

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

Факультет заочного обучения

Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

Заведующая кафедрой

_____ И.А. Грец

« ____ » _____ 2019 г.

**МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ
В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ**

Магистерская диссертация по направлению

49.04.01 «Физическая культура»

(профиль – «Профессиональное образование в области физической
культуры и спорта»)

Магистрантка

Гукепшева Д.Р.

Научный руководитель

к.п.н., доцент

Жарова О.Ю.

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК

Смоленск 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	7
1.1. Проблемы и перспективы физического воспитания детей младшего школьного возраста.....	7
1.2. Анализ особенностей психомоторного развития.....	9
1.3. Особенности формирования двигательных способностей детей младшего школьного возраста.....	21
1.4. Подвижные игры и имитационные упражнения как средство формирования у детей интереса к занятиям физической культурой	25
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	29
2.1. Задачи исследования	29
2.2. Методы исследования	39
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ..	41
3.1. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.....	41
3.2. Результат влияния экспериментальной работы на физическое развитие, двигательную подготовленность детей 7-8 лет.....	55
3.3. Влияние экспериментальной методики на двигательную активность детей 6-7 лет.....	67
Выводы	71
Практические рекомендации.....	75
Список литературы.....	77
Приложение.....	84

Введение

Актуальность. Формирование потребности в систематических занятиях физической культурой входит в содержание понятия "физическое воспитание" и является неременным условием для успешной работы в области воспитания двигательных навыков у детей младшего школьного возраста (19, 22, 29).

Здоровье детей зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от характера педагогических воздействий.

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, немаловажную роль играет двигательная активность. Это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребёнка. Благоприятное воздействие на организм оказывает только двигательная активность, находящаяся в пределах оптимальных величин. Так, при гиподинамии (режиме малоподвижности) возникает ряд негативных для растущего организма последствий: происходит нарушение функции и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям. Гиперкинезия (чрезмерно большая двигательная активность) также нарушает принцип оптимальной физической нагрузки, что может повлечь за собой перенапряжение сердечнососудистой системы и неблагоприятно отразиться на развитии различных систем организма ребёнка. Поэтому требуется особое внимание к обеспечению детей рациональным уровнем двигательной активности (3, 15, 18).

Возраст 6-7 лет в онтогенезе считается критическим периодом, так как ребенок переходит от одного социального статуса - дошкольник, к другому - младший школьник. Его адаптация к качественно новым условиям педагогического процесса в большой степени зависит от того, насколько хорошо был подготовлен ребенок к обучению в школе (9,67).

Большое внимание уделялось многочисленными исследователями в области теории и практики физического воспитания и спорта формированию мотивационной готовности к занятиям физической культурой и спортом у школьников и юных спортсменов. Особая роль отводилась путям решения данной задачи в рамках общеобразовательных школ, внешкольных учреждений, спортивных школ (20, 23).

Анатомо-физиологические и психологические особенности детей младшего школьного возраста таковы, что обучение возможно лишь при наличии активного интереса со стороны ребёнка и основывается на его непосредственном желании выполнить задание (21).

Ребёнку от природы свойственна потребность в двигательной активности, и основная задача педагогов - создать условия необходимые для её развития.

С этих позиций проведенное исследование, посвященное поиску путей оптимизации двигательного режима в условиях средней школы, увеличения двигательной активности детей и формирования у них потребности в систематических занятиях физической культурой, считается актуальным.

Формирование у детей устойчивой потребности в занятиях физической культурой через воспитание мотивационной готовности в младшем школьном возрасте смогло бы оптимизировать процесс физического воспитания в условиях образовательного учреждения (19).

Цель исследования - Разработка и научно-методическое обоснование методики формирования потребности в занятиях физической культурой детей 7-8 лет в условиях образовательного учреждения.

Объект исследования. Процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста в условиях средней школы.

Предмет исследования. Средства и методы формирования у детей 7-8 лет потребности в занятиях физической культурой.

Гипотеза. Предполагалось, что работа, направленная на формирование потребности в занятиях физической культурой, может существенно повысить

эффективность процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста и обеспечит повышение их уровня физической подготовленности.

Задачи исследования

На основе сформулированной нами цели работы были определены следующие задачи:

1. Проанализировать особенности организации двигательного режима детей младшего школьного возраста в образовательных учреждениях и выявить основные причины его несовершенства.

2. Теоретически разработать и экспериментально обосновать комплексную систему физкультурно-оздоровительной работы в школьном образовательном учреждении, направленную на формирование у младших школьников потребности в занятиях физической культурой.

3. Определить влияние экспериментальной работы на физическое развитие, двигательную подготовленность и психоэмоциональное здоровье детей 7-8 лет в условиях средней школы.

Научная новизна. Результаты исследования дополняют теорию и методику физического воспитания детей младшего школьного возраста, в соответствии с современной концепцией физического воспитания, новыми положениями по вопросу организации физического воспитания в образовательном учреждении, способствующими индивидуализации воспитательно-образовательного процесса.

Практическая значимость. Результаты исследования, практические рекомендации могут быть использованы специалистами по физической культуре при организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях; преподавателями средних специальных учебных заведений при преподавании дисциплины "Теория и методика физического воспитания», студентами для формирования и развития профессиональных способностей в условиях практической деятельности.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Методика формирования у детей 7-8 лет потребности в занятиях физической культурой основывается на учете разных сторон развития личности ребенка (физического и эмоционального) и введения в практику работы средней школы форм (спортивные праздники, физкультурные досуги, дни здоровья и другие формы оздоровительно-развлекательной работы) и методов, направленных на совершенствование работы по физическому воспитанию.

2. Эффективность работы по формированию потребности в занятиях физической культуры у детей 7-8 лет основывается на совместной работе образовательного учреждения с семьями обучающихся и медицинским персоналом, и включает: педагогическую работу с родителями, агитационную работу, работу с медицинским персоналом.

3. Физкультурно-оздоровительная работа с экспериментальным двигательным режимом и целенаправленным физическим воспитанием положительно сказывается на снижении уровня подверженности простудным заболеваниям, повышении эмоционального тонуса и снижении уровня тревожности, грусти, неудовлетворенности, уныния; повышении уровня физического развития и физической подготовленности детей экспериментальной группы.

Список публикаций. Опубликовано статья в сборнике материалов 67-й научно-практической конференции студентов СГАФКСТ по итогам НИРС за 2017 год / Д.Р. Гукешева. – Смоленск: СГАФКСТ, 2018. – С. 129-131.

Структура и объем диссертации.

Диссертация состоит из введения, трех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, который включает 77 источников и приложений. Основное содержание работы изложено на 87 страницах машинописного текста, работа иллюстрирована 10 таблицами и 3 рисунками.