

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovovaya-rabota/329687>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Физическая культура и спорт

ВВЕДЕНИЕ

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста

1.2. Физическая подготовка детей младшего школьного возраста

1.3. Особенности воспитания физических качеств у учащихся младших классов

ГЛАВА 2. АНАЛИЗ ДИНАМИКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

2.1. Тестирование и педагогический контроль за физическим развитием школьников

2.2. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста

2.3. Средства и методы физической подготовки, применяемые с учащимися младшего школьного возраста

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Физическая подготовка младших школьников имеет свои характеристики, определяемые их анатомо-физиологическими и психологическими особенностями, а также адаптацией к новым условиям. С появлением учебы объем умственной работы у детей значительно увеличивается, их двигательная активность и возможность нахождения на свежем воздухе значительно ограничиваются.

Корректная физическая подготовка в младшем школьном возрасте является не только предпосылкой для полноценного и гармоничного развития ученика, но и эффективным фактором, способствующим улучшению его умственной работоспособности.

Актуальность данной темы обусловлена значимостью физической подготовленности детей младшего школьного возраста для их здоровья и развития. В современном обществе, где все больше детей страдает от недостаточной физической активности и затажных учебных нагрузок, изучение динамики уровня физической подготовленности является важным для определения эффективности физической культуры в школьной программе.

В данной курсовой работе исследуются особенности физического развития младших школьников на основе теоретического и практического материала.

Объект исследования - физическая подготовленность младших школьников

Предмет исследования - исследование динамики уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста, занимающихся физической культурой

Цель исследования - рассмотреть особенности динамики уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста, занимающихся физической культурой

Задачи исследования:

- изучить анатомо-физиологические особенности учащихся начальной школы;
- определить основные задачи и средства физического воспитания учащихся начальной школы;
- выявить эффективные методы развития двигательных навыков учащихся начальных классов на уроках физкультуры

Работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованной литературы.

Практическая значимость данного исследования заключается в возможности оптимизации занятий физической культурой для детей младшего школьного возраста. Результаты исследования могут быть использованы для разработки индивидуальных программ тренировок, учитывающих особенности развития каждого ребенка. Кроме того, они могут быть полезны для повышения квалификации педагогов, работающих с детьми, и определения наиболее эффективных методов обучения физической культуре.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста

Детство - это период невероятного физического и психологического развития. Когда дети начинают посещать младшую школу, они переживают значительные изменения в своем организме. Анатомо-физиологические особенности играют важную роль в этом процессе.

Во-первых, дети младшего школьного возраста находятся на стадии активного роста и развития своих органов и систем. Их скелет и мышцы все еще находятся в стадии формирования, поэтому они более подвержены травмам. Это вызывает необходимость внимательного контроля и заботы со стороны взрослых. Во-вторых, младшие школьники обладают более высокой активностью и энергией в сравнении с детьми более молодого возраста. Они часто бегают, играют в спортивные игры и участвуют в активных занятиях на уроках физической культуры. Это способствует развитию и укреплению их сердечно-сосудистой системы. Однако, также следует отметить, что постоянная активность требует от детей дополнительного количества питательных веществ и жидкости для поддержания энергии и здоровья.

1. Абрамович В.Б., Майский А.Б. Урок физической культуры // Учебн. пособие для студентов заочного обучения. Набережные Челны, 2019: Филиал ВГИФК - 29 с.
2. Аксенова О.Н. Рост скелета таза у лиц школьного возраста. // Архив анат. гистол. и эмбриол. 2020, Т.53, № 9. - С. 151-154.
3. Альмуханов В.У. Вариативность учебных программ по физической культуре (на примере младших классов сельских школ Казахстана): Автореф. дис....канд. пед. наук. Санкт - Петербург, 2021. - 23 с.
4. Арестов Ю.М. Исследование полового созревания детей и подростков мужского пола в аспекте физического воспитания: Автореф. дис.....канд.биол.наук.- М., 2017. - 27 с.
5. Арефьев В.Г., Мунтянов В.В. Влияние соматотипологических различий на уровень проявления двигательных качеств девочек младшего школьного возраста // Функциональная морфология. Новосибирск, 2022.- С.75.
6. Аркин Е.А. Особенности школьного возраста. М.: Учпедгиз, 2019.- 48 с.
7. Бадридзе Н.М. Смелые и ловкие. М. : Медицина, 1997.-72 с.
8. Баландин В.А., Чернышенко Ю.К., Просоедова Л.И. Сравнительная характеристика динамики показателей физической подготовленности и морфологические особенности детей 6-7 лет // Современные проблемы физической культуры и Олимпийского движения /Материалы региональной научно-практической конференции, ч.II. Ростов-на-Дону, 1999 - С. 68-70.
9. Бальсевич В.К. Научно-техническая революция и природа движений человека // Современная научно-техническая революция и методологические вопросы физической культуры и спорта. Омск, 1997. - С. 17-19.
10. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. - М.: Теория и практика физической культуры, 2000. - 257 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovaya-rabota/329687>