

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»
Институт повышения квалификации и переподготовки
Факультет дополнительного профессионального образования
Кафедра андрагогики

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В МЛАДШЕМ
ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Курсовая работа
слушателя 2017 года обучения
группыФО-171 специальности
переподготовки 1-03 02 71
«Физкультурно-оздоровительная
работа в учреждениях образования»
заочной формы
получения образования
Волошиной Лоллиты Николаевны
Научный руководитель:
Остапенко Г.А., кандидат
педагогических наук, доцент
Защищена
_____ 2018
с оценкой _____ (_____)

Минск, 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ВВЕДЕНИЕ | 3 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРИТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ. ВИДЫ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ИХ ХАРАКТЕРИСТИКА | 6 |
| 1.1. Сущность и значение координационных способностей в управлении движениями | 6 |
| 1.2. Классификация координационных способностей | 11 |
| 1.3. Методика и средства развития координационных способностей | |
| Ошибка! Закладка не определена. | |
| ГЛАВА 2. ВЛИЯНИЕ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ I СТУПЕНИ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ | 21 |
| 2.1. Возрастные особенности обучающихся I ступени общего среднего образования | 21 |
| 2.2. Методы и критерии оценки координационных способностей | 25 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 28 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ | 30 |

ВВЕДЕНИЕ

В современное время наука все стремительнее развивается и требует от человека дополнительных двигательных навыков, чтобы не оказаться не востребованным в век высоких технологий.

Наш век характеризуется технологичным взрывом. Вокруг нас в ежедневной жизни появляются все новые и новые «гаджеты», не одно производство, ни одна сфера жизни деятельности не обходится без технологичных «ноу-хау». От умения быстро перестроится, от умения рационально с биомеханической точностью динамического движения проявлять накопленные двигательные ресурсы применительно к осваиванию новых ситуационных действий зависит личностный рост человека и его профессиональная состоятельность.

В теории физического воспитания данные способности и качества связаны с таким понятием как ловкость. Фурманов А.Г., Круталевич М.М., Кузьмина Л.И. трактуют понятие «ловкость», как умение быстро реагировать на изменяющиеся ситуации и координационно точно выполнить двигательные действия. Умение оперативно приспосабливаться к новым неожиданным обстоятельствам, преподносимым жизнью. От ее целесообразности и рационально качественного освоения новых двигательных действий для успешного решения возникающих задач в модернизированных обстоятельствах – зависит состоятельность человека в современном мире. [25, с. 151]

Ловкость – определяется многими факторами. Здесь наиболее значимыми является высокоразвитое мышечное чувство и так называемого нейропластичность мозга. От этого зависит срочность образования координационных связей и скорость перехода от одних реакций и установок к другим. Именно координационные способности, их совокупность по Ж.К. Холодову и В.С. Кузнецову составляют основу ловкости. Ловкости позволяющей наиболее успешно приспосабливаться к жизненным требованиям.

Без развитых координационных способностей не существовало бы такое физическое качество как ловкость.

Попробуем разобраться, что такое координационные способности и зачем они нужны.

В.С. Кузнецов и Ж.К. Холодов трактуют координационные способности как, – быстроту, точность, целесообразность, экономичность и находчивость, необходимые для решения двигательных задач [9, с. 130].

С ними солидарна Н.И. Козлова и трактует понимание координационных способностей следующим образом:

- способность строить целесообразно целостные двигательные акты;
- способность точно, экономно и находчиво выбрать формы действий для наиболее рационального решения двигательных задач в неожиданных сложных возникающих ситуациях [22, с. 167].

Из выше перечисленного вытекает, что для успешного функционирования человека, в современном социуме необходимо активно

развивать такое физическое качество как ловкость, которая непосредственна, связана с координационными способностями.

Необходимость разобраться и ответить на ряд вопросов (что же такое координационные способности; как они связаны с ловкостью; как и в каком возрасте их лучше развивать) остановила мой выбор на данной теме курсовой.

«Развитие координационных способностей в младшем школьном возрасте» – данный возрастной период выбран мной сознательно, так как именно в этот отрезок времени дети делают первые шаги к взрослой, самостоятельной жизни и какие знания и навыки они приобретут в начале пути – поможет в их профессиональном становлении.

Из этого вытекает решения вопроса о важности развития и совершенствования координационных способностей: с целью развивать пластичность реакции с рациональным решением на нестандартные ситуации, которые возникают вокруг нас в повседневной жизни, преподносимые внешним высокотехнологичным миром.

Для младшего школьного возраста жизненно актуально приобретать как можно больше двигательного опыта, который ребята смогут в дальнейшем использовать. Необходимо включать большое, разнообразное количество заданий для всех частей тела, имеющих разнородную динамическую, пространственно-временную структуру, что позволит решить задачу поставленную в учебной программе по предмету «Физическая культура и здоровье» 1-3 классы «разностороннего физического, интеллектуального, духовно-нравственного развития и оздоровления обучающихся» [20, с. 3].

Развитие ребенка и его нормальный рост обеспечивается слаженной работой всех групп мышц. Без слаженности жизненно важных функций организма регулирующие анализаторы: зрительные, слуховые, вестибулярные и опорно-двигательного аппарата – координация у детей будет на низком уровне [1, с. 21].

Поэтому на первое место в развитии у детей мы бы гипотетически вывели координационные способности, которые начинают формироваться с первых лет жизни человека, с первой попытки поднять голову, взять погремушку и т.д.

Тренировка подвижности, ритмичности и ловкости с раннего возраста родителями и педагогами позволяет закреплять полученные двигательные задатки и развивать согласованное взаимодействие тормозящих и возбуждающих процессов в детском головном мозге. Работа центральной нервной системы одновременно координируется, что позволяет для развития двигательной активности достичь более высоких результатов.

В курсовой работе нами выбрана для исследования тема развития координационных способностей у младшего школьного возраста: когда дети приходят в школу и получают новый виток в развитии своих способностей, когда к их физической выносливости предъявляются дополнительные требования, включающие в себя сидение за партой, перенос школьных учебников, выполнения новых заданий. Именно в школе они начинают проводить большую часть своей подвижной деятельности. Направить, помочь сформировать их способности одна из важнейших задач педагога.

Цель исследования – изучение методики и средств развития и совершенствования в младшем школьном возрасте координационных способностей.

Задачи исследования:

1. Изучить научно-методическую литературу по развитию координационных способностей.
2. Выявить наиболее результативные средства и методы развития координационных способностей.
3. Определить эффективные методы оценки уровня развития координационных способностей.

Предмет исследования – методика и средства развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста.

Объект исследования – координационные способности в младшем школьном возрасте.

Методы исследования: теоретический, общенаучный, психологический, собственно практический, социологический.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ