

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
Образовательное учреждение высшего образования
**«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

Факультет заочного обучения
Кафедра естественнонаучных дисциплин и информатики

Заведующий кафедрой
к.п.н., доцент Алпацкая Е.В.

«__» _____ 20__ г.

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ 6-8 ЛЕТ
В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ
И ОБОРОНЕ»**

Выпускная квалификационная работа
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель _____ Фокин Д.А.

Научный руководитель
к.п.н., доцент _____ Алпацкая Е.В.

Оценка за работу _____
(прописью)

Председатель ГЭК
зам. директора по
спортивно- массовой работе
СОАГУ Дворец спорта
«Юбилейный» _____ Колумб А.В.

«__» _____ 2018

г. Смоленск 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА	6
1.1. Особенности морфофункционального развития детей младшего школьного возраста.....	6
1.2. Анализ выполнения двигательных действий и развитие физических качеств у детей 6-8 лет.....	13
1.3. Задачи физического воспитания детей младшего школьного возраста	18
1.4. ВФСК «Готов к труду и обороне» в условиях современной школы .	19
ГЛАВА II. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	25
2.1. Методы исследования.....	25
2.2. Организация исследования.....	28
ГЛАВА III. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ ..	30
3.1. Показатели физической подготовленности детей 6-8 лет	30
3.2. Методика подготовки младших школьников к сдаче ВФСК ГТО I ступени	31
ВЫВОДЫ	35
ЛИТЕРАТУРА	37
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	40

ВВЕДЕНИЕ

Многие годы общеобразовательная школа боролась против унитарного, единообразного образования, отстаивая возможность альтернативного обучения, базирующегося на учете индивидуальных особенностей ребенка. Внедрение нового подхода к улучшению образовательного процесса оказалось очень продолжительным. Один только факт, что 96 % учащихся заканчивают школу с различными заболеваниями заставляет задуматься. На сегодняшний день наблюдается увеличение функциональных заболеваний и не малую роль в этом отводится школьному фактору. Это связано с тем, что обучение ребенка в школе представляет серьезную психофизиологическую нагрузку, вызывает состояние, которое называют школьным стрессом. Даже если соблюдаются все физиолого-гигиенические требования к организации режима дня и учебного процесса, у детей возникают различные функциональные нарушения: понижение физической и умственной работоспособности, задержка роста, изменение состава крови, снижение иммунобиологических, защитных свойств, повышенная заболеваемость (Д.А. Фабер, И.А. Корниенко, В.Д. Сонькин, И.П. Брызгунов, А.Н. Усольцев, М.М. Безруких, Баранов А.А.). Все это негативно сказывается на возможности усвоения учебного материала, осложняет напряженное психофизиологическое состояние ребенка.

Поэтому первостепенным становится совершенствование действующих форм процесса физического воспитания в школе, повышение их эффективности, организационного уровня и результативности всех составляющих программу компонентов. Конечным результатом влияния физической культуры на всем протяжении обучения, развития и воспитания с 1-11 класса должен быть «физически совершенный» человек.

Указом президента Российской Федерации Владимиром Владимировичем Путиным был возрожден комплекс «Готов к труду и обороне». Правительству РФ совместно с региональными властями поручено разработать

план мероприятий по поэтапному внедрению ГТО, а также принять меры по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований ГТО. Координировать деятельность федеральных и региональных властей по внедрению ГТО поручено Минспорту России. Указ вступает в силу со дня его официального опубликования.

Современный комплекс ГТО - это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Подготовка к выполнению государственных требований комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки, в учреждениях дополнительного образования (спортивные клубы) и самостоятельно.

Объектом исследования является учебно-воспитательный процесс в начальной школе по физическому воспитанию.

Предметом исследования являются методы и средства подготовки школьников к выполнению норм и требований ВФСК «Готов к Труд и обороне».

Цель исследования – экспериментально обосновать эффективность использования методики подготовки младших школьников к выполнению норм ГТО с помощью систематической физической подготовки в условиях общеобразовательной школы.

Гипотеза исследования: методика подготовки младших школьников к сдаче норм ГТО будет эффективной и педагогически целесообразной, если использовать наиболее эффективные средства, методы, методические приемы и формы организации занятий, направленных на подготовку младших школьников к сдаче норм ГТО.

Задачи исследования:

1. Изучить нормативно - правовую базу Комплекса ГТО.

2. Определить уровень физической подготовленности младших школьников к сдаче норм комплекса ГТО.

3. Разработать методику и методические рекомендации для подготовки младших школьников к сдаче норм ГТО.

Теоретическая значимость состоит в том, что полученные результаты дополняют раздел теории и методики физической культуры в начальной школе новыми сведениями, которые позволяют обосновать подготовку детей младшего школьного возраста к нормативам ВФСК ГТО I ступени, конкретизировать двигательный режим значкистов и получить информацию о ходе реализации пропаганды ВФСК ГТО в общеобразовательных школах.

Практическая значимость исследования заключается в разработке методики подготовки детей младшего школьного возраста к выполнению норм ВФСК ГТО. Полученные результаты могут быть использованы специалистами в сфере преподавания физической культуры в общеобразовательных учреждениях.