



Метод круговой тренировк и

Инструктор по физическому уровню спортивной классификационной категории ЛЫЗОВА Н.Ю.



ИГРОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

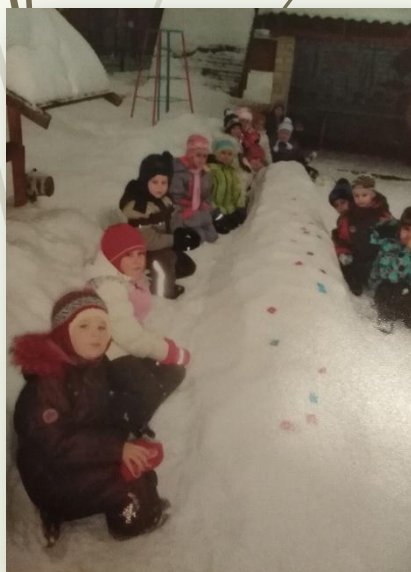
Содержание круговой тренировки на игровых занятиях составляют игровые станции. В течении занятия дети в определённой последовательности переходят от одной станции к другой, выполняя на каждой из них игровые задания попеременно с целевыми упражнениями, направленными на обучение, воспитание и совершенствование конкретных физических качеств. В процессе занятий не только происходит развитие физических качеств, но и совершенствуется техника приёмов игры.

ИГРОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

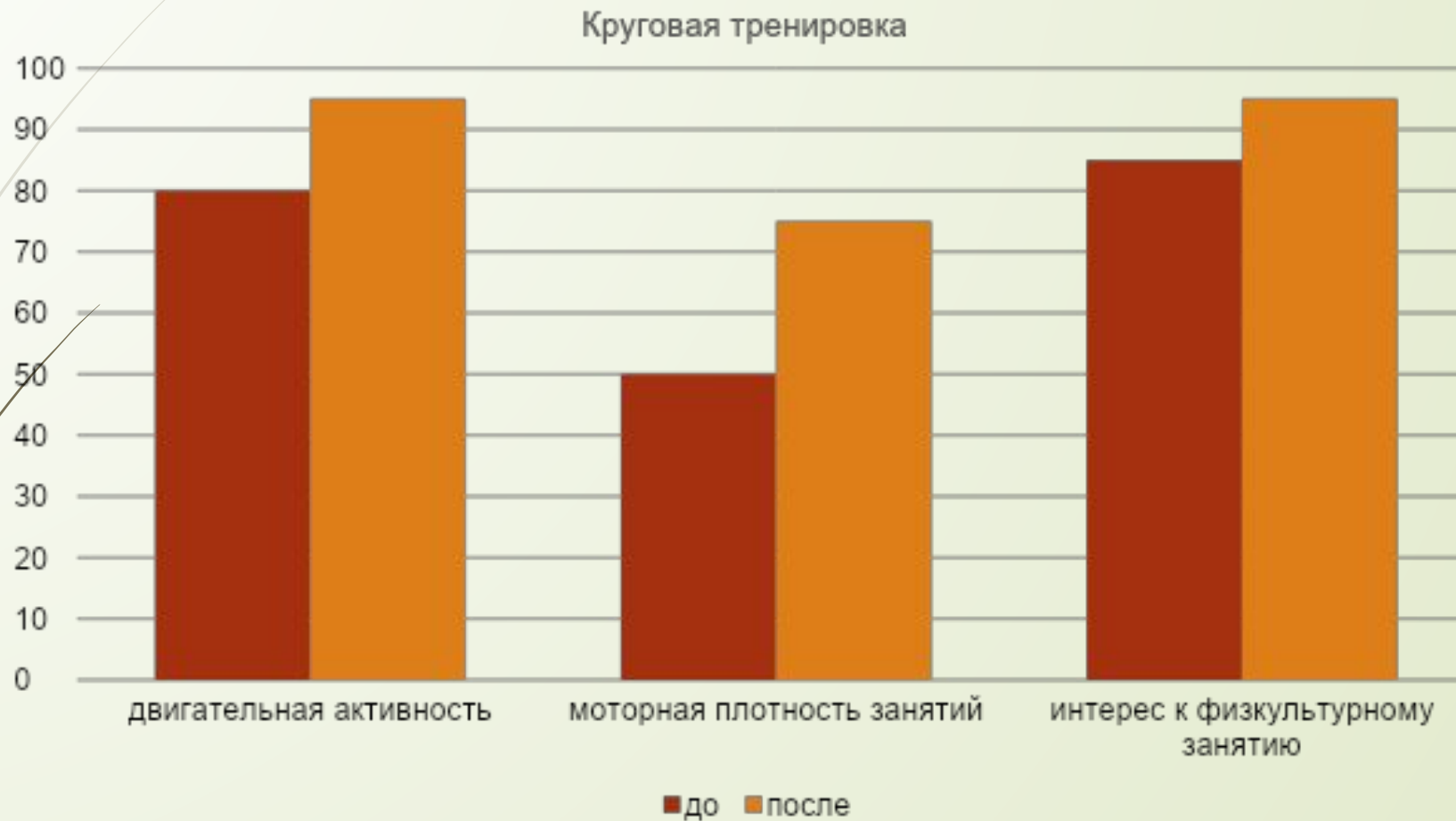
Содержание круговой тренировки на игровых занятиях составляют игровые станции. В течении занятия дети в определённой последовательности переходят от одной станции к другой.



Организация игровых станций по методу круговой тренировки при проведении зимних праздников



Мониторинг использования метода круговой тренировки





Вывод: Благодаря использованию принципа круговой тренировки общая плотность занятия составила 95%, а моторная -75%. Двигательная активность детей зависит от способов организации их на занятиях, она была выше при использовании поточно-группового способа.

В процессе круговой тренировки развиваются не только физические качества, но и умение сосредоточиться на учебной задаче, следовать указаниям взрослого, контролировать свои действия в процессе выполнения задания. Умение чётко следовать инструкциям имеет большое значение: без него ребёнок не в состоянии усваивать знания и навыки в процессе обучения, что очень важно для будущих школьников