

Характеристика открытого занятия

| | |
|-------------------------|--------------------------------|
| Дата проведения | 22 октября 2015 г. |
| Место проведения | Плавательный бассейн «Дельфин» |
| Группа | спортивно-оздоровительная № 2 |
| Количество занимающихся | 8 чел. |
| Возраст занимающихся | 6-15 лет |
| Вид спорта | спорт лиц с ПОДА |
| Дисциплина | плавание |
| Тренер-преподаватель | Дрокова В.А. |

Инвентарь, оборудование, наглядные пособия: плавательные доски, калабашки, мячи, надувные круги, шайбы, тонущие палки, поддерживающие средства (пояса, нарукавники), ласты

Цель – Формирование умения плавать спортивным способом кроль на спине.

Задачи: 1. Обучить технике движений рук при плавании кролем на спине.

2. Развивать умение ориентироваться в воде, внимание, координацию движений.

3. Воспитывать смелость, ловкость, дружелюбие.

Учебно-тренировочное занятие проводилось в плавательном 25-метровом бассейне.

План-конспект в наличии, соответствует рабочему плану. Внешний вид тренера-преподавателя соответствовал норме.

В начале занятия тренером-преподавателем определена цель и поставлены задачи. В подготовительную часть был включен комплекс общеразвивающих и имитационных упражнений на суше и специальных упражнений в воде для подготовки к работе в основной части урока. В начале использовались упражнения с низкой физической и психологической нагрузкой, затем упражнения, требующие большей концентрации и физических усилий. Здесь использовались методические приемы - слова и показа.

В основной части занятия использовался индивидуальный подход. Учитывались психологические, физиологические, возрастные особенности воспитанников, уровень их физического развития и физической подготовленности, степень поражения.

На занятии соблюдалась дисциплина, царил дружеская, теплосердечная атмосфера. Учащиеся внимательно слушали четкие и краткие команды и объяснения тренера-преподавателя и также четко их выполняли. Во время и после выполнения упражнений тренер-преподаватель вносила поправки, указывала на ошибки. По улыбкам детей было видно, с каким удовольствием они выполняют команды наставника. Все говорило об авторитете и уважении тренера-преподавателя.

Организация занятия была проведена с учетом соблюдения техники безопасности. Использовался в основном поточный метод организации

учебной деятельности. При этом тренер-преподаватель использовала различные методические приемы, в частности при обучении техники движений она применяла расчленено-конструктивный метод спортивной тренировки. Нагрузка и подбор упражнений и заданий варьировались с учетом индивидуальных способностей каждого ребенка в отдельности.

Содержание тренировочного занятия соответствовало поставленной цели и задачам. Прослеживалась связь между всеми этапами занятия: подготовительной, основной и заключительной. Моторная плотность занятия составила 62%, что говорит о целесообразности применяемых средств и методов обучения и рациональности организации занятия. Общая плотность занятия - 90%. Учитывая особенности и возраст занимающихся (лица с ПОДА), показатели общей плотности занятия можно считать достаточно хорошими.

На занятии решался весь комплекс задач: образовательная, воспитательная, оздоровительная, что соответствует программным требованиям по обеспечению всестороннего и гармоничного развития личности. Помимо основных задач тренером-преподавателем были поставлены частные задачи на каждую часть занятия.

В процессе проведения основной части урока тренером-преподавателем были использованы основные принципы организации деятельности: принцип опоры на индивидуальные особенности каждого ученика, принцип целостности был применен при решении воспитательных задач, где поощрялись позитивные возможности каждого ученика, принцип гуманных отношений - доброжелательный тон, взаимопонимание, содействие ученику в разрешении поставленной задачи.

Заключительная часть занятия содержала упражнения на восстановление дыхания и игру «рыбаки», которые одновременно решали немаловажные оздоровительные и воспитательные задачи: развитие дыхательной мускулатуры, воспитание смелости, ловкости, дружелюбия, развитие внимания, координации, быстроты движения, уверенности в себе, умения ориентироваться и смело передвигаться в воде.

Были подведены итоги занятия, отмечены отрицательные и положительные моменты, дано задание на дом каждому учащемуся индивидуально, согласно имеющимся у них поражениям. Кроме того, Виктория Александровна поставила оценки за занятие каждому воспитаннику в их индивидуальные журналы, разработанные тренером специально для детей с поражениями опорно-двигательного аппарата, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах.

Обсуждение хода занятия:

1. Занятие началось и закончилось вовремя.
2. В целом все поставленные задачи занятия достигнуты.
3. На занятии царил дружеская, творческая атмосфера, виден был контакт тренера-преподавателя с занимающимися.
4. Хочется отметить применение разнообразных методических приемов и средств, их соответствие назначению подготовительной, основной и заключительной частей занятия.

Замечания:

1. При обучении техники плавания кролем на спине не акцентировано внимание на работу ног.

Рекомендации:

1. Обратит внимание на работу ног при обучении техники плавания спортивным способом кроль на спине.
2. В заключительную часть занятия включить самооценку занимающихся об усвоенном материале.

Старший инструктор-методист



Л.А.Ерина