

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества «Южный»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**«ЗНАЧЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАРКЕТИНГА НА ЗАНЯТИЯХ ПО
КОРРИГИРУЮЩЕЙ ГИМНАСТИКЕ»**

АВТОР МАТЕРИАЛА:
педагог дополнительного образования
Томилина Елена Алексеевна

2017 г.

Аннотация:

Корректирующая гимнастика — это комплекс специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки и устранение деформаций опорно-двигательного аппарата. Чтобы корректирующие упражнения были эффективны, то есть могли обеспечить ребенку полноценную тренировку, подбирать их необходимо, учитывая уровень физического развития, подготовленности и состояния здоровья.

Понятие маркетинга - пришло в педагогику из других областей знаний: экономики, социологии. В классическом понимании маркетинг – это, прежде всего предпринимательская деятельность, связанная с продвижением товаров и услуг от производителя к потребителю. Каждый творческий педагог как важный субъект обучения, должен владеть основами социально- педагогического маркетинга для повышения мотивации обучения, воспитания личности обучающегося.

Иначе говоря, информационные виды деятельности требуют от педагога информационной компетентности, которую мы рассматриваем как способность самостоятельной организации накопления, систематизации, сохранения, передачи и воссоздания необходимой информации.

Введение

Понятие маркетинга

Понятие маркетинга пришло в педагогику из других областей знаний: экономики, социологии. В классическом понимании маркетинг – это, прежде всего предпринимательская деятельность, связанная с продвижением товаров и услуг от производителя к потребителю. Каждый творческий педагог как важный субъект обучения, должен владеть основами социально-педагогического маркетинга для повышения мотивации обучения, воспитания личности обучающегося. В настоящее время увеличились темпы изменений в области науки и знания стали устаревать с такой быстротой, что потребности педагогов в пополнении недостающих образовательных звеньев перешли в разряд постоянно актуализируемых. В связи с этим педагогу нужно повышать свою информированность, развивать навыки, быть в курсе последних профессиональных разработок.

Постоянно увеличивающийся объем информации требует от современного преподавателя навыков работы как с традиционными и нетрадиционными технологиями (книгой, учебником, справочной и другой литературой), так и с новыми информационными технологиями (ресурсы сети Интернет, электронные учебно - методические комплексы, мультимедийные учебные пособия нестандартного оборудования). Иначе говоря, информационные виды деятельности требуют от педагога информационной компетентности, которую мы рассматриваем как способность самостоятельной организации накопления, систематизации, сохранения, передачи и воссоздания необходимой информации. С позиций компетентного подхода основным непосредственным результатом образовательной деятельности становится формирование ключевых компетентностей. При этом существенным образом изменяется роль педагога. Он должен выступить в роли маркетолога, стратегически проектируя индивидуальную траекторию интеллектуального и личностного развития каждого обучаемого границ в этой системе. Рассмотренные выше принципы педагогического маркетинга не только определяют траекторию деятельности современного преподавателя, но и раскрывают основные цели и задачи педагогического мастерства, направленного на социальный заказ общества.

Основная часть

Актуальность: Период обучения – это время интенсивного развития организма, который чутко реагирует на факторы, влияющие на уровень здоровья детей. За последние годы выявилась неблагоприятная статистика показателей здоровья обучающихся. Современная жизнь увеличивает нагрузку на организм ребенка. Дети меньше двигаются, больше сидят (особенно за компьютером), неправильное питание (увлечение чипсами, сухариками, фастфудами), вследствие чего возникает дефицит мышечной деятельности и увеличиваются статистические напряжения. Эти факторы создают предпосылки для развития у детей отклонения в состоянии здоровья: нарушение осанки, зрения, возникновение плоскостопия, повышения артериального давления, накопление избыточной массы тела, что в свою очередь предрасполагает к различным заболеваниям сердечно–сосудистой, дыхательных систем, нарушения обмена веществ и т.д. В настоящее время усиленно развивается программа оздоровления детей непосредственно в образовательных учреждениях. Многие выдающиеся люди считали физические упражнения обязательными в своем режиме дня. Великий русский физиолог И.П.Павлов до глубокой старости ежедневно делал утреннюю гигиеническую гимнастику. Он прожил 87 лет и до самой смерти трудился, был бодрым. Поскольку сегодняшнее поколение детей много времени проводит у телевизора и компьютера, а также сидя за неудобной мебелью у них в период ускоренного роста их скелета ухудшается осанка. Многолетние наблюдения врачей подтверждают огромную пользу для сохранения и коррекции осанки оздоровительной гимнастики, если выполнять ее систематически, а не от случая к случаю. Она — обязательное условие укрепления здоровья, развития физических качеств, воспитания воли.

Корригирующая гимнастика – одна из разновидностей лечебно-оздоровительной гимнастики которая проводится для исправления дефектов опорно-двигательного аппарата и лечения их начальных форм, профилактики нарушения осанки, искривления позвоночника, плоскостопие и др. В детском возрасте в период роста организма корригирующая гимнастика применяется с

наибольшим успехом. Для проведения занятий корригирующей гимнастикой необходимо выполнять следующие условия:

Корригирующая гимнастика - это не просто вид лечебно-оздоровительной гимнастики. Это супер-физкультурный вид. Кому-то он нужен с самого рождения, кому-то позже или только в старости. Ведь корригировать - значит исправлять. А исправлять в своей фигуре и, тем более, в здоровье почти каждому есть что. И вот в этом огромную пользу оказывают гимнастические упражнения. Следует помнить, что корригирующие гимнастические упражнения дают результаты только тогда, когда они проводятся правильно, систематически, длительно и беспрерывно.

Корригирующая гимнастика оказывает:

- общеукрепляющее воздействие на организм ребенка
- осуществляет своевременную профилактику и коррекцию опорно-двигательного аппарата
- способствует общему укреплению мышц туловища
- укрепляет мышцы, формирующие свод стопы
- воспитывает и закрепляет навык правильной осанки
- формирует правильный свод стопы
- развивает и совершенствует двигательные навыки детей

Корригирующая гимнастика, в основном, направлена на исправление осанки, то есть решает проблемы позвоночника. Хотя исправлять, корригировать с помощью гимнастики можно гораздо больше. Средствами корригирующей гимнастики являются разнообразные общие развивающие упражнения, упражнения корригирующего характера с предметами и без них, дыхательные упражнения, а так же подвижные игры, плавание, упражнения на специальных тренажерах.

Одним из главных направлений в нашем объединении является физическое развитие, которое содействует как физическому, так и духовному здоровью подрастающего поколения. К сожалению, с самого раннего возраста ребенок привыкает к неправильной осанке, что, в свою очередь, приводит к возникновению различных искривлений позвоночника. Эти искривления не только деформируют туловище, грудную клетку, ноги, но и препятствуют нормальному функционированию различных органов и систем организма. Переход от здоровья к болезни происходит через усиление напряжения или перенапряжение. Чем раньше будет возможность предусмотреть такой исход, тем больше вероятности сохранить здоровье.

Поэтому в нашем объединении применяются все формы воздействия на учащихся для сохранения здоровья. Одни из них – это занятия корригирующей гимнастикой. Занятия проходят под музыку с использованием всего необходимого оборудования. Особое внимание на занятиях уделяется профилактике заболеваний позвоночника. В корригирующих комплексах используются упражнения, направленные на укрепление и тонизирование мышц, улучшения осанки, гибкости позвоночника и чувства равновесия, укрепление мышц спины и подвижности суставов а также упражнения для профилактики плоскостопия.

Основной целью проведения занятий корригирующей гимнастики явилась все более возрастающая и актуальная многие годы проблема нарушения осанки у детей, а так же раннее выявление и профилактика развивающегося сколиоза и кифоза.

Позвоночник ребенка не только выполняет свои функции, но и находится в постоянном развитии, которое могут задерживать чрезмерные нагрузки. До тех пор пока идет рост позвоночника, основная нагрузка падает на мышцы. Чем лучше развиты мышцы, тем в лучших условиях находится позвоночник. Нагрузки же на позвоночник ребенка в повседневной жизни резко возросли. Дети вынуждены почти постоянно сохранять позу сидя. В то же время относительно небольшой прирост мышечной массы, слабость мышц, невысокая их статическая выносливость и недостаточное развитие нервных двигательных центров не позволяют длительно выдерживать одну и ту же позу. Если с раннего детства мышцы заставить работать в правильном режиме и организмом «руководить» со знанием дела, то можно не допустить развития нарушения осанки и многих заболеваний опорнодвигательного аппарата. Нарушения осанки, в свою очередь, затрудняет работу внутренних органов, ухудшая здоровье и задерживая развитие ребенка.

Наш образ жизни требует не только сильных мышц, но и мышц, способных длительное время поддерживать статическое напряжение. Такую способность мышц следует развивать с

детского возраста. С этой целью рекомендуется систематическое включение в изучение комплексов упражнений корригирующей гимнастики.

На занятиях мы постоянно изучаем и применяем новые методики, направленные на здоровьесбережение: психофизиологические упражнения и приёмы самомассажа. Данные упражнения направлены на стимуляцию согласованной работы полушарий головного мозга и применяются для улучшения памяти, внимания, навыков чтения, письма, интеллектуальных способностей.

Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки

1. Принять правильную осанку, стоя у стены или гимнастической стенки.
При этом затылок, лопатки, ягодицы, икроножные мышцы и пятки должны касаться стены.
2. Принять правильную осанку, отойти от стены на несколько шагов вперед, сохраняя принятое положение.
3. Принять правильную осанку у стены, сделать 2-3 шага вперед, присесть, встать. Вновь принять правильную осанку.
4. И.п. - о. с. у стены, касаясь ее затылком, спиной, ягодицами.
1-2 - поднять руки через стороны вверх;
3-4 - вернуться в и. п. (в медленном темпе);

Упражнения для укрепления мышц спины

1. И.п. - лежа на животе, руки вверху.
1-поднять плечи, голову, руки к плечам, прямые ноги;
2-3 - держать это положение,
4- и.п.
2. И.п. – лёжа на животе, гимнастическая палка лежит на плечах.
1-приподнять плечи, голову, соединить лопатки, ноги зафиксированы на полу;
2-3- держать это положение;
- 4- И.п.
3. И.п. - то же, подбородок на тыльной поверхности кистей рук, положенных друг на друга.
1 -2 - поднять правую ногу, стараясь не отрывать таза от пола;
3-4 - опустить в и.п.
5-8 - повторить левой ногой.
4. И.п. тоже.
Приподнимание обеих прямых ног с удержанием их до 4-6 счетов.
5. И.п. - то же.
Выполнение руками и ногами движений как при плавании «брассом».

Упражнения для мышц брюшного пресса

1. И.п. - лежа на спине, руки в стороны.
1 - согнуть правую ногу, руками обхватив колено;
2- опустить в и.п.;
3-4 - левой ногой.
2. И.п. — то же, руки за голову.
1 -2 - согнуть ноги в коленях;
3-4 - выпрямить вверх;
5-6 - согнуть;
7-8 - опустить в и.п.
3. И.п. - лежа на спине, упор на предплечья.
1 - приподнять прямые ноги от пола;
2-7 - поочередное разведение и скрещивание ног на весу - «ножницы».
4. И.п. - то же.
Работа ног как при езде на «велосипеде».
5. И.п. — лежа на спине.

1-4- перейти в положение спины и головы;

5-8 -лечь в и.п.

6. И.п. - лежа на спине, руки за голову или вдоль туловища. Ноги фиксированы нижней рейкой гимнастической стенки или партнером. Медленно принять положение сидя и вернуться в и.п.

Упражнения для укрепления свода стопы

1. Ходьба на носках и пятках.
2. Ходьба на внешней и внутренней стороне стоп.
3. Ходьба перекатом с пятки на носок.
4. Ходьба на носках с высоким подниманием коленей.
5. Ходьба на ребристой доске.
6. Ходьба по камешкам.
7. Ходьба на носках вверх и вниз по наклонной плоскости.
8. Ходьба по гимнастической палке, обручу, шнуру.
9. Стоя на рейке гимнастической стенки, хват руками на уровне груди. Приподнимание на носки и возвращение в и.п.
10. Катание малого мяча, гимнастической палки стопой.
11. Захватывание пальцами стоп мелких предметов (карандаши, платки, шнуры, и т.д.) и перекладывание их на другое место.
12. В положении сидя одновременное и поочередное сгибание и разгибание стоп.
13. Сжимание и разжимание пальцев ног.
14. Стоя на полу поочередное поднимание и опускание пяток.
15. Ходьба с поджатыми и поднятыми пальцами ног.

Изготовление нетрадиционных атрибутов для занятий корригирующей гимнастикой не только в образовательном учреждении но и дома для детей и взрослых.

«КОЛЬЦЕБРОСЫ»

Цель: Координация движений предплечья и кисти руки, ловкости, меткости, глазомера, произвольности поведения, быстроты реакции. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества, формирование навыков самоконтроля



«КОСИЧКИ»

Цель: Развитие двигательной активности, ловкости движений, массаж стоп.



«ВЕТЕРОК В БУТЫЛКЕ»

*« Ветерок в бутылке»
Используется для дыхательных упражнений.
Развивает органы дыхания.*



«ГАНТЕЛИ»

Цель: способствовать развитию силовых качеств, ловкости, быстроты, двигательных реакций, равновесия, выносливости.

Упражнения «Гантели» способствуют выработке координации движений, активизирует деятельность анализаторных систем и влияет на речевое и умственное развитие



Заключение

Корректирующая гимнастика может быть использована дома для взрослых и детей. Данная система работы имеет большой успех. Она позволяет создать условия для нормального физического развития ребенка и взрослого.

Список литературы

1. Ванькина И. В., Егоршин А. П., Кучеренко В. И. Маркетинг образования: учебное пособие, 2007. 334с.
2. Гвоздева Л. А., Колерова Е. В. Педагогическая стратегия маркетингового подхода к образовательному процессу // «Актуальные проблемы химического и экологического образования».
3. Основы маркетинга: учеб. М.: Финпресс, 2004. 220 с. Гудков И. В. Система педагогического маркетинга, 2000. 198с.
4. Третьяков П. И., Захаренко С. И., Туберозова М. В., Шарай Н. А. Педагогический маркетинг в управлении развитием образовательных систем. М.:
5. Баландин В.А. Сравнительная характеристика динамики и показателей физической подготовленности и морфологических особенностей детей 6-7 лет // сборник научно-методических трудов НИИ КГАФК, 1997.
6. Вопросы морфофункциональной адаптации опорно-двигательного аппарата. - Омск: ОГИФК, 1986. - 82 с.
7. Гальперин С.И. Физические особенности детей