Областное государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт повышения квалификации педагогических работников»
(ОГАОУ ДПО «ИПКПР»)

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ



Из опыта работы
Веры Николаевны Сахно,
учителя физической культуры
МБОУ «СОШ № 7» г. Биробиджана

Биробиджан, 2017

Особенности развития гибкости в младшем школьном возрасте : из опыта работы Веры Николаевны Сахно, учителя физической культуры МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 7» г. Биробиджана. – Биробиджан : ОГАОУ ДПО «ИПКПР», 2017. – 22 с.

Сборник «Особенности развития гибкости в младшем школьном возрасте» рекомендован к печати и практическому применению в образовательных организациях Еврейской автономной области решением редакционно-издательского совета ОГАОУ ДПО «ИПКПР» от 31 марта 2017 года.

Составитель:
Ленская Н.И., старший преподаватель кафедры общего образования и воспитания ОГАОУ ДПО «ИПКПР»

Ответственный за выпуск:
Корниенко Е.Л., зав. редакционно-издательским отделом ОГАОУ ДПО «ИПКПР»

Компьютерная верстка:
Серга Т.Н., технический редактор ОГАОУ ДПО «ИПКПР»

В настоящем сборнике изложены основные особенности развития гибкости в младшем школьном возрасте на уроках физической культуры.

Реализация используемых игровых технологий, специальных и подготовительных упражнений способствует развитию гибкости, сохранению и укреплению здоровья обучающихся младшего школьного возраста, привитию интереса к предмету «Физическая культура».

Материалы сборника могут быть использованы учителями физической культуры, тренерами-преподавателями ДЮСШ, педагогами дополнительного образования.

© 2017

Содержание

Слово об учителе.....4
Особенности развития гибкости в младшем школьном возрасте.....5
Приложение 1. Методики для определения развития гибкости у детей младшего школьного возраста.....15
Приложение 2. Игровые и специальные упражнения для развития гибкости.....16
Приложение 3. Конспект урока физической культуры во 2 классе.....19