

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ 7-8 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА

Выпускная квалификационная работа

Выполнил: Платонов Р.И.

Руководитель: Блинова М.Л.



ЦЕЛЬ:

разработка методики развития
быстроты движений детей 7-8 лет
средствами настольного тенниса.

ЗАДАЧИ:

- - изучить теоретические источники и передовой педагогический опыт по вопросам методики развития быстроты движений детей 7-8 лет средствами настольного тенниса;
- - разработать и апробировать методику развития быстроты движений детей 7-8 лет средствами настольного тенниса;
- - при помощи педагогического эксперимента доказать эффективность методики развития быстроты движений детей 7-8 лет средствами настольного тенниса.

ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ БАЗА:

- ГБУ Республики Марий Эл «Комплексная СШОР». В исследовании приняли участие 20 юных теннисистов - мальчиков, в возрасте от 7 до 8 лет.

ЭТАПЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:

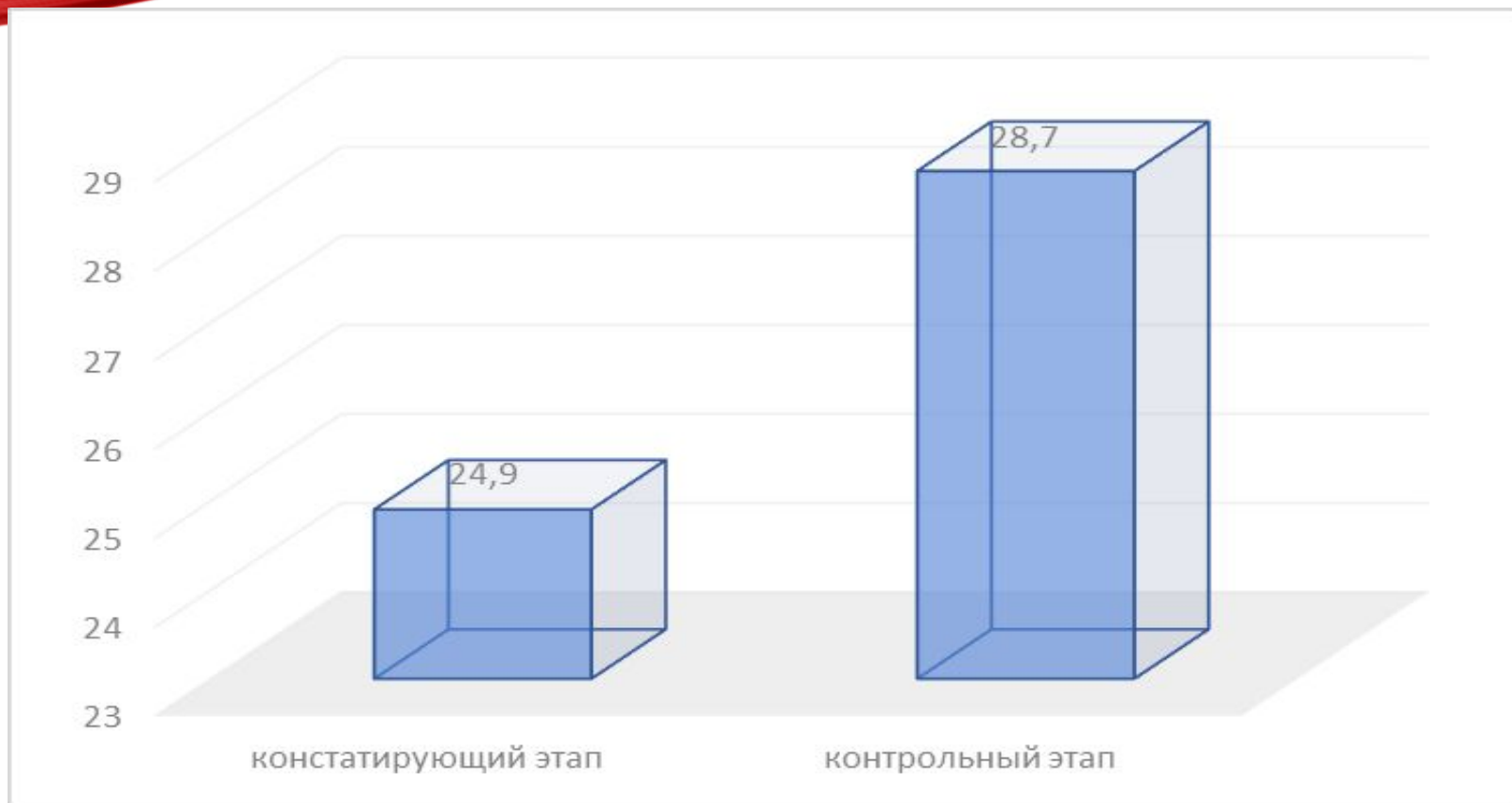
- Первый этап исследования был проведен в сентябре 2020 и носил теоретический характер. На этом этапе был проведен анализ теоретических источников по теме выпускной квалификационной работы, изучен передовой педагогический опыт в данной области, изложенный в научных публикациях, сформулированы цель и задачи исследования, его гипотеза.
- Второй этап исследования был проведен в период с сентября по декабрь 2020 года и носил практический характер. На данном этапе решались задачи разработки и экспериментальной апробации методики развития быстроты движений детей 7-8 лет средствами настольного тенниса.
- Третий этап исследования был проведен в декабре 2020 года и носил аналитический характер. В ходе этого этапа были проанализированы результаты педагогического эксперимента, направленного на апробацию и оценку эффективности методики развития быстроты движений детей 7-8 лет средствами настольного тенниса. Также на этом этапе были обобщены результаты теоретического и практического исследования, сформулированы выводы, оформлен текст выпускной квалификационной работы.

ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ:

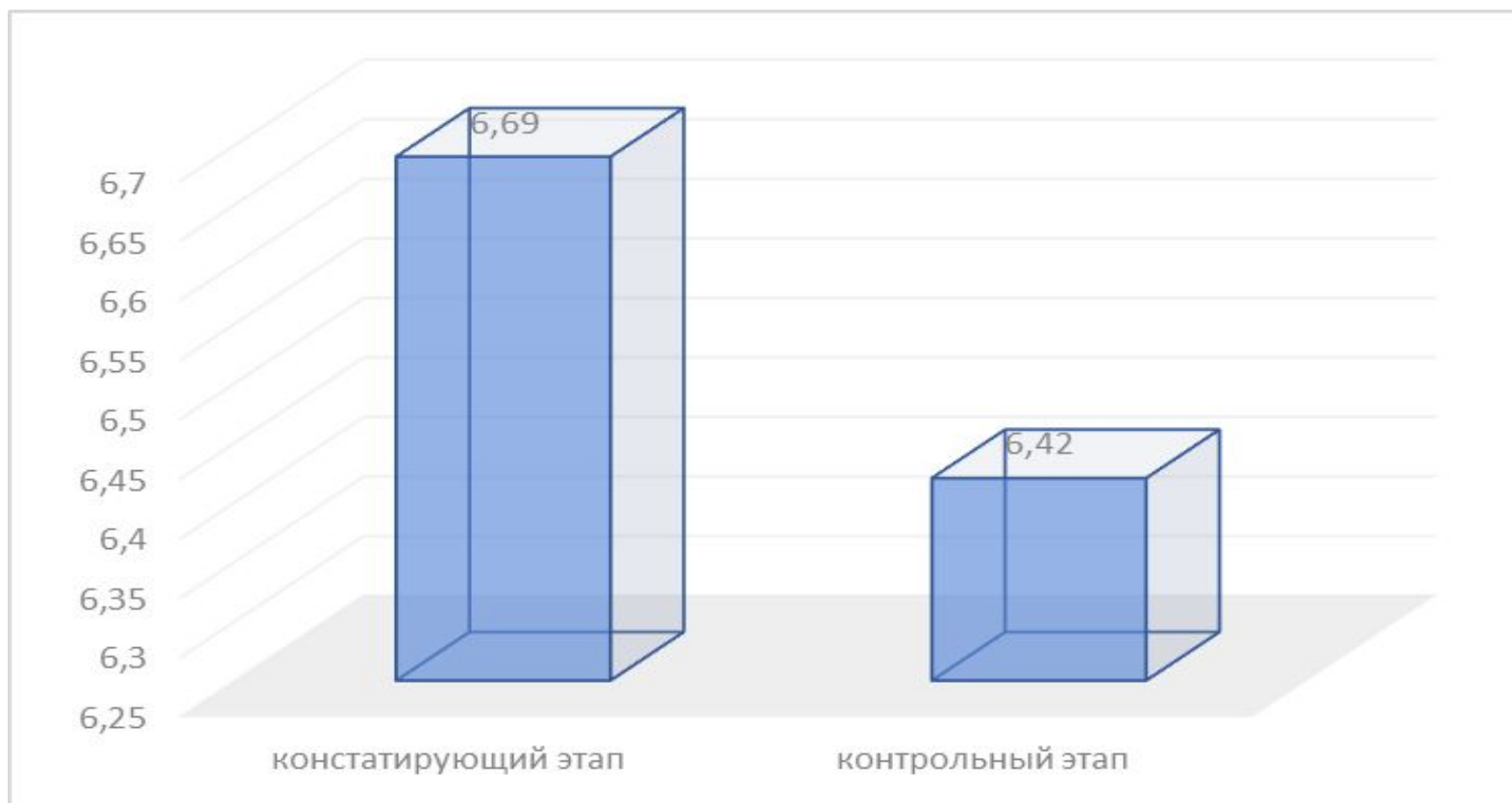
Цель	Повышение эффективности развития быстроты движений детей 7-8 лет, средствами настольного тенниса
Целевая группа	Мальчики 7-8 лет, занимающиеся в секции настольного тенниса (начальный этап подготовки)
Длительность	3 месяца (сентябрь-ноябрь 2020 года)
Принципы	<ul style="list-style-type: none">- последовательности;- постепенного нарастания нагрузок;- индивидуального подхода.
Средства	- физические упражнения
Методы	<ul style="list-style-type: none">- повторный;- игровой.
Организационно-педагогические условия	<ul style="list-style-type: none">- ориентация на создание благоприятного психологического климата на тренировочных занятиях;- осуществление индивидуального подхода к занимающимся;- превалирующее использование игрового метода.
Ожидаемый результат	Значительное повышение уровня развития быстроты движений детей 7-8 лет после апробации методики

КОНТРОЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ:

- Теппинг-тест;
- Бег 30 м.



Изменения средних значений Теппинг-теста в экспериментальной группе в процессе педагогического эксперимента



Изменения средних значений теста Бег 30 м. (сек.) в экспериментальной группе в процессе педагогического эксперимента

ВЫВОДЫ:

- - Было показано, что занятия настольным теннисом способствуют развитию основных физических качеств детей.
- - Была разработана методика развития быстроты движений детей 7-8 лет средствами настольного тенниса.
- - Была экспериментально доказана эффективность разработанной методики.



- Спасибо за внимание!