

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.