

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет заочного обучения

Кафедра теории и методики спортивных единоборств

Заведующий кафедрой

_____ Павлов А.И.

«__» _____ 2017 год

ДИНАМИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ
7-10 ЛЕТ МБОУ СОШ № 3 Г. ХИМКИ

Выпускная квалификационная работа
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель _____ Данилова А.В.

Научный руководитель
к.п.н., доцент _____ Павлов А.И.

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК,
зам. директора по
спортивно-массовой
работе

СОГ АУ «Дворец спорта
«Юбилейный» _____ Колумб А.В.

Смоленск 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|----|
| Введение..... | 3 |
| Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА..... | 5 |
| 1.1. Анатомо-физиологические и психологические особенности детей младшего школьного возраста..... | 5 |
| 1.2. Развитие физических качеств детей младшего школьного возраста..... | 9 |
| Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ..... | 17 |
| 2.1. Методы исследования..... | 17 |
| 2.2. Организация исследования..... | 19 |
| Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ..... | 21 |
| 3.1. Исследование показателей физической подготовленности детей 7 лет... | 21 |
| 3.2. Динамика физической подготовленности детей 8-10 лет..... | 23 |
| Выводы..... | 29 |
| Практические рекомендации..... | 31 |
| Литература..... | 33 |
| Приложение..... | 39 |

Введение

Актуальность исследования. Качество образования и улучшение здоровья детей являются актуальными вопросами в организации современного учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе [30].

Управление процессом физического воспитания детей во многом определяется качеством и объемом информации о состоянии физической подготовленности.

Физическое воспитание детей школьного возраста эффективно стимулирует положительные функциональные и морфологические изменения в формирующемся организме, активно влияет на развитие двигательных способностей [9, 28].

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования физическое воспитание школьников должно обеспечить каждому ученику, участвующему в образовательном процессе, достаточный и необходимый минимум физической подготовленности, направленный на обеспечение базы в освоении физической культуры для жизнедеятельности, развития личности, формирования здоровья и здорового образа жизни [30].

По мнению Л.А. Семенова наиболее важным результирующим показателем эффективности физического воспитания является физическая подготовленность, проявляемая в физических качествах [26, 27].

Именно выполнение упражнений, направленных на развитие выносливости, силы, быстроты, ловкости и гибкости способствует формированию здоровья подрастающего поколения.

Одним из перспективных направлений организации работы по физическому воспитанию школьников является мониторинг их физической подготовленности, т.к. именно он вооружает каждого учителя по физической культуре алгоритмом отслеживания физического состояния учеников, содействует повышению интереса к занятиям физической культурой и спортом [15, 23, 24].

Цель исследования: изучить динамику физической подготовленности детей 7-10 лет МБОУ СОШ №3 г. Химки.

Объект исследования: процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: физическая подготовленность детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. Выявить показатели физической подготовленности детей 7 лет МБОУ СОШ №3 г. Химки;
2. Определить динамику физической подготовленности детей 7-10 лет МБОУ СОШ №3 г. Химки.

Гипотеза исследования: Предполагается, что уроки физической культуры способствуют улучшению показателей физической подготовленности детей младшего школьного возраста и позволяют им выполнять регламентированные упражнения и нормативы.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть использованы учителями физической культуры при планировании и организации процесса физического воспитания в общеобразовательной школе с целью улучшения показателей физической подготовленности детей младшего школьного возраста.