации по развитию двигательной деятельности у детей находится на низком уровне;
- использование предметно-пространственной среды не отражено в календарно-тематических планах;
- уровень компетентности педагогов по развитию двигательной деятельности находится на низком уровне;
- педагоги не организуют взаимодействие с родителями по проблеме развития двигательной деятельности детей;
- в работе с детьми педагоги не используют элементы зумбы.

Таким образом, мы поставили перед собой следующие задачи:

- пополнить перечень методической документации в ТСК «Ритм»;
- разработать дополнительную общеобразовательную программу по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет;
- отразить использование развивающей предметно-пространственной среды в календарно-тематических планах;

- провести консультацию для педагогов для повышения уровня методической компетентности педагогического состава ТСК «Ритм»;
- провести беседу по формам взаимодействия с родителями по проблеме развития двигательной деятельности;
- провести мастер-класс для педагогов по использованию элементов зумбы в работе с детьми.

Мы определили необходимость разработки следующих документов:

- шаблон и пример заполнения «Календарно-тематического плана работы по развитию двигательной деятельности»;
- шаблон и пример заполнения методической копилки «Подвижные игры для детей 6-8 лет».
- дополнительная общеобразовательная программа по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет.

Прежде чем приступить к разработке шаблонов методических документов, а также дополнительной общеобразовательной программы мы представили педагогам рекомендации по проектированию методического обеспечения развития двигательной деятельности в системе дополнительного образования.

Цель: оказать методическую помощь в разработке дополнительной общеобразовательной программы, а также шаблонов методических документов.

На сегодняшний день все чаще мы встречаем детей, которые отдают предпочтение малоподвижным занятиям, таким как просмотр мультфильмов, настольные игры, игры в телефоне. Физически сильных, ловких и быстрых детей становится все меньше, и это вызывает большую тревогу у педагогов. В частности, двигательной деятельности в программах отводится недостаточное количество часов. Помогает справиться с данной проблемой система дополнительного образования. Поэтому мы убеждены, что развитие двигательной деятельности в системе дополнительного образования нуждается в изучении и усовершенствовании.



В чем особенность дополнительного образования? В первую очередь, дополнительное образование не является частью ФГОС, и наполняемость дополнительных программ не могут повторять образовательные программы. Дополнительное образование построено на Концепции дополнительного образования детей.

При разработке дополнительной образовательной программы определяется ее направленность. Программы подразделяются на художественную, техническую, физкультурно-спортивную, естественнонаучную, социально-педагогическую, а также туристско-краеведческую направленности.

Также на начальном этапе указываются возраст, на который направлена программа, срок ее реализации. Прописываются актуальность, новизна, цель и задачи программы. Обязательно указываются формы, методы и приемы работы, которые лежат в основе программы. Раскрываются планируемые результаты и способы их мониторинга. Часто можно увидеть следующую таблицу (таблица 18).

Таблица 18 – Представление планируемых результатов в дополнительной образовательной программе

Должны знать	Должны уметь
1 год обучения	
Знать основы танца зумба. Знать танцы бально-спортивной программы (вальс, квикстеп, самба, чачача). Знать основные позиции ног и рук. Знать основные движения, используемые на занятиях и понимать их назначение	Уметь воспроизвести простейшие ритмические рисунки по заданному образцу. Уметь взаимодействовать со сверстниками. Уметь повторять движения по образцу.
2 год обучения	
Знать названия движения танцев бально-спортивной программы. Знать и понимать значение «танцевальная фраза». Знать технику выполнения бально-спортивного танца.	Уметь координировать движения своего тела. Уметь ориентироваться в танцевальной терминологии. Уметь самостоятельно и эмоционально исполнять танец зумба перед зрителями. Уметь технично выполнять элементы спортивной хореографии.

Учебный план программы оформляется в виде таблицы, где указываются темы и количество часов по каждой из них (таблица 19).

Таблица 19 – Оформление учебного плана дополнительной образовательной программы

Тема занятия	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
1 год обучения			
Вводное занятие	0	3	3
Основы бально-спортивного танца	0	18	18
Зумба	0	18	18
Основы эстрадного танца	0	9	9
Ритмика	0	18	18
Общая физическая подготовка	0	18	18
Партерная гимнастика	0	9	9
Танцевальные упражнения у станка	0	9	9
Танцы-игры	0	6	6
2 год обучения			
Вводное занятие	0	1	1
Основы бально-спортивного танца	0	18	18
Зумба	0	30	30
Основы эстрадного танца	0	9	9
Ритмика	0	5	5
Общая физическая подготовка	0	9	9
Партерная гимнастика	0	18	18
Танцевальные упражнения у станка	0	18	18
Итого:	0	216	216

Следующим необходимым компонентом программы является ее содержание, где прописываются наименования тем занятий.

Самым интересным, для нас, пунктом является «методическое обеспечение программы». Сюда относятся все разработанные для программы игры, конкурсы, беседы, авторские методики, дидактические материалы, рекомендации по проведению занятий. Одним словом – все то, что делает работу педагога проще, но эффективнее.

Разработка методического обеспечения двигательной деятельности детей выступает тем самым способом совершенствования. Раскроем более подробно понятие «методическое обеспечение».

Понятие «методическое обеспечение» представляет собой мероприятия по повышению эффективности и качества обучения, разработки и внедрения новых методов, средств и форм обучения.

Содержание методического обеспечения – та необходимая информация, учебно-методические комплексы, обеспечивающие более эффективную реализацию всех видов деятельности педагогических работников, в том числе и дополнительного образования. К методическому обеспечению можно отнести следующее:

- рабочая программа;
- календарно-тематический план;
- планы учебных занятий;
- задания и методические указания по проведению практических занятий;
- методические рекомендации по изучению дисциплины;
- журналы посещаемости;
- сценарии конкурсов;
- необходимый материал и техническая оснащенность.

После анализа наполняемости и содержания дополнительной образовательной программы, вернемся к двигательной деятельности. Рассмотрим возможные формы, методы, материалы, которые могут использоваться для двигательной деятельности в системе дополнительного образования, указание которых понадобится в составлении дополнительной образовательной программы.

Итак, возможными формами занятий по двигательной деятельности в учреждения дополнительного образования выступают:

- традиционное занятие;
- практическое занятие;
- праздник;
- зачет;
- соревнования;

- репетиция;
- концерт.

Методы организации учебного процесса в системе дополнительного образования:

- словесные методы (объяснение нового материала, беседа);
- наглядные методы (наблюдение, показ педагогом);
- практические методы (упражнения);
- репродуктивный метод (учащиеся самостоятельно воспроизводят усвоенные знания);
- объяснительно-иллюстративный (восприятие готовой информации);
- фронтальный метод (работа со всеми учащимися);
- индивидуальный метод.

Материалы, которые возможно использовать в двигательной деятельности в системе дополнительного образования – видеозаписи и аудиозаписи.

Техническим оснащением выступают:

- хореографические станки;
- спортивное оборудование;
- зеркала;
- магнитофон;
- мультимедийный проектор.

И, наконец, формами подведения итогов являются:

- зачет;
- контрольное занятие;
- открытое занятие для родителей;
- концерт.

Последним, необходимым пунктом в дополнительной образовательной программе является кадровое обеспечение. Здесь указывается, какие педагоги необходимы для реализации программы.

Для реализации дополнительной программы физкультурно-спортивной направленности необходимы следующие требования:

- умение понимать и принимать личность обещающегося;
- владение механизмом формирования и развития двигательных навыков;
- знание техники выполнения различных двигательных действий;
- знание техники безопасности во время образовательного и тренировочного процесса;
- умение организовывать образовательный и тренировочный процесс.

Подводя итог, кадровое обеспечение дополнительной образовательной программы должны иметь знания не только техники выполнения двигательных действий, но и формы, методы, приемы работы с детьми в физкультурно-спортивной направленности. Сюда относятся кадры с педагогическим образованием, с образованием физической культуры, а также выпускники хореографических учебных заведений.

Для эффективной работы педагога дополнительного образования, а также достижения планируемых результатов, необходимо иметь разработанную программу дополнительного образования с прописанными целями, задачами, ожидаемыми результатами, темами занятий, количеством необходимых часов, а также необходимыми материалами.

Ознакомившись с рекомендациями, творческая группа приступила к разработке вышеуказанных шаблонов. В результате консультации творческой группой был создан шаблон календарно-тематического плана. Он состоял из таких граф, как:

- дата;
- наименование разделов и тем;
- количество часов;
- вид занятия;
- оборудование;
- форма контроля.

В приложении Л представлена программа, в которой можно увидеть таблицу «Календарно-тематический план работы по развитию двигательной деятельности».

Второй шаблон, который заполняла творческая группа – конспект НОД по физической культуре. Творческая группа коллективно обсудила, что необходимо включить в структуру данного документа и пришла к следующему шаблону.

В самом начале конспекта НОД необходимо указать дату, тему и задачи занятия, прописать форму проведения и необходимое оборудование. Далее в таблице «технологическая карта» отразить графы этап урока, методы, содержание деятельности детей, методические указания.

Таблица 20 – Технологическая карта НОД по физическому развитию

Этап урока	Содержание деятельности детей	Методы	Методические указания
Мотивационно-целевой – 5 минут	Построение в шеренгу	Указания	Во время перестроения следить за правильностью, напомнить про дистанцию
	Перестроение в колонну по одному	Указания	Во время перестроения следить за правильностью, напомнить про дистанцию
	Дыхательное упражнение «Свеча»	Показ физического упражнения. Указания	
	Спокойная ходьба по кругу	Указания	Во время ходьбы и бега обращать внимание на осанку и соблюдение дистанции
	Ходьба на носках	Показ физического упражнения. Указания	
	Ходьба на пятках		
	Медленный бег		
	Ходьба с восстановлением дыхания	Указания	
Перестроение	Указания		

Продолжение таблицы 20

Этап урока	Содержание деятельности детей	Методы	Методические указания
Содержательно-деятельностный – 20 минут	Разучивание связки зумбы	Название упражнений. Описание. Вопросы на уточнение. Показ физических упражнений	Во время разучивания связки, следить за правильностью техники (ноги собирать точно вместе, наступать мягко, руки дотягивать в ровную линию). Также необходимо контролировать ориентацию ребенка в пространстве и соответствие движений счету
Оценочно-рефлексивный – 5 минут	Упражнения из стретчинг-гимнастики	Показ физического упражнения	Не допускать резкой боли в упражнениях, растягивать мышцы лишь за счет статических упражнений без покачиваний
	Дыхательное упражнение «Насос»	Показ физического упражнения	Привести сердечный ритм и дыхание в спокойное состояние

Каждый из участников творческой группы после консультации и создания шаблона, разработал по одному конспекту. После чего осуществили взаимный анализ конспектов и были внесены незначительные корректировки. После чего уже готовые конспекты представили педагогам для их использования в работе с детьми. Далее на втором этапе формирующего эксперимента они были применены в работе с детьми.

Последним шаблоном стала методическая копилка «Подвижные игры для детей 6-8 лет».

Каждый участник творческой группы предложил свои варианты подвижных игр, после чего все разнообразие игр оформили в таблицу. Позднее педагогов ознакомили с методической копилкой. Творческая группа использовала ее при написании календарно-тематического плана. Графы данной таблицы представлены ниже.

Таблица 21 – Методическая копилка «Подвижные игры для детей 6-8 лет»

Название	Содержание	Методические указания
«Лиза и зайцы»	Выбирается одна «лиса», остальные – зайцы. Лиса на одной ноге догоняет зайцев, которые прыгают на двух ногах. У зайцев есть «норки», где «лиса» не может их поймать. Когда «заяц» пойман, он становится новой «лисой»	Необходимо смотреть за соблюдением правил: «зайцы» прыгают строго на носках ногами вместе, «лиса» не опускает вторую ногу
«Рыбак»	Дети строят круг, в центр круга встает «рыбак», у которого в руках скакалка. «Рыбак» раскручивает скакалку, дети должны ее перепрыгивать. Кто задел скакалку – выходит из игры	«Рыбак» может ускорять или замедлять скорость скакалки
«Ниндзя»	Дети встают в круг, по команде дети делают прыжок назад и принимают позу. Задача каждого игрока дотронуться до ладони последующего игрока. После своего хода игроки замирают до своего следующего хода. Выигрывает тот, кто останется последним	Необходимо следить за тем, чтобы дети не прятали ладони, делали строго один шаг и движение рукой при своем ходе и не шевелились между ходами
«Чай-чай-выручай»	Выбирается один мающий, его задача – поймать всех остальных. Остальные дети убегают. Когда детей замаяли, они останавливаются на том же месте и говорят фразу «чай-чай-выручай». Если другие дети снова дотронутся до него, тогда он может снова бежать	Необходимо следить за тем, как дети ориентируются в зале, избегая столкновения
«Перестрелка»	Дети делятся на две команды. У каждой команды по три мяча, необходимо попасть в любого участника противоположной команды. Если мяч попал в ребенка, а не ребенок поймал его руками, тогда он выходит из игры	Необходимо следить за тем, чтобы дети целились ниже плеч, не допускать попадания в голову
«Кто быстрее?»	Дети делятся по парам. У каждой пары есть перед собой кегля. По команде ведущего дети ставят руки туда, куда он говорит (голова, колени, плечи и т.д.). В один момент ведущий говорит «кегля», и дети должны, как можно быстрее, поднять кеглю	Следить за правильностью исполнения указаний ведущего

После создания шаблонов необходимых документов творческая группа приступила к разработке мероприятий для педагогов по повышению уровня компетентности по развитию двигательной активности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.



При разработке первой консультации большее внимание уделялось понятию «двигательная деятельность», ее задачам, методикам выявления уровня двигательной деятельности и новым нетрадиционным видам инвентаря. Содержание лекции представлено ниже.

Была проведена консультация для педагогов по проблеме двигательной деятельности, потому что были педагоги, которые не знают авторов, занимающихся данным вопросом, не знают формы и методы работы с детьми интересующего нас возраста.

Консультация была составлена и проведена с учетом специфики работы данного учреждения. Мы рассказали педагогам о двигательной деятельности, ученых, которые занимались этой темой, о методах и формах работы с детьми 6-8 лет в системе дополнительного образования. Также мы рассказали педагогам о новых подходах, новых авторах и методиках, поэтому ни один педагог не мог сказать и не сказал, что он не вынес ничего нового с нашей лекции.

Консультация «Двигательная деятельность и ее значение». Цель: повысить уровень профессиональной компетентности педагогов по проблеме двигательной деятельности детей 6-8 лет.

Задачи:

1. Изучить и закрепить представления педагогов о двигательной деятельности детей.
2. Рассмотреть возможные формы работы с детьми по развитию двигательной деятельности.
3. Рассмотреть несколько методик для выявления уровня развития двигательной деятельности.
4. Рассмотреть возможность использования нетрадиционных материалов в работе с детьми.

План консультации:

- понятие «двигательная активность» и ее задачи;
- формы организации двигательной активности;

- методики на выявление уровня двигательной деятельности;
- нетрадиционный инвентарь в работе с детьми 6-8 лет.

Подводя итоги, мы с педагогами освежили в памяти знания о двигательной деятельности, ее задачах, формах работы, методиках выявления уровня развития двигательной деятельности, а также рассмотрели использование нового нетрадиционного материала в работе с детьми.

Мы задали вопросы педагогам:

- Узнали ли Вы что-то новое?
- Все ли Вы использовали в своей работе?
- Что-то изменится в работе с детьми после нашей с Вами консультации?

Хочется отметить, что педагоги активно высказывались во время рефлексии по итогам консультации. Екатерина Тарасовна сказала, что с интересом слушала про нетрадиционный инвентарь и попробует использовать их в работе с детьми. Карина Юрьевна поделилась тем, что она узнала много новой информации и постарается применить в своих занятиях. Анна Павловна «была рада вспомнить подробно методы и формы работы с детьми». Хотя она и знала эти методы, однако со временем частично забыла. Однако после консультации она поделилась тем, что применит новые формы и методы работы с детьми. Таким образом, все педагоги узнали что-то новое после проведенной нами консультации.

Следующей проблемой было взаимодействие с родителями, поэтому мы разработали беседу «Взаимодействие педагогов с родителями по вопросам двигательной деятельности детей». Мы построили встречу так, чтобы педагоги могли высказать свою точку зрения по данной теме, обсудили новые формы взаимодействия. Этот этап считался важнейшим в работе с педагогами, потому что именно взаимодействие с родителями не обеспечивает ни один из педагогов. Все педагоги констатировали полное отсутствие взаимодействия с родителями.

Беседа «Взаимодействие педагогов с родителями по вопросам двигательной деятельности детей». Мы рассмотрели с педагогами наиболее действенные формы взаимодействия с родителями, которые можно использовать в работе в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Задали вопросы педагогам:

- Что нового Вы узнали?;
- Что показалось Вам интересным?;
- Может быть, у Вас остались какие-то вопросы?

Педагоги выслушали информацию, осознали важность проведения систематической работы с родителями и запланировали включение их в свою работу. Елизавета Андреевна призналась, что ей не хватало знаний по формам работы с родителями и теперь она попробует проводить эту работу для эффективной работы с детьми. Екатерина Тарасовна сказала, что не задумывалась о том, какую большую роль играет взаимодействие с родителями для эффективной работы.

Мастер-класс для педагогов «Использованию элементов зумбы в работе с детьми». Итак, в первой (теоретической) части мастер-класса мы рассмотрели зумбу как средство повышения двигательной активности детей дошкольного возраста, представили различные варианты использования зумбы в физкультурно-оздоровительных формах работы с детьми. Также рассмотрели этапы обучения детей элементам зумбы.

После теоретической части обучения, прошла практическая часть мастер-класс от педагога зумбы для педагогов ТСК «Ритм». Во время этого мастер-класса педагог продемонстрировал все движения зумбы, описанные выше. Все вместе педагоги исполнили данные движения. При обучении использовалась та самая методика обучения движениям зумбы, которая состоит из трех этапов. Тем самым педагоги на себе прочувствовали методику. Мастер класс состоял из трех частей (движения рук в зумбе, движения ног в зумбе, методика преподавания зумбы). В конце мастер класса

педагоги исполнили небольшую связку из элементов зумбы под музыку. После мастер-класса педагоги получили сертификаты о прохождении обучения на детского тренера зумбы.

Последней задачей на данном этапе была разработка карты и плана контроля образовательного процесса по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования. Ниже представлены разработанные творческой группой карты контроля. Первая карта для контроля за образовательным процессом, вторая – контроль материалов и оборудования, третья – контроль организации работы по дополнительной общеобразовательной программе. Карты представлены в приложении Ж.

Таким образом, к концу данного этапа были разработаны запланированные методические документы, план контроля образовательного процесса проведены обсуждения дальнейшей работы. Также были разработаны и проведены мероприятия для педагогов.

Рассмотрим второй этап – организационно-деятельностный.

В первую очередь, происходило внедрение методической документации в работу педагогов. Все методическое обеспечение, которое уже было разработано ранее, вносили в новые таблицы, шаблоны. Недостающие колонки заполнялись дополнительно. Например, при заполнении таблицы «Календарно-тематический план работы по развитию двигательной деятельности» отсутствовали методические указания, а также не были указаны оборудования. В методических документах ранее они не отражались. Творческой группой совместно с педагогами было доработано содержание таблицы.

Именно на организационно-деятельностном этапе происходила апробация методического обеспечения, разработанного в ходе данной работы.

После разработки программы, мы перешли к ее апробации. Светлана Викторовна была первым педагогом, которая апробировала программу «Ритм танца». Для начала педагог внимательно изучила программу, затем перешла

к ее реализации. Светлана Викторовна проводила занятия в соответствии с календарно-тематическим планом, использовала все указанные методы, оборудования.

Рассмотрим, как происходило изучение раздела «зумба». Данный раздел состоит из 30 практических занятий, из которых изучение движений ног, рук и их соединение занимает по 6 занятий, а также изучение связки – 12.

Первым этапом Светлана Викторовна проводила изучение движений ног, затем рук и только позднее – их соединение. Согласно дополнительной общеобразовательной программе «Ритм танца» использовали методику начального изучения, которая включала: показ образа движения, детальный показ, сопровождаемый словом, выполнение показываемого движения самим ребенком.

«Работа организовывалась в соответствии со структурой занятий зумбы. Образовательная деятельность начиналась с разминки, в ходе которой необходимо было разогреть мышцы, подготовить их к предстоящим нагрузкам во избежание травматизма. Затем – изучение новых движений и закрепление ранее изученных» [5].

«На данном этапе сначала изучали новые движения (пока дети еще не утомлены), а затем переходили к повторению ранее изученных. В конце занятия проводили заминку-растяжку для расслабления мышц и выхода организма из состояния напряжения. Начинали изучение от простых движений к более сложным. Детальный показ двигательного действия выполнялся в умеренном темпе с пояснением всех составляющих элементов движения. Например, изучение движения «Меренге-ту-степ» происходило следующим образом: «Ребята, сегодня мы с вами изучим новое движение «Меренге-ту-степ». Посмотрите, как оно выглядит» (показ). «Посмотрите еще раз. Шаг в сторону, приставка, шаг в сторону, приставка. И в другую сторону: в сторону, приставка, в сторону, приставка». Мы сопровождали показ пояснениями. После этого ребенок выполнял движения

вместе со взрослым. Эти приемы способствуют запоминанию последовательности элементов движения, объединению в целостный двигательный образ с опорой на мышечные ощущения. Более подробно рассмотрим разучивание элементов. Итак, мы начали разучивание с движений ногами.

Например, изучение движения «V-step» происходило следующим образом. Мы попросили детей поставить ноги вместе, руки – на пояс. После этого мы начали исполнение шагов. Дети повторяли шаги за взрослым. Правая нога шагает вперед и немного в сторону, левая вперед и немного в сторону. Далее – назад. Правая нога на исходное положение, левая нога на исходное положение. После того, как шаги были освоены детьми, мы начали разучивание рук. На месте выполняли движения руками: 1 – правая рука вверх; 2 – левая вверх; 3 – правая рука вниз; 4 – левая рука вниз. После освоения детьми и движений ног, и движений рук, мы начали соединять движения. Когда правой ногой шагали вперед, правую руку поднимали вверх. Когда шагали левой ногой, поднимали левую руку. При шагах на исходное положение, руки возвращались вниз» [5].

«Также при первоначальном разучивании мы не использовали счет, показ сопровождался словом. Мы проговаривали во время движения направление шагов, указания (вправо-вправо, влево-влево, вперед, вместе). После разучивания дети сами попробовали продемонстрировать разученный элемент, а мы следили за правильностью шагов» [5].

«Хочется отметить, что на данном этапе детей можно условно разделить на две группы. Одна группа детей быстро справлялись с основными элементами, а вот у другой возникли проблемы с запоминанием и исполнением. Для детей второй группы (у которых возникали трудности с разучиванием основных элементов) мы провели дополнительно повторное разучивание основных элементов, так как пока дети не выучили движения, мы не могли перейти на следующий этап с углубленным разучиванием.

Подгрупповая работа для таких детей помогла им разучить движения, и мы смогли перейти к следующему этапу формирующего эксперимента» [5].

«На втором этапе мы организовывали образовательную деятельность с детьми по углубленному разучиванию основных элементов зумбы и соединению их в танцевальные связки. Данный этап соответствует второму этапу формирования двигательного навыка – углубленное разучивание движения» [5].

«В ходе этого этапа уточнялась правильность выполнения ребенком деталей техники разучиваемого движения, исправлялись ошибки. На данном этапе мы обращали внимание на правильность и точность выполнения действия, используя словесные методы (поощрения: правильное исходное положение, хорошо приставляешь ноги). Обращали внимание на ошибки, сопровождая уточнениями (ноги соедините точно вместе, колени поднимайте выше, руки выпрямляйте до конца). Следили за правильностью выполнения движения каждого ребенка. Подходили отдельно к детям и говорили ошибки каждому. Просили детей проанализировать действия других детей («Ребята, сейчас Милена покажет нам движение «V-step», а вы попробуйте проверить, правильно ли она сделала»)» [5].

«Встречались дети, которым трудно далось запоминание шагов, однако правильность выполнения элементов была гораздо выше, чем у тех детей, которые быстро выучили движения. И наоборот, встречались дети, которые быстро выучили основные элементы, однако в исполнении встречались множество ошибок. Например, в движениях было неточное исполнение элементов техники (не точно собирали ноги, недостаточно высоко поднимали колени, руки были не натянуты)» [5].

«Также на данном этапе шла работа по объединению движений в танцевальные связки. Для начала мы собрали из отдельных движений танцевальные связки и начали соединять движения вместе с детьми.

Можно сказать, что детям тяжело было объединять движения в связку. Особенно сложно было делать переход от одного движения к другому. С

каждым последующим исполнением соединение давалось легче. Таким образом, многократное повторение помогло лучшему усвоению перехода от одного движения к другому» [5].

«Третий этап. На данном этапе происходило закрепление и усовершенствование двигательного навыка. Дети уже могли самостоятельно по названию исполнить движение. Мы ввели счет и музыку. На данном уровне движения направлены на повышение ориентировки в пространстве и на развитие ритмической координации. На данном этапе дети уже самостоятельно справлялись с отдельными элементами, переходами на следующее движение. С нашей помощью танцевали под музыку целую танцевальную связку. С каждым исполненным разом танцевальная связка в исполнении детей становилась более точной, все меньше встречались ошибки и запинки» [5].

Обобщим опыт работы педагога Светланы Викторовны по реализации развития двигательной деятельности у детей 6-8 лет. В первую очередь, хочется отметить ее положительный отзыв на новое методическое обеспечение. Светлана Викторовна дала следующую оценку: «Работа по созданию методического обеспечения была проведена достаточно обширно. Сейчас методическое обеспечение стало очень подробным, удобным и понятным. При подготовке к занятиям в любой момент можно заглянуть в документацию и увидеть там: дату, тему, формы, методы и приемы работы, техническую оснащенность и даже методические указания для любого занятия. Это очень удобно, особенно для молодых педагогов, которые только начинают работать. Для них это методическое обеспечение будет являться хорошим помощником».

Во время апробации методического обеспечения мы следили за соответствием тем, форм, материалов для занятий. Нам было важно, чтобы педагог в своей работе применял разработанное нами методическое обеспечение.



После внедрения методического обеспечения в свою работу Светлана Викторовна сделала следующие выводы:

- занятия стали более разнообразными по содержанию, тем самым вызвало больше интереса у детей;
- частое и разнообразное использование инвентаря в работе с детьми;
- с одной стороны зумба проста и интересна детям, с другой – очень благотворно влияет на двигательную деятельность;
- с помощью данного методического обеспечения развитие двигательной деятельности идет более прогрессивно.

Таким образом, методическое обеспечение одобрили педагоги, им удобно и наглядно работать с ним. В свою очередь, дети также дали положительный отклик на новое методическое обеспечение. Им были интересны новые упражнения, использование различного инвентаря, их заинтересовала зумба, интерес к занятиям повысился, а следовательно и продуктивность.

Последний этап – контрольно-оценочный. На данном этапе нашими задачами являлось:

- осуществить контроль реализации рекомендаций и оценку соответствия им созданной педагогами развивающей предметно-пространственной среды;
- осуществить контроль реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Для осуществления контроля реализации рекомендаций предметно-пространственной среды мы воспользовались разработанными нами картами контроля. В приложении И представлены заполненные протоколы карты контроля.

В процессе осуществления контроля реализации рекомендаций предметно-пространственной среды мы выявили следующие недочеты: недостаточное количество кеглей, дуг для подлезания, детских матов, разметочных фишек, корзин для мечей, степ платформ в залах. Безопасность

помещения и соответствие возрастным особенностям соответствует частично.

Нами были определены следующие рекомендации: оборудовать оба зала до полного соответствия, приобрести в зал 1 переносной хореографический станок.

Далее мы разработали карту контроля организации работы по дополнительной общеобразовательной программе «Ритм танца». Проведенный контроль показал результат приближенно к полному соответствию. Не соответствовал лишь один пункт – наличие наглядного материала, так как дополнительная общеобразовательная программа имеет физкультурно-спортивную направленность, это осложняет разработку и применение в ней наглядного материала.

Однако рекомендациями выступили разработка и включение в дополнительную общеобразовательную программу комплекса наглядного материала.

Таким образом, после проведенного контроля мы выявили высокий уровень готовности залов к учебному году, соответствия материалов и оборудования развивающей предметно-пространственной среды для развития двигательной деятельности, а также высокий уровень организации работы по дополнительной общеобразовательной программе «Ритм танца».

### **2.3 Динамика уровня эффективности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования**

Для выявления динамики уровня достаточности методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования был проведен контрольный эксперимент.

В контрольном эксперименте принимали участие те же дети, что и в констатирующем.

На этапе контрольного среза нами были использованы те же диагностические методики, представленные в таблице 1, что и на констатирующем этапе.

Диагностическая методика 1 «Выполни по сигналу» (А.А. Ошкина).

Цель: выявление динамики уровня сформированности умения определять цель двигательной деятельности.

Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 1 «Выполни по сигналу» представлены в таблице 22.

Таблица 22 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 1 «Выполни по сигналу»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	10	2	8	13	2	5
100 %	50%	10%	40%	65%	10%	25%

После формирующего эксперимента низкий уровень сформированности умения принимать задачи показали 10% (2 детей). Эти дети и на контрольном этапе не приняли поставленные задачи. Лена С. и Женя Д. так и не приняли задачи. Женя выполнила задание верно, по свистку и хлопку, однако не выполнила по двойному свистку и не смогла рассказать, что ей нужно было сделать. Лена С. не смогла полностью повторить поставленную задачу, следовательно и не выполнила ее.

Средний уровень на данном этапе показали 13 детей, что составило 65%. Большинство детей (Коля П., Аким С., Маша К.) приняли правильно задачи, однако не выполняли одно условие (руки на поясе при выполнении всех движений). Таня Б. снова выполнила галоп левым боком.

Высокий уровень показали 5 детей. Светлана К., Алиса Б., Аня З., Настя К. и Леша С. выполнили все задания по сигналу, не перепутали порядок, меняли направление движения, а также держали руки на поясе.

Таким образом, после формирующего эксперимента мы видим положительную динамику: низкий уровень сократился на 40%, средний повысился на 25%, высокий – на 15%.

Диагностическая методика 2 «Изучение вида мотивов в сфере двигательной деятельности» (А.А. Ошкина).

Цель: выявить динамику сформированности мотивов в сфере двигательной деятельности.

Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 2 «Изучение вида мотивов в сфере двигательной деятельности» представлены в таблице 23.

Таблица 23 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 2 «Изучение вида мотивов в сфере двигательной деятельности»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	5	2	12	14	3	4
100 %	25%	10%	60%	70%	15%	20%

Низкий уровень показали 2 детей (Лева Б., Маша К.). Эти дети выбрали игровой мотив. Они также сказали, что им нравится просто играть с детьми.

Средний уровень показали 70% детей. Коля П., Слава Л., Аня З., Злата С., Таня Б., Полина Я и Милена М., которые показали на констатирующем этапе низкий уровень, продемонстрировали сейчас средний уровень. На этот раз они более точно приняли задачу.

Высокий же уровень продемонстрировали четыре ребенка. Света К., Надя М., Алиса Б. и Настя К. выбрали в приоритет соревновательный мотив и мотив личных достижений. Эти дети ставят игру после своих достижений и соревновательных моментов. Им больше хочется выиграть, показать себя, научиться чему-нибудь новому.

Таким образом, после формирующего эксперимента мы видим положительную динамику: низкий уровень сократился на 15%, средний повысился на 10%, высокий – на 5%.

Диагностическая методика 3 «Анализ развивающей предметно-пространственной среды» (А.А. Ошкина).

Цель: выявить динамику состояния условий для двигательной деятельности.

Сравнительный анализ развивающей предметно-пространственной среды до и после формирующего эксперимента представлены в приложении Е.

Из таблицы мы видим, что многие виды оборудования появились в залах. Появились мешочки для метания, переносной хореографический станок, гимнастическая скамья 2 метра, тоннель, комплект тактильных ковриков, разноцветные флажки.

Многое оборудование приобреталось в зал 1, потому как именно там отсутствовало много позиций. Например, гимнастические ковры, блоки для йоги, гантели, разметочные фишки, гимнастические палки, разметочные фишки, мячи массажеры, обручи.

При укомплектовании залов некоторое оборудование переносили в другой зал. Например, в зале 2 было 20 скакалок, когда по требованиям необходимо 10 штук, поэтому лишние 10 штук мы перенесли в зал 1. Ленты гимнастические с кольцом в зале 1 в количестве 5 штук были перенесены в зал 2, недостающие 5 лент докупили. Один лишний мяч зала 2 перенесли в зал 1. Таким образом, если в зале было большее количество оборудования, чем требуется, мы переносили в зал, где данного оборудования не хватало, недостающие остатки ТСК «Ритм» докупал. Отсутствуют лишь небольшое количество позиций, которые никак не применяются в данном учреждении.

Подводя итог, предметно-пространственная среда в ТСК «Ритм» значительно улучшилась. Появились новые виды оборудования, укомплектовали оба зала недостающим материалом. Таким образом, после

проведения формирующего эксперимента уровень развития предметно-пространственной среды находится на высоком уровне.

Диагностическая методика 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить динамику уровня сформированности танцевальных движений.

Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений» представлены в таблице 24, протоколы – приложение Е.

Таблица 24 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	10	2	8	11	2	7
100 %	50%	10%	40%	55%	10%	35%

Низкий уровень сформированности танцевальных движений на контрольном этапе продемонстрировали 2 ребенка, что составляет 10% от диагностируемых детей. Низкий уровень остался присущ Милене М. и Славе Л. Например, Слава Л. также выполнил пружинку, танцевальный шаг, шаг на полупальцах, выставление ноги на носок на средний уровень, однако прыжки, подскоки, галоп, выставление ноги на пятку остались на низком уровне. У Милены М. сумма баллов составила 11.

Средний уровень присущ 55% (11 детей). Данный уровень снова показали Арина М., Таня Б., Злата С. Стоит отметить, что у девочек увеличились баллы на 1, 4 и 2 балла соответственно.

Высокий уровень показали 7 детей (Алиса Б., Света К., Аня З., Аким С., Леша С., Лера И., Настя К), что составило лишь 35%. Светлана К. показала почти во всех видах танцевальных движений высокий уровень

развития (кроме бокового галопа). На высокий уровень сформированности танцевальных движений перешли Настя К., Лера И., Аня З., Аким С., Леша С.

Таким образом, после формирующего эксперимента мы видим положительную динамику: низкий уровень сократился на 40%, средний повысился на 15%, высокий – на 25%.

Диагностическая методика 5 «Бег на 30 метров» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить динамику развития скорости у детей.

Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 5 «Бег на 30 метров» представлены в таблице 25.

Таблица 25 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 5 «Бег на 30 метров»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	7	2	10	12	3	6
100 %	35%	10%	50%	60%	15%	30%

При повторном проведении методики, низкий уровень развития скорости показали лишь двое детей, что составило 10%. До формирующего эксперимента низкий уровень составлял 35%. Например, Маша К. пробежала первую попытку за 8.1 секунд, а вторую за 8.03 секунд, что является низким уровнем. Хочется отметить, что хоть ребенок и остался на том же уровне развития, однако показанные результаты улучшились. Таким образом, низкий уровень развития скорости сократился на 5 детей (25%).

Средний уровень продемонстрировали 12 детей, что составило 60%. Из таблицы мы видим, что процент среднего уровня развития скорости повысился на 10%. Средний уровень показали Лера В. (7.95 секунд), Полина Я. (7.79 секунд), Арина М. (8.0 секунд).

Высокий же уровень продемонстрировали 6 детей, что составило 30%. Высокий уровень повысился на 15% по сравнению с констатирующим

экспериментом. На высоком уровне остались Аким С., Света К., и Слава Л., а также Анна З., Злата С. и Леша С.

Таким образом, после формирующего эксперимента мы видим положительную динамику: низкий уровень сократился на 10%, средний повысился на 10%, высокий – на 15%.

Диагностическая методика 6 «Диагностический комплекс (И.А. Аршавский).

Цель: выявить динамику уровня развития координации у детей.

Упражнение 1 (сагиттальная плоскость).

В упражнении 1 низкий уровень не показал ни один ребенок, низкий уровень сократился на 5% и стал составлять 0%.

Средний уровень показали 40% (8 детей). Средний уровень показала Маша К., которая на констатирующем этапе показала низкий уровень. На контрольном этапе девочка выполняла верные ассиметричные движения, однако несколько раз сбилась и начала сначала. Также на этом уровне остались Леша С., Слава С., Таня Б.

Высокий уровень продемонстрировали больше половины испытуемых (60%). Эти дети выполняли движения в сагиттальной плоскости безошибочно. Сюда относятся все те же 10 детей, что были выявлены на констатирующем этапе, а также Полина Я. и Настя К.

Таким образом, динамика выглядит следующим образом: низкий уровень снизился на 5%, средний снизился на 5%, высокий повысился на 10%, что отражено в таблице 26.

Таблица 26 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс» Упражнение 1

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	1	-	9	8	10	12
100 %	5%	-	45%	40%	50%	60%



Упражнение 2 (вертикальная плоскость).

Контрольный эксперимент продемонстрировал следующие результаты.

Низкий уровень составил 0%. Ни один ребенок не выполнял движение симметрично, поэтому низкий уровень выявлен не был.

Средний уровень присущ 60% (12 детей). Эти дети либо периодически сбивались, либо делали смену рук одновременно. Средний уровень показали Лера В., Маша К., Надя М., Милена М., которые на констатирующем этапе показали низкий уровень развития координации в вертикальной плоскости.

Высокий уровень показали 40% (8 детей). Арина М. и Злата С. На данном этапе показали уже высокий уровень. Их смены были одновременными, четкими, а руки работали ассиметрично и не сбивались.

Из таблицы 27 мы видим, что низкий уровень сократился на 20%, средний и высокий выросли на 10%.

Таблица 27 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс». Упражнение №2

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	4	-	10	12	6	8
100 %	20%	-	50%	60%	30%	40%

Упражнение 3 (горизонтальная плоскость).

В диагностике координации рук в горизонтальной плоскости на контрольном этапе мы видим следующие результаты.

Низкий уровень не показал ни один ребенок, что сократило его показатель на 10%.

Средний уровень присущ 70% (14 детей), они показывали одновременную смену рук. К этим детям относятся Маша К., Аким С., Милена М.

Высокий уровень продемонстрировали 6 детей (30%): Света К., Арина М., Настя К., Злата С., Слава Л., Полина Я.

Итак, низкий и средний уровни снизились на 10%, высокий повысился на 20%, что отражено в таблице 28.

Таблица 28 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс». Упражнение 3

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	2	-	16	14	2	6
100 %	10%	-	80%	70%	10%	30%

Общие сравнительные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс» представлены в таблице 29.

Таблица 29 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 6 «Диагностический комплекс»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	2	-	12	12	6	8
100 %	10%	-	60%	60%	30%	40%

Низкий уровень снизился на 10% и составил 0%, средний остался неизменным (60%), высокий уровень вырос на 10% и составил 40%.

Диагностическая методика 7 «Бег на 150 метров» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить динамику уровня развития выносливости у детей.

Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 7 «Бег на 150 метров» представлены в таблице 30.

В данном диагностическом задании 25% детей продемонстрировали низкий уровень развития выносливости, что показывает нам сокращение процента низкого уровня на 30% по сравнению с констатирующим этапом. К числу детей, оставшихся на низком уровне развития выносливости, относятся

Лева Б., Таня Б. Лера В. Например, Таня Б. хоть и улучшила время дистанции на 1 секунду, однако все равно осталась на низком уровне.

Таблица 30 – Сравнительны количественные результаты по диагностической методике 7 «Бег на 150 метров»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	11	5	6	9	3	6
100 %	55%	25%	30%	45%	15%	30%

Средний уровень развития выносливости присущ 45% (9 детей). Количество детей на данном уровне возросло на 15% по сравнению с констатирующим экспериментом. Злата С. пробежала дистанцию за 38.9 секунд, Милена М. – за 39.8 секунд, тем самым повысили уровень своей выносливости. Также на этом уровне остались Арина М., Надя М., Коля П.

Высокий же уровень показали 30% (6 детей). Дети пробежали 150 метров менее чем за 36.5 секунд. Это три мальчика (Слава Л., Аким С. и Леша С.) и три девочки (Настя К., Света К. и Аня З.). Аня З. пробежала дистанцию за 36.3 секунд, Света К. – за 35.9 секунд.

Таким образом, низкий уровень сократился на 30%, средний и высокий повысились на 15%.

Диагностическая методика 8 «Разведение ног в стороны» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить динамику уровня развития гибкости у детей.

Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 8 «Разведение ног в стороны» представлены в таблице 31.

Низкий уровень развития гибкости показали 25% детей, что составляет на 25% меньше, чем на констатирующем этапе. Эти дети не смогли опуститься ниже отметки 20 сантиметров от пола. К этому уровню все так же относятся Слава Л., Лева Б. и еще два мальчика и одна девочка (Лера В.). Лера В. показала результат 21 см, как и на констатирующем этапе.

Таблица 31 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 8 «Разведение ног в стороны»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	10	5	7	10	3	5
100 %	50%	25%	35%	50%	15%	25%

Средний уровень развития гибкости показали 50% (10 детей). Результат этих детей в интервале от 10 до 20 сантиметров. Сюда относятся Арина М., Злата С., Аня З. и др. Девочки показали результаты 12, 14 и 16 сантиметров соответственно.

Высокий уровень в данном диагностическом задании продемонстрировали 25% (5 детей). К этим детям относятся Милена М., Леша С., Таня Б., Настя К., Света К. Таня Б. также продемонстрировала результат 0 см, Милена М. – 1 сантиметр, Леша – 8 сантиметров, Света – 9 сантиметров, Настя – 8 сантиметров.

Таким образом, низкий уровень сократился на 25%, средний вырос на 15%, высокий – на 10%.

Диагностическая методика 9 Полоса препятствий (И.А. Аршавский).

Цель: выявить динамику уровня развития ловкости у детей.

Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 9 «Полоса препятствий» представлены в таблице 32.

Таблица 32 – Сравнительные количественные результаты по диагностической методике 9 «Полоса препятствий»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	7	2	10	12	3	6
100 %	35%	10%	50%	60%	15%	30%

В диагностическом задании на выявление уровня ловкости на контрольном этапе низкий уровень продемонстрировали 10% (2 ребенка). Этот результат показали Милена М. и Надя М. девочки пробежали дистанцию за 7.2 и 8.1 секунд соответственно. Низкий уровень после формирующего эксперимента снизился на 25%.

Средний уровень показали на данном этапе 60%, что больше на 10%, чем на констатирующем этапе. Средний уровень продемонстрировала Таня Б., показав время 6.8 секунд (на констатирующем этапе ее результат был 7.25 секунд). Коля П. также показал результат лучше (6.3 секунд). Оба ребенка уже более маневренно обходили кегли, уже меньше сбавляли скорость на поворотах.

Высокий уровень показали 30% (6 детей). Сюда опять же относятся Света К., Аким С., Женя Д., а также Аня З., Настя К. и Слава Л. Эти дети очень быстро оббегали препятствия, не теряя скорость на поворотах. Их результат был ниже 6 секунд.

Таким образом, низкий уровень сократился на 25%, средний вырос на 10%, а высокий – на 15%.

Диагностическая методика 10 «Кистевая динамометрия» (И.А. Аршавский).

Цель: выявить динамику развития силы у детей.

Сравнительные количественные результаты на диагностической методике 10 «Кистевая динамометрия». Правая рука представлена в таблице 33.

Таблица 33 – Сравнительные количественные результаты на диагностической методике 10 «Кистевая динамометрия». Правая рука

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	5	1	8	10	7	9
100 %	25%	5%	40%	50%	35%	45%

Из таблицы мы видим, что низкий уровень составил всего 5%. Всего один ребенок (Милена М.) показал результат 6.3 килограмм. Тем самым низкий уровень был сокращен на 20%. Эти дети показали на контрольном этапе средний уровень развития силы.

Средний уровень показали 50% детей, 20 из которых показывали на констатирующем этапе низкий уровень развития силы правой руки (Лера В. – 8.3 килограмм, Полина Я. – 8.9 килограмм, Таня Б. – 8.5 килограмм, Лера И. – 9.0 килограмм).

Высокий уровень показали 45% (9 детей). Эти дети показали результат более 13 кг. Самый высокий результат все так же показал Аким С. – 14.7 килограмм. Высокий уровень развития силы продемонстрировали мальчики, которые показали средний уровень на констатирующем этапе (Коля П. и Леша С.). Их результаты составили 13.3 и 13.5 килограмм соответственно.

Таким образом, низкий уровень сократился на 20%, средний и высокий уровни выросли на 10%.

Сравнительные количественные результаты на диагностической методике 10 «Кистевая динамометрия» (левая рука) представлены в таблице 34.

Таблица 34 – Сравнительные количественные результаты на диагностической методике 10 «Кистевая динамометрия». Левая рука

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	10	5	8	10	2	5
100 %	50%	25%	40%	50%	10%	25%

Низкий уровень развития силы левой кисти продемонстрировали 25% детей, что на 25% меньше, чем на констатирующем этапе. Милена М. показала результат 5.6 килограмм, Лера И. – 6.0 килограмм. Количество детей с низким уровнем силы левой кисти значительно больше, чем правой. Левая рука у детей все еще отстает.

Средний уровень присущ половине диагностируемых детей. Эти дети показали результат в интервале от 7.1 до 11 кг. Лера В. показала результат 7.4 кг (на констатирующем этапе был результат 6.7 килограмм).

Высокий уровень развития показали 25% (5 детей). Аким С., Коля П., Слава Л., Света К., Злата С. Показали результат более 11 килограмм. Например, Коля П. показал результат 12.9 килограмм, что составляет на 0.4 килограмм больше, чем на констатирующем этапе. Злата С. продемонстрировала 11.4 килограмм. Аким снова показал самый лучший результат – 12.9 килограмм.

Таким образом, низкий уровень развития силы левой кисти сократился на 25%, средний вырос на 10%, высокий – на 15%.

Если подвести общий итог по уровню развитию силы кистей, то сравнительные количественные результаты будут выглядеть следующим образом.

Таблица 35 – Сравнительные количественные результаты на диагностической методике №10 «Кистевая динамометрия»

Количество детей	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
20	8	4	8	10	4	6
100 %	40%	20%	40%	50%	20%	30%

Из таблицы мы видим, что низкий уровень сократился на 20%, средний и высокий выросли на 10%.

При повторной диагностике уровня развития двигательной деятельности у детей 6-8 лет мы получили следующие результаты. Низкий уровень составил 15%, средний – 55%, высокий – 30%.

Итоговые сравнительные результаты представлены на рисунке 2.

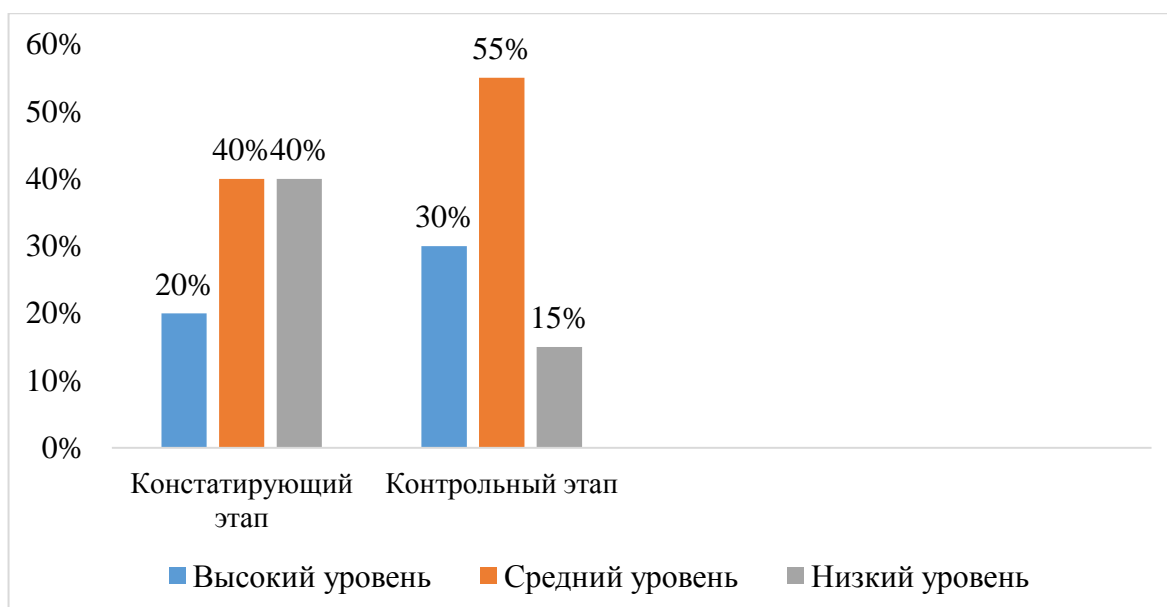


Рисунок 2 – Сравнительные количественные результаты развития двигательной деятельности детей 6-8 детей в системе дополнительного образования

Характеристика уровней развития двигательной деятельности детей 6-8 лет отражена в итоговых результатах.

Низкий уровень развития двигательной деятельности был выявлен у трех детей (15%). Для этих детей характерна малоподвижность, медлительность, они очень неуклюжие и слабые. К ним относится Лера В., Лева Б., Маша К.

Средний уровень развития был выявлен у 11 детей (55%) из группы. Дети со средним уровнем менее подвижны, координированы и ловки. Среди них Коля П., Злата С., Алиса Б.

Высокий уровень развития двигательной деятельности наблюдался у 30% (6 детей: Света К., Слава Л., Аким С., Аня З., Арина М., Настя К.). У этих детей предпочтительно высокие показатели двигательной деятельности. Они показывают высокий уровень в таких показателях, как скорость, выносливость, гибкость, координация и сила. Эти дети очень ловкие, быстрые и подвижные.



Таким образом, низкий уровень сократился на 25%, средний вырос на 15%, высокий – на 10%. Результаты контрольного эксперимента говорят об эффективности разработанного методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

Далее мы проверили состояние методического обеспечения в АНО ТСК «Ритм» после формирующего этапа.

Диагностическая методика 11 «Беседа с директором» (А.Н. Амелин).

Цель: выявить динамику достаточности методической документации по развитию двигательной деятельности у детей.

В ходе повторного проведения первой диагностической методики мы увидели следующую динамику результатов.

После повторной беседы с директором мы выделили те же документы, что и на констатирующем этапе, однако появились и новые документы по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет.

Таким образом, список структурных компонентов методической деятельности выглядит теперь следующим образом:

1. Учебно-программная документация:

- дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Ритм танца»;
- учебный план ТСК «Ритм»;
- календарно-тематический план на 2020-2021 учебный год.

2. Учебно-методическая документация:

- список литературы по проблеме развития двигательной деятельности детей;
- методические рекомендации для педагогов по формированию интереса к двигательной деятельности у детей;
- методические рекомендации для педагогов по взаимодействию с родителями по вопросам развития двигательной деятельности детей;
- методическая копилка «Подвижные игры для детей 6-8 лет»;

- учебные видеофильмы;
- формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся ТСК «Ритм»;
- материалы для контроля знаний;
- регламентирующие правила приема обучающихся в ТСК «Ритм»;
- режим занятий обучающихся ТСК «Ритм»;
- порядок и основания перевода, отчисления и восстановления обучающихся, порядок оформления возникновения, приостановления и прекращения отношений между образовательной организацией и обучающимися и (или) родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся.

### 3. Программно-планирующая документация:

- годовой план работы учреждения на 2020-2021 учебный год;
- план воспитательной работы на 2020-2021 учебный год;

### 4. Информационно-аналитическая документация:

- аналитический отчет о результатах деятельности педагога дополнительного образования;
- годовой отчет педагога дополнительного образования.

Таким образом, уровень состояния методической документации по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования в данный момент значительно обогащен и находится на высоком уровне.

Диагностическая методика 12 «Анализ календарно-тематических планов» (А.Н. Амелин).

Цель: выявить динамику уровня достаточности учебно-программной документации по развитию двигательной деятельности у детей.

Повторный анализ показал, что был составлен календарно-тематический план на 2020-2021 учебный год.

На формирующем этапе эксперимента был разработан усовершенствованный календарно-тематический план. Помимо обязательных

граф, была добавлена графа «оборудование». Также в календарно-тематическом плане появилось указание теоретических и практических занятий. В соответствии с требованиями к каждой теме занятия была определена форма контроля.

Таким образом, после формирующего эксперимента уровень состояния программно-планирующей документации по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в ТСК «Ритм» находится на высоком уровне. Календарно-тематический план соответствует всем требованиям, а также дополнен графой «оборудование».

Таким образом, после проведения контрольного эксперимента по выявлению уровня состояния методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в ТСК «Ритм», мы можем подвести итог. На формирующем этапе методическое обеспечение было усовершенствованно и сейчас находится в удовлетворительном состоянии.

В ТСК «Ритм» была разработана дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Ритм танца», методическая копилка «Подвижные игры для детей 6-8 лет», написаны учебно-тематические и календарно-тематические планы.

В методической документации появилось подробное описание использования методов, форм работы с детьми по развитию двигательной деятельности, а также рекомендации педагогам по работе по данному направлению с детьми и родителями.

Появились рекомендации по усовершенствованию развивающей предметно-пространственной среды, а также методические указания по применению их в работе с детьми.

Результаты контрольного эксперимента говорят об эффективности разработанного методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

## **Выводы по второй главе**

Во второй главе магистерской диссертации представлен ход и результаты экспериментальной работы, которая включала констатирующий, формирующий и контрольный этапы. Нами было проанализировано состояние методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования. Также нами была создана дополнительная общеобразовательная программа «Ритм танца».

На констатирующем эксперименте мы смогли оценить уровень состояния методического обеспечения по развитию двигательной деятельности по следующим показателям: наличие методической документации, а также состояние программно-планирующей документации по развитию двигательной деятельности у детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

На данном этапе был выявлен низкий уровень состояния методического обеспечения по развитию двигательной деятельности. Также на данном этапе мы изучили уровень развития двигательной деятельности детей 6-8 лет, показателями которой выступали: цель, мотив, условия двигательной деятельности, вид движений, а также результат двигательной деятельности. На констатирующем этапе определена необходимость разработки методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

В ходе формирующего эксперимента мы убедились в необходимости разработки содержания методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования. Методическим обеспечением выступает дополнительная общеобразовательная программа «Ритм танца».

На формирующем этапе мы разработали и внедрили программу.

Анализ результатов контрольного среза показывает положительную динамику уровня состояния методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования и эффективность работы на формирующем этапе. На данном этапе мы диагностировали высокий уровень состояния методического обеспечения.

Таким образом, мы подтвердили верность выдвинутой нами гипотезы. Компонентами методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет выступают целевой, содержательный, организационный компоненты. Разработанное содержание компонентов методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования и этапы их реализации доказывают их эффективность.

В ходе исследования разработано содержание и компоненты методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

## Заключение

В проведенном нами исследовании дан анализ проблемы методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования. Теоретическое исследование проблемы, а также результаты экспериментальной работы подтвердили выдвинутую гипотезу и позволили сформулировать следующие выводы.

1. В результате теоретического исследования проблемы было выявлено, что проблема разработки методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования является актуальной. Нами были рассмотрены различные подходы к понятиям «методическое обеспечение», «двигательная деятельность», «дополнительное образование». Дано определение «методическое обеспечение по развитию двигательной деятельности детей» – это комплекс методических документов по развитию двигательной деятельности, который включает в себя планы, учебные пособия, программы.

2. Результаты констатирующего эксперимента показали недостаточный уровень методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

3. Методическое обеспечение по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования включает:

- экспериментальное обоснование критериального аппарата, необходимого для объективной оценки методического обеспечения развития двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования,
- четыре комплекса методической документации (учебно-программная, учебно-методическая, программно-планирующая, информационно-аналитическая),
- дополнительную общеобразовательную программу физкультурно-спортивной направленности.

4. В результате реализации методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования произошли положительные изменения. Появилась вся недостающая ранее документация, которая необходима для грамотной работы, т.к. является документацией, регламентирующей деятельность педагогов и организации в целом. Состояние программно-планирующей документации значительно улучшилась. Была разработана и апробирована программа физкультурно-спортивной направленности, написаны конспекты занятий. Значительно обогатилась развивающая предметно-пространственная среда для развития двигательной деятельности, а также появилось отражение использования ее в календарно-тематических планах и конспектах.

Таким образом, можно сделать вывод, что полученные результаты экспериментального исследования свидетельствуют об эффективности проведенной работы по разработке и реализации методического обеспечения по развитию двигательной деятельности детей 6-8 лет в системе дополнительного образования.

## Список используемой литературы

1. Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. : КноРус, 2011. 365 с.
2. Битнер А. В. Использование нетрадиционного инвентаря в работе по развитию двигательной деятельности с детьми дошкольного возраста // Проблемы дошкольного образования на современном этапе : сборник научных статей. Выпуск 16 / отв. ред. О.В. Дыбина; под ред. С.Е. Анфисовой, А.Ю. Козловой, А.А. Ошкиной. Тольятти : НаучПолис, 2020. 1 оптический диск.
3. Битнер А. В. Развитие у детей 6-7 лет координации движений посредством зумбы [Электронный ресурс] URL: <https://dspace.tltsu.ru/> (дата обращения: 18.05.2021).
4. Битнер А. В. Взаимодействие педагогов с родителями по вопросам двигательной деятельности детей // Проблемы образования на современном этапе: материалы студенческой научно-практической конференции, 5-16 апреля 2021 г. Выпуск X / сост. О.В. Дыбина, Е.В. Некрасова, Е.А. Сидякина. Тольятти : НаучПолис, 2021.
5. Битнер А. В. Движения зумбы как средство повышения двигательной активности детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] // Ранняя профориентация детей дошкольного возраста : направления, технологии, культурные практики. Тольятти, 2019.
6. Битнер А. В. Рекомендации по проектированию методического обеспечения по развитию двигательной деятельности в системе дополнительного образования // Проблемы образования на современном этапе : материалы студенческой научно-практической конференции, 13–17 апреля 2020 г. Выпуск IX / сост. О.В. Дыбина, Е.В. Некрасова, Е.А. Сидякина. Тольятти : НаучПолис, 2020. 1 оптический диск.
7. Бутин И. М. Развитие физических способностей детей. Ярославль : Гринго, 1996. 172 с.



8. Воротилкина И. М. Организация двигательной активности дошкольников. М. : Просвещение, 1998. С. 34-38.
9. Герчиков И. Н. Менеджмент: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям экономики и управления. М. : Юнити-Дана, 2005. 799 с.
10. Глазырина Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М. : Центр Владос, 2005. 175 с.
11. Гриневич И. М. Методическое сопровождение воспитателя в условиях современной дошкольной образовательной организации: учебно-методическое пособие. Ставрополь: СКIRO ПК и ПРО, 2018. 86 с.
12. Дерябина А. Л. Оздоровительно-досуговые и фитнес-технологии: компетентностный подход. Чита : ЗабГГПУ, 2012. 140 с.
13. Дополнительное образование детей в изменяющемся мире: развитие востребованности, привлекательности, результативности : материалы IV Международной научно-практической конференции, Челябинск, 14-15 ноября 2019 года. Челябинск : ЧИППКРО, 2019. 351 с.
14. Дополнительное образование детей в России: единое и многообразное / под редакцией С. Г. Косарецкого, И.Д. Фрумина. М. : Издат. Дом Высшей шк. Экономики, 2019. 275 с.
15. Зимонина В. Н. Расту здоровым. М. : Творческий Центр Сфера, 2013. 127 с.
16. Кожухова Н. Н. Методика физического воспитания и развития ребенка. М : Академия, 2008. 349 с.
17. Костюк Е. А. Планирование двигательной активности детей. Челябинск: Два комсомольца, 2014. С. 36-37.
18. Кузнецов М. Н. Здоровье ищем в движениях. М. : АРКТИ, 2001. С. 14-17.
19. Лямцева И. В. Двигательная деятельность детей дошкольного возраста как психолого-педагогическая проблема // Актуальные задачи

педагогике: материалы V Междунар. Науч. Конф. Чита : Издательство Молодой ученый, 2014. С. 61-66.

20. Мамаев А. Р. Педагогическая технология формирования двигательных качеств средних подростков в дополнительном образовании : диссертация кандидата педагогических наук. Саранск, 2015. 186 с.

21. Никитушкина Н. Н. Управление методической деятельностью спортивной школы: научно-методическое пособие. М. : Советский спорт, 2012. 199 с.

22. Никишина И. В. Диагностическая и методическая работа в дошкольных образовательных учреждениях. Волгоград : Учитель, 2008. 156 с.

23. Ошкина А. А. Формирование у дошкольников здорового образа жизни (элемент – двигательная деятельность). Ульяновск : 2012. 103 с.

24. Подольская Е. И. Необычные физкультурные занятия для дошкольников. Волгоград : Учитель, 2010. 167 с.

25. Радость в движении : Программа развития двигательной деятельности детей 3-7 лет и методические рекомендации к ней / под ред. О.В. Дыбиной. Тольятти : Фонд «Развитие через образование», 2007. 128 с.

26. Развитие физических и интеллектуальных способностей дошкольников с использованием инновационных технологий: программа методических мероприятий и опыт работы. Санкт-Петербург : Политехнического ун-та, 2013. 86 с.

27. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. М. : Мозаика-Синтез, 2000. 255 с.

28. Теория физической культуры и технология физического воспитания: сборник статей по результатам научно-практической деятельности магистрантов отделения физической культуры Астрахань, 2014. 108 с.

29. Фомин Н. А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика: методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников. М. : Баласс, 2008. 137 с.
30. Фомин Н. А. Физиологические основы двигательной активности. М. : Физкультура и спорт, 1991. 223 с.
31. Чернова Л. В. Журнал контроля и оценки развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ. М. : Учитель, 2015. 145 с.
32. Чиркова И. В. Формирование у детей 6-7 лет мотивов к двигательной деятельности посредством игр физкультурной тематики [Электронный ресурс] URL: <https://dspace.tltsu.ru/> (дата обращения: 18.05.2021).
33. Akari Kamimura The Effect of Awareness of Physical Activity on the Characteristics of Motor Ability Among Five-Year-Old Children [Электронный ресурс] URL: <https://link.springer.com> (дата обращения: 20.05.2021).
34. Cretu M. Modern strategies for regulating the motor activity of preschool and school age children in the educational space [Электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 20.05.2021).
35. Kristin Wick Interventions to Promote Fundamental Movement Skills in Childcare and Kindergarten: A Systematic Review and Meta-Analysis [Электронный ресурс] URL: <https://link.springer.com> (дата обращения: 20.05.2021).
36. Leah E. Robinson Motor Program on Motor Skills and Self-Regulation in Head Start Preschoolers: An Efficacy Trial [Электронный ресурс] URL: <https://www.frontiersin.org> (дата обращения: 20.05.2021).
37. Nan Zeng Effects of Physical Activity on Motor Skills and Cognitive Development in Early Childhood: A Systematic Review [Электронный ресурс] URL: <https://www.hindawi.com> (дата обращения: 20.05.2021)

Приложение А  
Список детей, участвующих в эксперименте

Таблица А.1 – Список детей, участвующих в эксперименте

Имя, Ф. ребенка	Возраст
1 Аким С.	7 л. 1 мес.
2 Алиса Б.	6 л. 0мес.
3 Аня З.	6 л. 2 мес.
4 Арина М.	6 л. 10 мес.
5 Женя Д.	7 л. 0 мес.
6 Злата С.	6 л. 5 мес.
7 Коля П.	6 л. 4 мес.
8 Лева Б.	6 л. 2 мес.
9 Лена С.	7 л. 4 мес.
10 Лера В.	7 л. 2 мес.
11 Лера И.	6 л. 9 мес.
12 Леша С.	6 л. 11 мес.
13 Маша К.	6 л. 10 мес.
14 Милена М.	6 л. 6 мес.
15 Надя М.	7 л. 1 мес.
16 Настя К.	6 л. 1 мес.
17 Полина Я.	7 л. 3 мес.
18 Света К.	6 л. 7 мес.
19 Слава Л.	6 л. 3 мес.
20 Таня Б.	6 л. 8 мес.

## Приложение Б

### Протоколы проведения диагностических методик на констатирующем этапе

Таблица Б.1 – Протокол проведения диагностической методики 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений»

Имя, Ф. ребенка	Вид танцевального движения									Уровень
	Пружинка	Прыжок	Танцевальный шаг	Шаг на полупальцах	Выставление ноги вперед на носок	Выставление ноги вперед на пятку	Подскок	Боковой галоп	Общий балл	
Света К.	3	3	3	3	3	3	2	2	22	В
Арина М.	2	2	2	2	3	3	2	2	18	С
Аня З.	3	2	3	2	3	3	2	1	19	С
Алиса Б.	3	3	2	3	2	3	2	3	21	В
Настя К.	3	2	2	3	2	2	2	2	18	С
Женя Д.	1	1	2	1	2	2	1	1	11	Н
Слава Л.	2	1	2	2	2	1	1	1	12	Н
Лева Б.	2	1	1	2	2	1	1	1	11	Н
Коля П.	2	2	1	2	2	1	1	1	12	Н
Лера В.	2	1	2	1	2	1	1	1	11	Н
Лера И.	2	2	2	2	2	3	2	2	17	С
Аким С.	3	2	2	3	3	2	2	2	19	С
Леша С.	3	2	2	3	3	2	1	1	19	С
Маша К.	2	1	1	2	2	1	1	2	12	Н
Милена М.	1	2	2	1	1	2	1	1	11	Н
Таня Б.	2	1	1	3	2	3	2	1	15	С
Злата С.	2	2	2	3	2	2	2	2	17	С
Полина Я.	1	1	2	2	2	2	1	1	12	Н
Надя М.	1	1	1	2	2	2	1	1	11	Н
Лена С.	2	1	2	1	1	1	1	1	10	Н

Продолжение Приложения Б

Таблица Б.2 – Анализ наполняемости развивающей предметно-пространственной среды в залах ТСК «Ритм»

Наименование оборудования	Количество	Зал 1	Зал 2
Палка гимнастическая	12	–	15
Комплект разноцветных кеглей	5	–	1
Скакалка детская	10	–	20
Ворота с сеткой	2	–	–
Мешочки для метания (набор)	10	–	–
Комплект мячей-массажеров	5	–	1
Лента гимнастическая с кольцом	10	15	–
Платки цветные	10	–	–
Мячи резиновые	2	–	3
Тоннель	1	–	–
Мяч прыгающий	1	–	–
Дуга для подлезания	2	–	1
Комплект тактильных ковриков	6	–	–
Мат детский	2	–	2
Флажки разноцветные	25	–	–
Спорткомплекс из мягких модулей	1	–	–
Баскетбольная стойка с регулируемой высотой	1	–	–
Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см	5	–	3
Гимнастический набор № 2 для построения полосы препятствий и развития основных движений	1	–	–
Кольцетброс	3	–	–
Разметочная фишка	10	–	–
Канат для перетягивания	1	–	–
Гантели 2 шт . по 0,5 кг	6	–	10
Корзина для мячей	2	–	1
Сетка для мячей с кольцом	2	–	–
Конус сигнальный	6	–	2
Скамья гимнастическая 2 м	1	–	–
Скамья гимнастическая 3 м	1	–	1
Музыкальный центр	1	+	+
Степ платформы	10	–	+
Аптечка медицинская настенная	1	+	+
Зеркало (во всю стену)	1	+	+
Тренажер для пресса	1	–	+
Мяч для фитнеса	5	–	+
Станок хореографический двухрядный	1	–	+
Брусья навесные	1	–	+
Лестница для функционального тренинга длинная	1	–	+

Продолжение Приложения Б

Продолжение таблицы Б.2

Наименование оборудования	Количество	Зал 1	Зал 2
Подушка балансировочная	5	+	+
Блок для йоги	15	–	+
Коврик гимнастический	30	–	+
Резинка для растяжки	15	+	+
Утяжелители с различным весом	15	+	+

## Приложение В

### **Консультация для педагогов «Двигательная деятельность и ее значение»**

Цель: повысить уровень профессиональной компетентности педагогов по проблеме двигательной деятельности детей 6-8 лет.

Задачи:

1. Изучить и закрепить представления педагогов о двигательной деятельности детей.
2. Рассмотреть возможные формы работы с детьми по развитию двигательной деятельности.
3. Рассмотреть несколько методик для выявления уровня развития двигательной деятельности.
4. Рассмотреть возможность использования нетрадиционных материалов в работе с детьми.

План консультации:

1. Понятие «двигательная активность» и ее задач.
2. Формы организации двигательной активности.
3. Методики на выявление уровня двигательной деятельности.
4. Нетрадиционный инвентарь в работе с детьми 6-8 лет.

Здравствуйте, уважаемые педагоги! Сегодня мы с Вами собрались, чтобы обсудить очень важную для нас всех тему. Двигательная активность является важной составляющей для развития каждого ребенка, и это является задачей каждого педагога. Но мы с Вами являемся не просто общеобразовательным учреждением, мы – дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности, поэтому мы в еще большей степени должны владеть теоретическими знаниями, методиками, формами и методами работы с детьми по данной проблеме.

Каждый из Вас недавно отвечал на вопросы анкетирования для педагогов для выявления уровня Вашей компетентности.



## Продолжение Приложения В

По итогам этого анкетирования мы разработали данную лекцию, чтобы заполнить «пробелы» в Ваших знаниях. Все Вы обязательно изучали данные вопросы, но время идет, что-то забывается, что-то разрабатывается новое, поэтому, я думаю, что каждый из Вас будет рад почерпнуть немного нового из нашей с Вами встречи.

Итак, двигательная деятельность – это естественная необходимость организма для всестороннего развития ребенка.

Изучали столь важную деятельность детей такие ученые, как Э.А. Степаненкова, А.Г. Щедрина, А.А. Маркосян.

Развитие двигательной деятельности происходит на протяжении всего периода взросления ребенка, однако старший дошкольный возраст является сензитивным для многих двигательных способностей, поэтому возраст 6-8 лет является особо актуальным для нас.

Задачами двигательной активности детей являются:

1. Формирование и укрепление здоровья детей.
2. Формирование жизненно-необходимых двигательных навыков и умений.
3. Формирование привычки и положительного отношения к ЗОЖ.
4. Повышение двигательной активности детей.
5. Повышение устойчивости детей к различным заболеваниям.

Рассмотрим формы двигательной деятельности в соответствии с ФГОС ДО:

1. ОД по физической культуре.
2. Утренняя гимнастика.
3. Подвижные игры.
4. Физкультминутки.
5. Оздоровительно-профилактическая гимнастика.

## Продолжение Приложения В

6. Гимнастика после сна.
7. Закаливающие процедуры.
8. Физкультурные упражнения на прогулке.
9. Спортивные игры, соревнования, праздники, развлечения.
10. Ритмика, аэробика, секции, кружки.
11. Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.

Давайте теперь рассмотрим те формы работы, которые мы можем использовать в рамках системы дополнительного образования.

Секции, кружки уже являются формой проведения двигательной деятельности, но какие формы еще Вы как педагоги можете использовать в своей работе?

Подвижные игры обязательно будут присутствовать при работе с детьми. Они являются одним из главных средств развития двигательной деятельности. Во время игры дети закрепляют навыки, повышают выносливость, ловкость, скорость.

Спортивные игры, соревнования, праздники и развлечения могут очень активно применяться в Вашей работе, как элемент урока (небольшое соревнование) или как настоящие полноценные соревнования (со зрителями и судьями).

Теперь мы рассмотрим методики для выявления уровня двигательной деятельности детей. Необходимо в начале года и в конце (как минимум) проводить контрольные срезы для выявления уровня двигательной деятельности детей. Для чего? В первую очередь, чтобы видеть результаты своей работы. Работает ли Ваша методика? Проанализировав результаты, Вы сможете уже понять, что методика работает или ее нужно «доработать».

Итак, что же нужно диагностировать у детей первоочередно?

1. Уровень развития быстроты.

## Продолжение Приложения В

2. Уровень развития координации.
3. Уровень развития выносливости.
4. Уровень развития гибкости.
5. Уровень развития ловкости.
6. Уровень развития силы.

На слайде Вы можете увидеть различные варианты методик для каждого показателя диагностики. Это лишь малая часть методик, которые могут помочь продиагностировать уровень развития двигательной деятельности. Вы можете применять и другие методики, однако мы советуем эти методики, потому что они малозатратны по времени и ресурсам.

Таблица В.1 – Методики для диагностики уровня двигательной деятельности

Показатель	Методика
Быстрота	Бег на 30 м Челночный бег
Координация	Диагностический комплекс (И.А. Аршавский) Упражнение 1 Горизонтальная плоскость. Упражнение 2 Сагиттальная плоскость. Упражнение 3 Вертикальная плоскость.
Выносливость	Бег на 150 м Бег в течение 30 с.
Гибкость	Разведение ног в стороны Наклоны вниз
Ловкость	Полоса препятствий Подбрасывание и ловля мяча Бег зигзагом
Сила	Кистевая динамометрия

Последнее о чем хотелось бы сегодня Вам рассказать будет использование нетрадиционного инвентаря для развития двигательной деятельности в работе с детьми.

## Продолжение Приложения В

«Мы рассмотрим достаточно новые разновидности инвентаря, которые можно использовать как на занятиях физической культурой в детских садах, школах, а также в сфере дополнительного образования и спорта. Мы изучим сам инвентарь, какие функции он выполняет, а также по несколько упражнений на каждый из них.

Зачастую детям очень сложно понять, какие мышцы и как включать в работу, а различные тренажеры дают возможность включить в работу именно их. Например, у детей младшего возраста обычно нет проблем с развитием квадрицепса, а вот с внутренними мышцами бедра обратная ситуация. Дети не понимают, что именно нужно включать в работу, не могут прочувствовать эти мышцы, а включение этих мышц очень важно во многих видах спорта. Как раз эту проблему и помогают решать новые виды инвентаря или новое использование старого» [2].

Для начала представим список инвентаря, который будет раскрываться в данной статье:

1. Координационная лестница.
2. Балансировочная подушка.
3. Кубики для йоги.
4. Мячи для фитнеса разных размеров.
5. Нейроскакалка.

Начнем рассматривать наш список с координационной (или скоростной) лестницы. Для начала «что это такое?». Это достаточно простой тренажер, который состоит из ячеек в виде лестницы. Все видели хоть раз веревочную лестницу, так вот это она же, только лежать в данном случае она будет на полу. Обычно боковые стороны сделаны из ткани (лент), а сами перекладины из пластмассы. На слайде Вы можете увидеть координационную лестницу.

## Продолжение Приложения В

После того, как мы рассмотрели, как она выглядит, перейдем к ее назначению. По двум ее названиям (координационная и скоростная) понятно, что в первую очередь она развивает координацию и скорость, но это не все. Также лестница развивает ловкость, маневренность, выносливость, прыгучесть.

В первое время после ее появления, она использовалась в основном футболистами, однако сейчас все больше и больше используется в различных видах спорта. Некоторые сады и школы также начали использовать ее в своих занятиях. Это не удивительно, ведь лестница действительно является очень действенным тренажером, а также позволяет разнообразить наполняемость занятия. Главный плюс этого тренажера – огромное количество различных упражнений. Ниже представим несколько из них.

### Упражнение на координационной лестнице 1.

Необходимо наступать в каждую ячейку двумя ногами поочередно, начиная с правой.

- правая нога наступает в ячейку;
- левая нога наступает в ту же ячейку.

После чего движение продолжается до конца лестницы. Выполнять данное движение, необходимо не опуская пяток (на подушечках), как можно быстрее.

### Упражнение на координационной лестнице 2.

Данное упражнение построено на прыжках. Каждый прыжок осуществляется с продвижением на одну ячейку. Не опускать пятки, все выполняется на подушечках.

- прыжок двумя ногами в ячейку;
- прыжок двумя ногами по бокам ячейки (по сторонам).

### Упражнение на координационной лестнице 3.

## Продолжение Приложения В

Самое сложное из трех представленных. Оно требует особого внимания и сосредоточения. Переход на следующую ячейку происходит после прохождения всех трех позиций: слева от лестницы, в ячейке, справа. Далее происходит переход на следующую ячейку.

И. п.: слева от лестницы на уровне первой ячейки.

- правая нога в ячейку;
- левая нога в ячейку;
- правая нога из ячейки в правую сторону;
- левая нога из ячейки в правую сторону.

Мы рассмотрели всего три возможных упражнения из огромного множества. Можно комбинировать из двух упражнений в одно, тем самым его усложняя. И уровни сложности сильно отличаются друг от друга. Если Вы только внедряете упражнения на координационной лестнице, то отберите простые упражнения и постепенно усложняйте.

Далее мы познакомимся с балансировочной подушкой. Она представляет собой некий резиновый диск, внутри которого находится воздух. Однако воздух не полностью заполняет полость, что и позволяет выполнять упражнения на ней. На слайде Вы можете увидеть балансировочную подушку.

Какая польза от балансировочной подушки? В первую очередь, балансировочная подушка развивает равновесие. Также она заставляет включаться в работу мышцы-стабилизаторы, которые зачастую не развиваются. Обычно подушка покрыта шипами, которые выполняют массажные действия при использовании, и помогает формировать свод стопы.

Приведем в пример три варианта использования балансировочной подушки, но и тут выбор вариантов упражнений достаточно обширен.

Упражнение на балансировочной подушке 1.

## Продолжение Приложения В

Самое простое из возможных упражнений, но это не значит, что его легко выполнить. Необходимо встать на подушку двумя ногами, после чего начать медленно перекачивать вес с носков до пяток и обратно.

### Упражнение на балансировочной подушке 2.

Данное упражнение выполняется сидя на подушке. Здесь включаются в работу мышцы и пресса, и ног, и рук. Сидя на подушке, ребенок поднимает руки в стороны, ноги в диагональ в положение «уголок». В таком положении ребенок старается «поймать» равновесие.

### Упражнение на балансировочной подушке 3.

Ребенок встает двумя ногами на подушку, руки в сторону. После того, как ребенок «поймал» равновесие, он медленно поднимает одну ногу и старается задержаться на пару секунд, после чего нога опускается, затем нога меняется. Для усложнения можно не просто поднимать ногу от подушки, а уводить ее в позицию «ласточки».

Следующим, что мы рассмотрим, будут кубики для йоги. Это кубики, выполненные в основном из пенопласта, реже из дерева. Из названия понятно, что кубики (или блоки) пришли в использование из йоги. Однако сейчас использование блоков сильно расширилось.

Например, блоки могут помочь в развитии равновесия. Это могут быть стойки на блоках на двух или одной ноге, прыжки на блоках, перепрыгивание, запрыгивание на них и т.д.

Также блоки могут помочь в развитии стоп, в особенности силы и растяжении. С помощью кубиков можно выполнять «закачивание» мышц стопы. Для этого необходимо встать на край кубика так, чтобы на нем остались только пальцы и подушечка стопы, после чего опустить пятку максимально к полу и вытолкнуть ее вверх.

## Продолжение Приложения В

Если выполнять такое упражнение систематически по 12-15 раз, результат не заставит себя долго ждать. Также в момент опускания пятки к полу, хорошо растягивается и укрепляется ахиллово сухожилие.

Кубики можно использовать для контроля над положением корпуса в различных упражнениях. Например, в планке, чтобы проверить ровно ли ребенок держит положение корпуса, не перекачивается ли вес с одной руки на другую во время упражнения.

Также с помощью блоков можно развивать высоту прыжка, постепенно добавляя все больше кубиков. Их часто используют в развитии гибкости. Например, когда у ребенка гибкость развита на низком уровне, кубики помогают более комфортно заниматься. В то же время, когда гибкость на высоком уровне и многие упражнения ребенок выполняет правильно и необходимо усложнить, на помощь придут кубики, которые помогут растягивать «в минус». Например, ребенок сидит на шпагате и, если подложить под стопу один-два кубика, ему будет, куда растягиваться дальше.

Упражнений с кубиками для йоги огромное множество, очень часто они играют вспомогательную роль, однако они очень эффективны и все больше начинают пользоваться популярностью.

Мячи для фитнеса. Они бывают различных размеров от маленьких, которыми можно разогревать стопу, до большого диаметра в 85 см.

Маленькие мячи используются в основном для разминки стопы перед началом занятия или наоборот после нагрузки в виде массажа для снятия болевых ощущений.

Например, упражнение с маленьким мячом. Поставить босую ногу на мячик и прокатывать его по стопе в течение одной минуты, затем повторить другой ногой.

Использование мячей среднего размера очень обширно. Их используют и для развития ловкости, равновесия, силы.



## Продолжение Приложения В

Например, использование мяча для развития внутренней части бедра и стопы. Мяч необходимо зажать между коленями ребенка. Присогнуть ноги перед прыжком, затем вытолкнуться вверх. В момент прыжка стопу необходимо натянуть.

Использование большого мяча или как его еще называют «фитбол» тоже набирает популярность. За счет использования фитбола можно усложнить упражнения, которые ребенок уже легко выполняет. Например, различные планки, гиперэкстензии, отжимания на фитболе. Неустойчивость мяча заставляет включаться в работу дополнительные мышцы, вестибулярный аппарат.

Планка на большом мяче. Необходимо поставить руки на пол ладонями на ширине плеч, ноги ставим на мяч. Необходимо продержаться минимум 30 секунд, постепенно увеличивая время. Можно и наоборот: руки поставить на мяч, ноги на пол.

Последний тренажер, который бы хотелось рассмотреть в данной статье – нейроскакалка. Со скакалкой знакомы все, но что такое нейроскакалка? Она совсем недавно появилась, но почти каждый ребенок знаком с ней. Это тренажер, который покорило многих педагогов и тренеров.

Эта скакалка надевается на одну ногу и раскручивается. Одна нога, на которой надета скакалка, всегда стоит на полу, другая – перепрыгивает.

Что развивает эта новая игрушка? «Выносливость, координацию, чувство баланса, внимание и др. Обычно у ребенка хорошо получается на одной ноге, а на второй – значительно хуже. И если развивать вторую ногу, а также крутить в разные стороны на каждой ноге, тем самым будет происходить развитие обоих полушарий головного мозга» [12].

Но самое главное – эта скакалка придется по душе каждому ребенку и разнообразит занятие, что немало важно в достижении результата.

## Продолжение Приложения В

Таким образом, мы рассмотрели несколько малоиспользуемых в детских садах и школах тренажеров, раскрыли их пользу и представили по несколько упражнений с ними. Однако это далеко не все тренажеры, которые можно включать в занятия. Также существуют резинки для растяжки с петлями, резина для фитнеса, фитнес палки, валик для йоги и многое другое.

Подведем итог, мы с Вами освежили в памяти знания о двигательной деятельности, ее задачах, формах работы, методиках выявления уровня развития двигательной деятельности, а также рассмотрели использование нового нетрадиционного материала в работе с детьми.

Хотелось бы услышать Ваше мнение:

– Узнали ли Вы что-то новое?;

– Все ли Вы использовали в своей работе?;

–Что-то изменится в работе с детьми после нашей с Вами консультации?

Спасибо за внимание! Если у Вас будут какие-то вопросы, я с радостью отвечу на них!

## Приложение Г

### **Беседа «Взаимодействие педагогов с родителями по вопросам двигательной деятельности детей»**

Дорогие педагоги, здравствуйте! Сегодняшняя тема нашей встречи «Взаимодействие педагогов с родителями по вопросам двигательной деятельности детей». Каждый из Вас ответил, что не проводит работу с родителями, именно поэтому мы с Вами сегодня собрались и постараемся разобраться, в чем ее необходимость и как правильно выстроить работу с родителями.

Дорогие педагоги, запомните, что никакая даже самая лучшая методика преподавания не будет работать достаточно эффективно, если она будет реализоваться лишь между педагогами и детьми без участия родителей. Необходимо взаимодействие «педагоги-дети-родители».

«Взаимодействие с родителями детей позволит поднять уровень осведомленности о двигательной деятельности детей, тем самым объединить усилия педагогов и родителей в развитии двигательной деятельности детей. Совместная работа педагогов и родителей позволит увеличить эффективность работы, сформировать потребность в ЗОЖ в семье и обеспечить преемственность работы клуба и семьи» [4].

Важность работы с родителями мы рассмотрели, а теперь рассмотрим, каким же образом мы можем взаимодействовать с родителями.

Беседа – традиционная форма работы с родителями. Здесь могут обсуждаться особенности двигательной деятельности детей, могут предлагаться варианты организации совместной двигательной деятельности с детьми дома, а также могут быть предложены книги, буклеты или видео с информацией к изучению. Эта форма имеет место быть, но не стоит часто использовать ее в работе с детьми, т.к. у родителей отчасти есть возможность не почувствовать в обсуждении или могут вовсе «заскучать».

## Продолжение Приложения Г

На данный момент существует множество различных форм работы, где родители «включаются и погружаются» в процесс. К примеру, открытые занятия для родителей. На таких занятиях родители могут увидеть уровень развития двигательных навыков своих детей. Насколько мы знаем, Вы проводите открытое занятие раз в год (в конце декабря), чтобы показать чему дети научились за 4 месяца. Но мы предлагаем Вам проводить открытые занятия раз в месяц. Родители будут чаще видеть, в чем их дети преуспевают, а в чем нет. Благодаря этому родители могут дома помочь ребенку в том, что у него может не получаться. И, конечно, такие открытые занятия демонстрируют работу педагога, что является важным моментом для родителей. Создаются условия для формирования детско-взрослого коллектива. Как итог, открытые занятия – отличный вариант взаимодействия с родителями.

Дни открытых дверей – еще один из вариантов взаимодействия, где родители будут находиться в процессе с детьми. Сейчас очень популярно проводить дни открытых дверей для родителей, где они могут поучаствовать в процессе вместе со своими детьми. Участие родителей в процессе благотворно влияет на обе стороны. Как показывает практика, дети стараются больше обычного, чтобы порадовать родителей и присутствие родителей очень мотивирует их. А родители, в свою очередь, могут прочувствовать занятие на себе, лучше понять своего ребенка. Педагоги, возьмите эту форму на заметку!

Консультации являются традиционной формой работы с родителями и очень важной. Бывают случаи, когда нужно обсудить с родителями поведение ребенка (найти причину), дать рекомендации для домашних заданий или провести любую беседу с родителями индивидуально. Эта форма работы с родителями должна обязательно присутствовать!

## Продолжение Приложения Г

Мы рассмотрели с Вами наиболее действенные формы взаимодействия с родителями, которые можно использовать в работе в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Мы надеемся, что информация, которую Вы сегодня услышали, будет полезной, и Вы примените ее на практике.

И хотелось бы услышать обратную связь от Вас, уважаемые педагоги. Что нового Вы узнали? Что показалось Вам интересным? Может быть, у Вас остались какие-то вопросы?

Спасибо за внимание!

## Приложение Д

### **Мастер-класс для педагогов «Использованию элементов зумбы в работе с детьми»**

Добрый день, уважаемые педагоги!

Сегодня хотелось бы рассмотреть один из вариантов повышения двигательной активности детей. Мы раскроем потенциал использования танцевальных движений зумбы. Рассмотрим более подробно, что же такое зумба.

Зумба – танцевальная фитнес-программа на основе популярных латиноамериканских ритмов. Появившееся в 1990-х годах новое фитнес-направление зумба сегодня обрело в мире невероятную популярность. В стиле зумба танцуют от мала до велика. Зумба-фитнесс состоит из простых движений, собранных в разных танцевальных стилях. Первоначально зумба объединяла элементы исключительно латиноамериканских танцев, затем появились модифицированные версии, среди которых и Zumbatonic (ориентированная для малышей и включает элементы игры, веселой музыки).

Зумба – это не просто набор движений, выполняемых под музыку, а специальная разработанная профессионалами программа, ставящая своей целью развитие концентрации внимания, чувств ритма, координации движений. Данные танцы также заставляют работать мышцы практически всего мышечного атласа, что положительно сказывается не только на внешней физической форме, но и на состоянии здоровья человека.

Каждое занятие дэнс-аэробики Зумба состоит из четырех этапов:

- упражнения для разогрева мышц;
- разучивание движений;
- танцевальная часть;
- расслабление мышц, растяжка (стретчинг).

## Продолжение Приложения Д

Хореография в зумбе обычно очень простая и состоит всего из нескольких движений, которые объединяются в связки и повторяются в течение всей песни.

Zumba kids представляет собой веселые, энергичные упражнения, из которых состоят детские танцевальные связки. Многим родителям нравится детская зумба, ведь она развивает танцевальные навыки, улучшает координацию и, в целом, очень положительно воздействует на малыша. Детям также нравятся такие занятия, они поднимают настроение, придают уверенность в себе, дают возможность весело провести время. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях зумбой дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память [3].

Польза занятий зумбой для детей:

- гармоничное развитие растущего организма;
- тренировка сердечно-сосудистой системы способствует ее правильному функционированию в дальнейшем;
- развитие дыхательной системы, обучение правильному дыханию;
- разработка всех групп мышц способствует формированию привлекательной фигуры в процессе взросления;
- развитие ловкости и пластики;
- формирование правильной осанки;
- развитие умения работать в коллективе;
- психологическая разрядка.

Таким образом, мы видим, что зумба предотвращает те самые проблемы, которые могут возникать при недостаточной двигательной деятельности. На организм и здоровье ребенка зумба влияет лишь положительно.

## Продолжение Приложения Д

После знакомства с пользой зумбы остается лишь один вопрос:

– Какие варианты использования зумбы возможны в дошкольной образовательной организации?

Рассмотрим включение зумбы в различные формы физкультурно-оздоровительной работы. Итак, из существующих форм физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации элементы зумбы можно включить в следующие формы: занятий по дополнительной программе, НОД по физическому развитию, утренняя гимнастика, физкультминутки, физкультурные праздники, спортивные развлечения, недели здоровья.

Разучивание и освоение элементов зумбы проводится на занятиях по дополнительной образовательной программе. Эти занятия в старшей и подготовительной к школе группах составляют 20-30 минут, что обеспечивает возможность проведения полноценной образовательной деятельности в соответствии со структурой занятий зумбой. Использование зумбы повышает интерес к физической культуре и двигательной активности.

Элементы зумбы могут стать частью НОД по физическому развитию. Можно использовать несколько вариантов применения элементов зумбы на занятиях: в начале занятия – в качестве разминки; в основной части – в качестве комплекса ОРУ, танцевального комплекса; в заключительной части – в качестве подвижной игры.

Следующей формой физкультурно-оздоровительной работы для включения элементов зумбы является утренняя гимнастика. Она является одной из важнейших компонентов двигательного режима детей дошкольного возраста. После освоения детьми связки зумбы, можно использовать данную связку на утренней гимнастике. Можно использовать как полную замену утренней гимнастики (при использовании нескольких танцев), либо как часть ее.



## Продолжение Приложения Д

Содержанием физкультминутки также можно сделать элементы зумбы. Важным условием проведения образовательной деятельности является физкультминутка. Один танец зумбы может полностью заменить ее. В середине образовательной деятельности можно проводить один танец зумбы. После этого вернуться к образовательной деятельности. Танец заменяет привычные пальчиковые и зрительные гимнастики, упражнения с сопровождением стихов. Танец отлично выполняет свою роль – снятие утомления у детей.

И, наконец, элементы зумбы могут стать составляющим недели здоровья. Можно использовать элементы зумбы как показательные выступления. Но данная форма работы требует усердной и системной тренировки.

Ниже представлена таблица, в которой описаны основные элементы зумбы.

Таблица Д.1 – Элементы зумбы

Название движения	Исполнение
Меренг-шаг	Исполняется на месте. Выполняются поочередные переступание ногами, делая имитацию, что давим виноград
Меренге-ту-степ	В данном движении следующее исполнение: И.п.: основная стойка; 1 – шаг правой ногой в сторону; 2 – приставляется левая нога к правой; 3 – шаг правой ногой в сторону; 4 – приставляется левая нога к правой; 5-8 – аналогично в обратную сторону
V-step	И.п.: основная стойка; 1 – правая нога диагонально вперед; 2 – левая нога диагонально вперед; 3 – правая нога в исходное положение; 4 – левая нога в исходное положение

## Продолжение Приложения Д

Продолжение таблицы Д.1

Название движения	Исполнение
Сальса-шаг в сторону	И.п.: основная стойка; 1 – правой ногой шаг в сторону; 2 – левой ногой приставка; 3 – левой ногой шаг в сторону; 4 – правой ногой приставка
Сальса-шаг вперед-назад	И.п.: основная стойка; 1 – правой ногой шаг вперед; 2 – левой ногой приставка; 3 – левой ногой шаг назад; 4 – правой ногой приставка
Скрестный шаг	И.п.: основная стойка. 1 – правая нога в сторону; 2 – левая нога скрестно за правую; 3 – правая нога в сторону; 4 – левая нога приставляется к правой. 5-8 – аналогично в обратную сторону
«В сторону, в сторону, вместе, вместе»	И.п.: основная стойка; 1 – правая нога в сторону; 2 – левая нога в сторону; 3 – правая нога на исходное положение; 4 – левая нога на исходное положение

Самый важный момент для Вас как для педагогов – методика обучения зумбе. Ниже представлены этапы изучения элементов зумбы.).

1 этап – организация образовательной деятельности с детьми по первоначальному разучиванию основных элементов танца зумба без использования музыки.

2 этап – организация образовательной деятельности с детьми по углубленному разучиванию основных элементов танца зумба и соединению их в танцевальные связки.

3 этап – организация образовательной деятельности с детьми по закреплению танцевальных связок зумбы с применением музыки.

## Продолжение Приложения Д

Итак, в сегодня мы рассмотрели зумбу как средство повышения двигательной активности детей дошкольного возраста, представили различные варианты использования зумбы в физкультурно-оздоровительных формах работы с детьми. А также рассмотрели этапы обучения детей элементам зумбы.

После теоретической части обучения, прошел мастер-класс от педагога зумбы для педагогов СТК «Ритм». Во время этого мастер-класса педагог продемонстрировал все движения зумбы, описанные выше. Все вместе педагоги исполнили данные движения. В конце мастер класса педагоги исполнили небольшую связку из элементов зумбы под музыку. После мастер-класса педагоги получили сертификаты о прохождении обучения на детского тренера зумбы.

## Приложение Е

### Протоколы проведения диагностических методик на контрольном этапе

Таблица Е.1 – Протокол проведения диагностической методики 4 «Характеристика выполнения основных танцевальных движений» на контрольном этапе

Имя ребенка	Вид танцевального движения									Уровень
	Пружинка	Прыжок	Танцевальный шаг	Шаг на полупальцах	Выставление ноги вперед на носок	Выставление ноги вперед на пятку	Подскок	Боковой галоп	Общий балл	
Света К.	3	3	3	3	3	3	3	2	23	В
Арина М.	3	2	2	2	3	3	2	2	19	С
Аня З.	3	3	3	3	3	3	2	2	22	В
Алиса Б.	3	3	2	3	3	3	3	3	23	В
Настя К.	3	3	2	3	3	2	2	2	20	В
Женя Д.	2	1	2	1	3	2	1	1	13	С
Слава Л.	2	1	2	2	2	1	1	1	12	Н
Лева Б.	2	1	2	2	2	2	1	1	13	С
Коля П.	2	2	2	2	2	2	2	1	15	С
Лера В.	2	1	2	2	2	2	1	1	13	С
Лера И.	2	2	2	2	2	3	2	2	20	В
Аким С.	3	2	3	3	3	3	2	2	21	В
Леша С.	3	2	3	3	3	2	2	2	22	В
Маша К.	2	2	1	2	2	2	1	2	14	С
Милена М.	1	2	2	1	1	2	1	1	11	Н
Таня Б.	2	2	2	3	3	3	2	2	19	С
Злата С.	2	2	2	3	3	3	2	2	19	С
Полина Я.	2	1	2	2	2	2	1	1	13	С
Надя М.	2	2	1	2	2	2	2	1	14	С
Лена С.	2	1	2	2	2	2	1	1	13	С

Продолжение Приложения Е

Таблица Е.2 – Протокол сравнительного анализа наполняемости развивающей предметно-пространственной среды в залах ТСК «Ритм» на констатирующем и контрольном этапах

Наименование оборудования	Зал 1 до формирующего эксперимента	Залы 1 после формирующего эксперимента	Зал 2 до формирующего эксперимента	Зал 2 после формирующего эксперимента
Палка гимнастическая	–	12	15	12
Комплект разноцветных кеглей	–	1	1	1
Скакалка детская	–	10	20	10
Ворота с сеткой	–	–	–	–
Мешочки для метания (набор)	–	10	–	10
Комплект мячей-массажеров	–	5	1	5
Лента гимнастическая с кольцом	15	10	–	10
Платки цветные	–	–	–	–
Мячи резиновые	–	2	3	2
Тоннель	–	1	–	1
Мяч прыгающий	–	–	–	–
Дуга для подлезания	–	1	1	1
Комплект тактильных ковриков	–	–	–	6
Мат детский	–	–	2	2
Флажки разноцветные	–	25	–	25
Спорткомплекс из мягких модулей	–	–	–	–
Баскетбольная стойка с регулируемой высотой	–	–	–	–
Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 сантиметров	–	5	3.	5.

Продолжение Приложения Е

Продолжение таблицы Е.2.

Наименование оборудования	Зал 1 до формирующего эксперимента	Залы 1 после формирующего эксперимента	Зал 2 до формирующего эксперимента	Зал 2 после формирующего эксперимента
Гимнастический набор № 2 для построения полосы препятствий и развития основных движений	–	–	–	–
Кольцеброс	–	3	–	3.
Разметочная фишка	–	10	–	10
Канат для перетягивания	–	–	–	–
Гантели 2 штуки по 0,5 килограмм	–	6	10	6
Корзина для мячей	–	2	1	2
Сетка для мячей с кольцом	–	2	–	2
Конус сигнальный	–	6	2	6
Скамья гимнастическая 2 метра	–	–	–	1.
Скамья гимнастическая 3 метра	–	–	1	1
Музыкальный центр	+	1	+	1 шт.
Степ платформы	–	–	+	–
Аптечка медицинская настенная	+	1	+	1
Зеркало (во всю стену)	+	1	+	1
Тренажер для пресса	–	–	+	1
Мяч для фитнеса	–	–	+	5
Станок хореографический двухрядный	–	1	+	1.
Брусья навесные	–	–	+	1

## Продолжение Приложения Е

Продолжение таблицы Е.2.

Наименование оборудования	Зал 1 до формирующего эксперимента	Залы 1 после формирующего эксперимента	Зал 2 до формирующего эксперимента	Зал 2 после формирующего эксперимента
Лестница для функционального тренинга длинная	–	1	+	1
Подушка балансировочная	+	5	+	5
Блок для йоги	–	15	+	15
Коврик гимнастический	–	15	+	15.
Резинка для растяжки	+	15	+	15.
Утяжелители с различным весом	+	15	+	15.

Приложение Ж  
**Разработанные карты контроля**

Таблица Ж.1 – Карта контроля готовности тренировочных залов к учебному году

Объект контроля	Балл
<b>Безопасность</b>	
Безопасность помещения	
Соответствие санитарно-гигиеническим требованиям	
<b>Насыщенность</b>	
Эстетичность и привлекательность оформления	
Соответствие возрастным особенностям	
Условия для взаимодействия с родителями	
Эстетичность оформления информационных стендов для родителей	
<b>Программно-методическое обеспечение</b>	
Сведения о детях	
Сведения о семьях воспитанников	
План работы с семьями	
Перспективный план	
Календарный план	
Итого:	

Уровень соответствия: \_\_\_\_\_

Члены комиссии: \_\_\_\_\_

Таблица Ж.2 – Критерии определения уровня готовности тренировочных залов к учебному году

Уровень	Количество баллов	Последствия
Низкий уровень (не соответствует)	0-1,5	Повторный контроль после устранения всех замечаний
Средний уровень (соответствует частично)	1,51-2,5	Исправление недочетов без повторного контроля
Высокий уровень (соответствует полностью)	2,51-3	Без замечаний



Продолжение Приложения Ж

Таблица Ж.3 – Карта контроля материалов и оборудования развивающей предметно-пространственной среды для развития двигательной деятельности

Наименование оборудования	Количество	Залы 1	Зал 2
Палка гимнастическая	12		
Комплект разноцветных кеглей	5		
Скакалка детская	10		
Мячи резиновые	2		
Тоннель	1		
Дуга для подлезания	2		
Мат детский	2		
Флажки разноцветные	25		
Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см	5		
Гимнастический набор № 2 для построения полосы препятствий и развития основных движений	1		
Разметочная фишка	10		
Гантели 2 шт . по 0,5 кг	6		
Корзина для мячей	2		
Скамья гимнастическая 2 м	1		
Скамья гимнастическая 3 м	1		
Музыкальный центр	1		
Степ платформы	10		
Аптечка медицинская настенная	1		
Зеркало (во всю стену)	1		
Тренажер для пресса	1		
Мяч для фитнеса	5		
Станок хореографический двухрядный	1		
Брусья навесные	1		
Лестница для функционального тренинга длинная	1		
Подушка балансировочная	5		
Блок для йоги	15		
Коврик гимнастический	30		
Резинка для растяжки	15		
Утяжелители с различным весом	15		

Рекомендации: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Проверку проводил: \_\_\_\_\_

## Продолжение Приложения Ж

Таблица Ж.4 – Критерии определения уровня соответствия материалов и оборудования развивающей предметно-пространственной среды для развития двигательной деятельности

Уровень	Количество баллов	Последствия
Низкий уровень (не соответствует)	0-1,5	Повторный контроль
Средний уровень (соответствует частично)	1,51-2,5	Устранение недочетов
Высокий уровень (соответствует полностью)	2,51-3	Без замечаний

Приложение И  
**Заполненные карты контроля**

Таблица И.1 – Карта контроля готовности залов к учебному году в ТСК «Ритм»

Объект контроля	Балл
Безопасность	
Безопасность помещения	2
Соответствие санитарно-гигиеническим требованиям	3
Насыщенность	
Эстетичность и привлекательность оформления	3
Соответствие возрастным особенностям	2
Условия для взаимодействия с родителями	
Эстетичность оформления информационных стендов для родителей	3
Программно-методическое обеспечение	
Сведения о детях	3
Сведения о семьях воспитанников	3
План работы с семьями	3
Перспективный план	3
Календарный план	3
Средний балл	2,8

Уровень соответствия: высокий

Члены комиссии: А.В. Битнер, А.П. Присяжная

## Продолжение Приложения И

Таблица И.2 – Карта контроля материалов и оборудования развивающей предметно-пространственной среды для развития двигательной деятельности в ТСК «Ритм»

Наименование оборудования	Количество	Залы 1	Зал 2
Палка гимнастическая	12	3	3
Комплект разноцветных кеглей	5	2	3
Скакалка детская	10	3	3
Мячи резиновые	2	3	3
Тоннель	1	3	3
Дуга для подлезания	2	2	3
Мат детский	2	1	3
Флажки разноцветные	25	3	2
Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см	5	3	3
Гимнастический набор № 2 для построения полосы препятствий и развития основных движений	1	3	3
Разметочная фишка	10	2	3
Гантели 2 шт . по 0,5 кг	6	3	3
Корзина для мячей	2	2	2
Скамья гимнастическая 2 м	1	3	3
Скамья гимнастическая 3 м	1	3	3
Музыкальный центр	1	3	3
Степ платформы	10	2	3
Аптечка медицинская настенная	1	3	3
Зеркало (во всю стену)	1	3	3
Тренажер для пресса	1	1	3
Мяч для фитнеса	5	3	3
Станок хореографический двухрядный	1	3	3
Брусья навесные	1	3	3
Лестница для функционального тренинга длинная	1	3	3
Подушка балансировочная	5	3	3
Блок для йоги	15	3	2
Коврик гимнастический	30	3	3
Резинка для растяжки	15	2	2
Утяжелители с различным весом	15	2	2
Итого:	2,52 – высокий уровень		

Рекомендации: оборудовать оба зала до полного соответствия, приобрести в зал 1 переносной хореографический станок.

Члены комиссии: А.В. Битнер, А.П. Присяжная

## Продолжение Приложения И

### И.3 – Карта контроля организации работы по дополнительной общеобразовательной программе

Вопрос контроля	+/-
Систематичность проведения занятий	+
Обеспечение охраны жизни и здоровья воспитанников	+
Наличие дополнительной общеобразовательной программы	+
Журнал учета посещаемости	+
Методический и накопительный материал	+
Материалы контроля качества	+
Подготовка педагога к проведению занятий: – наличие конспекта; – наглядный материал	+
	-
Организация взаимодействия с родителями	+

Рекомендации: разработать комплекс наглядного материала, который можно использовать во время реализации дополнительной общеобразовательной программы «Ритм танца».

Члены комиссии: А.В. Битнер, А.П. Присяжная

## Приложение К

### **Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Ритм танца» для детей 6-8 лет**

Пояснительная записка. На сегодняшний день все чаще мы встречаем детей, которые отдают предпочтение малоподвижным занятиям, таким как просмотр мультфильмов, настольные игры, игры в телефоне. Физически сильных, ловких и быстрых детей становится все меньше, и это вызывает большую тревогу у нынешних педагогов.

Организм ребенка развивается каждодневно. Уровень и темп развития его роста в каждый период жизни неравномерен.

Активное развитие таких органов как печень, сердце, почки, легкие происходит в период от рождения ребенка до 9 лет. В этот же период происходит увеличение мышечной массы, развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата. Развитие опорно-двигательного аппарата очень важно для овладения ребенком разнообразных движений.

Исходя из того, что многими авторами доказано, что двигательная деятельность «является одновременно и условием, и фактором развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер», то становится очевидной необходимость разработки вопросов совершенствования двигательной деятельности детей.

В детском саду или школе дети получают лишь основные фундаментальные знания. В старших классах в настоящее время, к сожалению, обучение направлено лишь на сдачу экзаменов поступление в ВУЗ. А как же развитие творческого потенциала ребенка, приобретение дополнительных знаний, умений, навыков? Все это ребенку может предоставить дополнительное образование.

В частности, двигательной деятельности в программах отводится недостаточное количество часов. Помогает справиться с данной проблемой система дополнительного образования.

## Продолжение Приложения К

Поэтому мы убеждены, что развитие двигательной деятельности в системе дополнительного образования нуждается в изучении и усовершенствовании.

Основной задачей педагога дополнительного образования в области физической культуры и спорта – приобщение ребенка к здоровому образу жизни, воспитание любви к движению, активности. В отличие от уроков физической культурой в школе, где занимаются все дети, независимо от их желания, в системе дополнительного образования мотивация у детей изначально выше, т.к. они занимаются по собственному желанию.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы. Актуальность: физически сильных, ловких и быстрых детей становится все меньше, и это вызывает большую тревогу у нынешних педагогов. Необходимость повышения двигательной активности детей, потому как за последнее десятилетие в России отмечается стойкая тенденция к ухудшению показателей здоровья детей дошкольного возраста. Значительно снизилось число абсолютно здоровых детей, отмечается рост функциональных отклонений, нарушений физического развития и снижения функциональных возможностей организма.

Новизна программы состоит в том, что в ее содержание включены основные направления танца (бально-спортивный танец, эстрадный танец, ритмика, партерная гимнастика) в сочетании с элементами зумбы, что позволяет ознакомить детей со многими танцевальными стилями.

Цель программы: развитие физических качеств детей.

Задачи программы:

- формирование у детей знаний об основах различных видов танцев;
- формирование у детей выразительности, артистизма и пластичности;

## Продолжение Приложения К

- формирование чувства ритма, музыки и умения согласовывать свои движения с музыкой.
- развитие физических качеств (сила, быстрота, гибкость, ловкость, координация, равновесие, выносливость);
- формирование техники танцевальных движений;
- формирование правильной осанки;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие трудолюбия;
- воспитание всесторонне развитой личности;
- воспитание эстетического восприятия.

Программа рассчитана на детей 6-8 лет.

Срок реализации программы: 2 года.

Занятия проводятся 3 раза в неделю, то есть 12 часов в месяц.

Общее количество часов на реализацию программы: 216 часов.

Форма работы (коллективная, индивидуальные занятия по необходимости).

Планируемые результаты. Первый год обучения (6-7 лет):

- иметь представления о правилах поведения на занятии;
- уметь воспроизвести простейшие ритмические рисунки по заданному образцу;
- уметь взаимодействовать со сверстниками;
- уметь повторять движения по образцу;
- знать основы танца зумба;
- знать танцы бально-спортивной программы (вальс, квикстеп, самба);
- знать основные позиции ног и рук;
- знать основные движения, используемые на занятиях и понимать их назначение.



## Продолжение Приложения К

Второй год обучения (7-8 лет):

- иметь представления о значении слов темп, ритм, акцент;
- знать названия движения танцев бально-спортивной программы;
- знать и понимать значение «танцевальная фраза»;
- знать технику выполнения бально-спортивного танца;
- уметь координировать движения своего тела;
- уметь ориентироваться в танцевальной терминологии<sup>4</sup>
- уметь самостоятельно и эмоционально исполнять танец зумба перед зрителями;
- уметь технично выполнять элементы спортивной хореографии;
- уметь ориентироваться в танцевальном зале;
- уметь уверенно выступать перед зрителями.

Цель мониторинга – определение степени освоения детьми программы.

Комплексная оценка развития двигательных качеств строится на следующих показателях:

- развитие быстроты;
- развитие силы;
- развитие гибкости;
- развитие ловкости;
- развитие координации.

Оценка осуществляется по 3-бальной шкале:

- 1 балл – низкий уровень. Для этих детей характерна малоподвижность, медлительность, они очень неуклюжие и слабые.;
- 2 балла – средний уровень. Дети со средним уровнем более подвижны, координированы и ловки;
- 3 балла – высокий уровень. У этих детей предпочтительно высокие показатели двигательной деятельности.

## Продолжение Приложения К

Таблица К.1 – Учебно-тематическое планирование первого года обучения

Тема занятия	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие	0	3	3
Основы бально-спортивного танца	0	18	18
Зумба	0	18	18
Основы эстрадного танца	0	9	9
Ритмика	0	18	18
Общая физическая подготовка	0	18	18
Партерная гимнастика	0	9	9
Танцевальные упражнения у станка	0	9	9
Танцы-игры	0	6	6
Итого:	0	108	108

Таблица К.2 – Учебно-тематическое планирование второго года обучения

Тема занятия	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие	0	1	1
Основы бально-спортивного танца	0	18	18
Зумба	0	30	30
Основы эстрадного танца	0	9	9
Ритмика	0	5	5
Общая физическая подготовка	0	9	9
Партерная гимнастика	0	18	18
Танцевальные упражнения у станка	0	18	18
Итого:	0	108	108

Формы контроля и оценочные материалы. В течение реализации программы проводится контроль. Вводный контроль проводится в самом начале занятий при приеме детей (сентябрь), промежуточный контроль проводят после окончания первого учебного года (май первого года обучения), и, наконец, итоговый – в конце реализации программы (май второго года обучения). Также дополнительными способами контроля являются отчетные открытые занятия, концерты и соревнования.

## Продолжение Приложения К

Конкурсы, зачеты, праздники являются формами предъявления результатов, а грамоты, дипломы, медали и кубки – формы фиксации результатов.

Основные формы работы:

- группой;
- физкультурный досуг;
- спортивный праздник;
- соревнования.

Основные методы организации процесса:

- показ;
- словесное описание движений;
- соревновательный метод;
- игровой метод.

Необходимое оборудование и оснащение:

- хореографический станок;
- фитнес коврики;
- мячи;
- фитнес-палки;
- кубики для йоги;
- музыкальная аппаратура.

Кадровое обеспечение.

Главная задача тренера – организация тренировочного процесса, постановка и отработка танцев, подготовка к соревнованиям.

Для достижения результатов тренеру необходимо:

- готовить план проведения каждой тренировки, учитывая индивидуальные особенности обучающихся;
- заниматься психолого-педагогической работы с кадрами;
- следить за соблюдением техники безопасности детьми и педагогами.