

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://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/205535>

Тип работы: Научно-исследовательская работа

Предмет: Физическая культура и спорт

-

«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТБОЛОВ В ПРОФИЛАКТИКЕ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Актуальность темы исследования

Неотъемлемой составной частью физической культуры является воспитание и формирование правильной осанки человека.

Согласно современным взглядам, осанка является интегральной характеристикой состояния организма и отражает результат комплексного воздействия на него факторов физической и социальной среды.

Здоровье детей во многом зависит от постановки физической культуры в семье и в детских учреждениях. Необходимо добиваться, чтобы дети испытывали потребность в физических упражнениях.

Правильная осанка хорошо сложенного человека характеризуется собранностью, подтянутостью, при этом голова держится прямо, плечи развернуты, живот подобран, ноги разогнуты в тазобедренных и коленных суставах, пятки вместе. Профиль позвоночника образует волнообразную линию с равномерными возвышениями и углублениями одинаковой высоты.

Правильная осанка оказывает благоприятное воздействие на работу сердечнососудистой и дыхательной систем, двигательного аппарата и центральной нервной системы. Хорошее физическое развитие и полноценное здоровье возможно только при правильной осанке.

По данным Министерства здравоохранения РФ и Министерства образования РФ в различных регионах страны сколиозы регистрируются у 8%, а нарушения

Список литературы

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. Б.А. Ашмарин. – М.: ФиС, 2002. – 136 с.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 160 с.
3. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ОУ. – М.: 5 за знания, 2005. – 112 с.
4. Готовцев П.И. Лечебная физическая культура и массаж [Текст]/П.И. Готовцев. – М.: Медицина, 2008. – 167 с.
5. Гришин Т.В. Методы профилактики нарушений осанки у детей в общеобразовательных школах / Т.В. Гришин, С.В. Никитин. – Москва, 2000. – № 3. – С. 38-42.
6. Загвязинский В.И. Методология и методы психолого-педагогического исследования. Р.В. Атаханов, В.И. Загвязинский. – М.: Издательство «Академия», 2005. – 135 с.
7. Калб Т.Л. Проблемы нарушения осанки и сколиозов у детей. Причины возникновения, возможности диагностики и коррекции / Т.Л. Калб. – Тула, 2001. – 420 с.
8. Карташева Н.В., Яцко Н.Г., Новик Г.В. Карта диагностики физического развития. – Гомель, 2009. – 169-170 с.
9. Каштанова Г.В. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей школьного и младшего школьного возраста [Текст]/Г.В. Каштанова. – М.: АРКТИ, 2006. – 121 с.
10. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников при нарушениях опорно-двигательного аппарата. О.В. Козырева. – М.: Просвещение, 2003. – 110 с.
11. Котешова И.А. Нарушение осанки: лечение и профилактика [Текст]/ И.А. Котешов. – М.: ЭКСМО, 2004. – 233 с.
12. Лебедева О.П. Комплексная учебно-оздоровительная программа физического воспитания школьников 11-14 лет специальной медицинской группы с элементами тренировочной направленности в условиях крайнего Севера: автореф. дис. канд. пед. наук / О.П. Лебедева. – Омск, 2000. – 24 с.
13. Ловейко И.Д. Формирование осанки у школьников [Текст] / И.Д. Ловейко // Пособие для учителей и школьных врачей. – М.: Просвещение, 1970. – 95 с.
14. Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушение осанки в ДОУ. О.Н. Моргунова. – Воронеж: ТЦ Учитель, 2005. – 122 с.

15. Николайчук Л.В. Остеохондроз, сколиоз, плоскостопие [Текст]/Л.В. Николайчук, Э.В. Николайчук. – Мн.: Книжный Дом, 2004. – 143 с.
16. Пласкунова Э.В. Коррекционное значение средств адаптивной физической культуры в восстановлении двигательной функции у детей с сочетанными нарушениями в развитии // Физическая культура: учебное пособие / Э.В. Пласкунова. – Москва, 2008. С. 34-56.
17. Потапчук А.А. Осанка и физическое развитие детей [Текст]/А.А. Потапчук, М.Д. Дидур. – СПб.: Речь, 2001. – 162 с.
18. Сидоров С.П. Различные нарушения осанки у детей и подростков и занятия физкультурой и спортом : учебное пособие/ С.П. Сидоров. – Москва, 2008. –320 с.
19. Ситко И.А. Нарушения осанки и сколиоз у детей. – Омск, 2006. – 22 с.
20. Удалова Е. П. Профилактика и коррекция нарушения осанки с помощью аэробики на фитболах для студентов специальной медицинской группы / Е. П. Удалова, Н. В. Южакова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2015. — № 24 (104). — С. 679-687.
21. Федотова Т.Д. Физические упражнения как основное средство предупреждения нарушений осанки в школьном возрасте : учебное пособие / Т.Д. Федотова, В.С. Пайданов. – Москва, 2018. – 280 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://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/205535>