

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

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Курсовая работа  
слушателя 2 года обучения  
группы ФО-171 специальности  
переподготовки 1-03 02 71  
«Физкультурно-оздоровительная  
работа в учреждениях образования»  
заочной формы  
получения образования  
Шелест Маргариты Алексеевны  
Научный руководитель:  
Кузьмина Л.И., кандидат  
педагогических наук, доцент  
Защищена  
\_\_\_\_\_ 2018  
С оценкой \_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Минск, 2018

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3

ГЛАВА 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Ошибка! Закладка не определена.**

- 1.1. Параметры физического развития детей 6-11 лет 5  
1.2. Сущность понятия «осанка» и особенности ее формирования в  
младшем школьном возрасте

**Ошибка! Закладка не определена.**

ГЛАВА 2. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПО  
ФОРМИРОВАНИЮ ОСАНКИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА

**Ошибка! Закладка не определена.**

- 2.1. Эффективные упражнения, методы и приемы по формированию  
правильной осанки у детей 6-11 лет

**Ошибка! Закладка не определена.**

- 2.2. Организация деятельности учителя по формированию правильной  
осанки

**Ошибка! Закладка не определена.**

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

**Ошибка! Закладка не определена.**

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

**Ошибка! Закладка не определена.**

## ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе развития нашего общества забота о здоровье подрастающего поколения, его физическом развитии являются делом особой важности.

Как показывает практика и большое количество эмпирических исследований, физическое состояние младших школьников находится в большинстве случаев в неудовлетворительном состоянии. Еще в дошкольном возрасте многие из детей уже имеют отклонения со стороны опорно-двигательного аппарата – это плоскостопие, вальгусное или варусное искривление ног, различные нарушения осанки, отставание в развитие мышечного корсета. Изменение режима дня, увеличение физической нагрузки, психологическое напряжение, все эти составляющие приводят к ухудшению физического состояния школьников младших классов, дети меньше двигаются, вследствие чего уменьшается гибкость связок, подвижность суставов, эластичность мышц. Эти факторы ведут к увеличению заболеваний среди детей. В школе оздоровлением, развитием физических качеств в основном занимается учитель физической культуры.

Занятия по физической культуре в том числе направлены и на формирование правильной? Исправлением дефектов осанки, ее формированием в большей степени занимаются на уроках лечебной физкультуры, но эти уроки, во-первых, проводятся только с определенной группой учащихся, имеющих серьезные нарушения осанки, во-вторых, детям не всегда интересно выполнять однообразные движения. Поэтому одной из форм, обеспечивающих формирование правильной осанки и общее физическое развитие организма детей младшего школьного возраста, является партерная гимнастика.

Для формирования правильной осанки, а также для подвижности и гибкости всего тела в целом очень важна роль уроков физической культуры. Средствами физической культуры достигается физическое совершенство и культура движений, а также тренируется мышечный аппарат учащихся.

Партерная гимнастика является одной из ведущих форм работы в системе физического обучения. Во-первых, упражнения на полу (в партере) позволяют с наименьшими затратами энергии решать сразу несколько задач, направленных на улучшение гибкости суставов, увеличение эластичности связок и силы отдельных групп мышц, предупреждения и исправления некоторых физиологических недостатков в развитии детей. Во-вторых, применение различных комплексов делает обучение детей интересным, содержательным и результативным. Поэтому темой курсовой работы избрана «Использование средств физической культуры для коррекции физического развития детей младшего школьного возраста».

Цель курсовой работы: теоретически рассмотреть проблему физического развития детей младшего школьного возраста и выявить эффективные средства и методы по улучшению физического развития и формированию правильной осанки детей младшего школьного возраста.

Задачи:

- изучить проблему физического развития детей младшего школьного возраста;
- раскрыть особенности физического развития и формирования осанки в младшем школьном возрасте;
- разработать комплексы упражнений для начальных классов по формированию правильной осанки у учащихся.

Объект исследования: процесс формирования правильной осанки учащихся.

Предмет исследования: партерная гимнастика как средство формирования правильной осанки учащихся и их физического развития.

Методы: анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования; изучение и обобщение педагогического опыта; наблюдение.

Практическая значимость работы заключается в описании средств формирования осанки учащихся начальных классов на занятиях физической культуры. Данный материал может быть использован на уроках физической культуры.