

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/magisterskaya-rabota/341417>

Тип работы: Магистерская работа

Предмет: Физическая культура и спорт

Введение.....	3
Глава 1 Теоретический анализ методики обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию в рамках межведомственной программы плавания для всех, начальный этап подготовки.....	5
1.1 Межведомственная программа «Плавание для всех».....	5
1.2 Возрастные и физиологические особенности детей младшего школьного возраста 9-10 лет.....	12
1.3 Методика обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию.....	21
Список использованных источников.....	30

Введение

Вопросам развития физической культуры и спорта, в т.ч. детско-юношеского, традиционно уделяется большое внимание в нашей стране. С другой стороны, в последние десятилетия содержательная и организационная стороны занятий по физической культуре у младших школьников приобрели ряд противоречивых черт. Они нуждаются во внесении ряда прогрессивных изменений, которые позволят российской школе продолжать своё поступательное развитие. Это, в свою очередь, требует разработки новых механизмов, позволяющих повысить двигательную активность младших школьников, тем самым увеличив эффективность их обучения, развития и воспитания в рамках занятий по дисциплине «Физическая культура».

При этом одним из наиболее прогрессивных средств физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности школьников является плавание. Правильно организованные занятия данным видом спорта способствуют всестороннему развитию детей.

На сегодняшний день существует большое количество методик и стратегий обучения школьников различным техникам плавания, в т.ч. с применением вспомогательных средств. Но анализ доступной литературы по физической культуре показал, что вопрос методики обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию в рамках межведомственной программы «Плавание для всех» освещен довольно поверхностно и требует дальнейшего совершенствования и разработки. Из всего вышеизложенного видна актуальность избранной темы работы.

Гипотеза: предполагается, что разработанная методика обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию в рамках межведомственной программы «Плавание для всех», начальный этап подготовки будет положительно влиять на обучение детей младшего школьного возраста плаванию.

Предмет исследования: плавание.

Объект исследования: методика обучения детей младшего школьного возраста плаванию.

Цель исследования состоит в изучении методики обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию в рамках межведомственной программы плавания для всех, начальный этап подготовки.

Задачи исследования:

1. Проанализировать межведомственную программу «Плавание для всех».
2. Рассмотреть возрастные и физиологические особенности детей младшего школьного возраста 9-10 лет.
3. Изучить методику обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию.
6. Провести экспериментальное исследование методики обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию в рамках межведомственной программы плавания для всех, начальный этап подготовки.
7. Разработать экспериментальную методику обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию в рамках межведомственной программы плавания для всех, начальный этап подготовки.

При проведении эксперимента применялись следующие методы: анализ научно-методической литературы; тестирование физической подготовленности; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Теоретическая база работы – статьи, монографии, иные работы различных исследователей и ученых по

вопросам, являющимся предметом настоящего исследования.

Структуру работы определяют цели и задачи исследования. Работа состоит из введения, основной части, заключения, списка использованных источников.

Глава 1 Теоретический анализ методики обучения детей младшего школьного возраста 9-10 лет плаванию в рамках межведомственная программа плавание для всех, начальный этап подготовки

1.1 Межведомственная программа «Плавание для всех»

Последние 10 лет Правительство России держит курс на массовое оздоровление нации, увеличение продолжительности жизни, создание условий для систематических занятий физической культурой и спортом для всех категорий населения.

Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 определены национальные цели и стратегические задачи развития Российской Федерации на период до 2024 года, позволяющие осуществить прорывное социально-экономическое развитие Российской Федерации, повышение уровня жизни граждан, создание комфортных условий для проживания, а также условий и возможностей для самореализации и раскрытия таланта каждого человека [1].

Также ещё одним основным ориентиром развития сферы физической культуры и спорта является Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года. В соответствии с ней доля населения систематически занимающихся физической культурой и спортом должна составить 70% [2].

Таким образом, для достижения целевых показателей необходимо создать максимальное количество доступных видов спорта для населения, сформировать условия для регулярных занятий. В связи с этим разрабатываются различные комплексные и межотраслевые программы, позволяющие добиться поставленных целей. Одной из таких программ является межведомственная программа «Плавание для всех». Целью программы является создание условий для обучения и занятий плаванием различных возрастных и социальных групп населения Российской Федерации, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Плавание является жизненно необходимым навыком. Правительство Российской Федерации ставит перед собой задачу массового обучения населения плаванию.

Ещё с давних времен вода всегда окружала человека, особое место уделялось процедурам, связанным с водой, она укрепляла и оздоравливала организм. В Древней Индии, Греции, Египте, большинство обрядов проводилось с использованием воды: купание, омовение, погружение в воду. Теория Дарвина гласит, что жизнь на Земле зародилась миллионы лет назад именно в воде, тела всех живых существ содержат в себе воду.

На современном этапе развития физической культуры и спорта большое значение уделялось и уделяется до сих пор изучению влияния плавания на организм человека.

Плавание — это особое умение человека держаться и передвигаться по воде и под водой с помощью собственной мускулатуры. Во время плавания в работу включается большое количество мышц, что способствует развитию физической выносливости. Плавание в целом оказывает оздоровительное влияние на организм, что позволяет людям любой возрастной группы поддерживать свое здоровье. Существует несколько стилей плавания, такие как кроль, кроль на спине, брасс и баттерфляй. Из этих стилей наиболее быстрым является кроль. Он характеризуется попеременными и симметричными движениями руками и ногами. Существует так же несколько видов плавания, такие как спортивный вид, оздоровительный, лечебный, прикладной, игровой и фигурный (синхронный).

Занятие плаванием помогает выполнять сразу несколько задач:

- тренировать и развивать мышечный корсет;
- восстанавливать и расширять подвижность суставов;
- тренировать сердечно-сосудистую систему;
- тренировать дыхательную систему;
- закалять организм и развивать иммунную систему;
- развивать выносливость [6, С. 49].

Дети, которые занимаются плаванием, становятся физически развитыми, более выносливыми, а также уравновешенными, так как плавание оказывает положительное влияние и на нервную систему.

Плавание – один из тех видов спорта, которые разносторонне влияют на гармоничное развитие организма человека. Навыки плавания жизненно необходимы и детям, и взрослым в их повседневной учебной и

трудовой деятельности. При правильно организованной деятельности плавательный бассейн располагает благоприятной атмосферой для самопознания и самовоспитания, что обусловлено рядом особенностей. Взаимодействие детей в бассейне носит нетрадиционный характер по содержанию и форме включения их в те или иные сферы деятельности, что способствует проявлению инициативы к обучению плаванию, повышению интереса к нему. Происходит постоянный самоанализ происходящего в бассейне, в том числе и участия каждого ребенка в его жизни. Характер развития и степень оздоровления детей в значительной мере зависят от уровня профессионализма и специальной компетентности взрослых, которые организуют жизнедеятельность ребенка в бассейне в течение всей учебы и каждого дня.

Основная проблема, с которой сталкиваются специалисты, работающие в сфере физкультуры и спорта, – это трудность приобщения как можно большего количества детей школьного возраста к активным физкультурно-оздоровительным занятиям, в том числе и плаванию. Привлекательной и действенной в физкультурно-образовательном отношении формой организации физкультурно-спортивной деятельности является спортивно-оздоровительное мероприятие – спортивный праздник. Физкультурно-спортивные праздники на воде – одна из форм формирования интереса к занятиям плаванием. В современной психолого-педагогической литературе по проблемам организации детских праздников в плавательных бассейнах отмечается, что работа в этом направлении проводится нерегулярно. В связи с этим необходима методическая работа по созданию оптимальных педагогических условий физического воспитания детей в условиях плавательного бассейна средствами физкультурно-спортивных праздников на воде.

Плавание оказывает благотворное влияние на весь организм, помогает человеку в определенных жизненных ситуациях, имеет важное прикладное значение в деятельности человека. Когда человек приобретает навык плавания, то этот навык остается с ним на всю жизнь. Рассмотрим, какое влияние оказывает плавание на отдельные системы организма.

1. Указ Президента РФ от 07.05.2018 N 204 (ред. от 21.07.2020) "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года" // "Собрание законодательства РФ", 14.05.2018, N 20, ст. 2817.
2. Распоряжение Правительства РФ от 24.11.2020 N 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» // "Собрание законодательства РФ", 07.12.2020, N 49, ст. 7958.
3. Абытова Ж.Р., Эгамбердиева Г.Д. Методика обучения плаванию игровыми методами // Проблемы науки. 2021. № 4. С. 79-81.
4. Богатырев, В.С. Методика развития физических качеств младших школьников: учебное пособие. - Киров, 2018. 349 с.
5. Бишаева А.А. Физическая культура: Учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования. - М.: ИЦ Академия, 2019. – 572 с.
6. Григорьева Е.Л., Белоусова К.В. Влияние занятий плаванием на функциональные системы организма младших школьников // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. № 2 (23). С. 49-51.
7. Горькова, Л.Г. Занятия физической культурой: Основные виды, сценарии занятий. Развитие креативности школьников. – М.: ЗНАНИЯ, 2019. 183 с.
8. Завьялова, Т.П. Теория и методика физического воспитания школьников: учебное пособие для вузов. - 2-е изд. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 749 с.
9. Кротова, В.Ю. Формирование и укрепление здоровья детей школьного возраста средствами лечебной физической культуры / В. Ю. Кротова, О. А. Григорьев // Концепт. – 2019. – С. 148.
10. Карпов В.Ю., Савельева Ю.О., Лапина Н.М. и др. Индивидуализация процесса обучения плаванию в детских абонементных группах // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 4 (158). С. 134-138.
11. Кузиева Ф.И. Роль физической культуры в формировании личности // Вестник науки и образования. 2021. № 4 (129). С. 14-17.
12. Кустова И.А. Особенности методики обучения детей 8-9 лет плаванию на глубокой воде // В сборнике: Традиции и инновации физического воспитания обучающихся образовательных организаций. сборник научных трудов. Вологда, 2021. С. 36-44.
13. Леонова Л. А. Особенности физического развития детского организма // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. - 2019. - № 2. - С. 92.
14. Леонова, Л. А. Особенности физического развития детского организма, исследование и оценка состояния телосложения у детей 9-10 лет // Концепт. – 2018. – С. 92.

15. Макарчев В.А. Значимость обучения плаванию детей дошкольного возраста в формировании жизненно-необходимых навыков // Наука-2020. 2021. № 1 (46). С. 119-122.
16. Ольховская О.Г., Понимасов О.Е., Барченко С.А. Формирование технико-динамической структуры движений юных пловцов на этапе начальной спортивной специализации // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2019. № 10 (176). С. 257-260.
17. Платонова, Т.В. Влияние программ ЗОЖ и фитнес клубов на систему оздоровления населения РФ // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 3 (145). С. 148-152.
18. Полянская Г.В. Методика обучения физической культуре в начальной школе // Вестник науки и образования. 2019. № 155. С. 86 – 91.
19. Тычкина К.А. Игровой метод в процессе обучения плаванию детей младшего школьного возраста // Педагогическое образование в России. 2020. № 6. С. 75-79.
20. Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса: сб. материалов национальной науч.-практ. конф., 13 мая 2020 г., Шуйский филиал ИвГУ. – Шуя: Изд-во Шуйского филиала ИвГУ, 2020. – С.84.
21. Юсупова З.Ш. Современные методы преподавания физического образования в начальных классах // Проблемы науки. 2021. № 2 (61). С. 20-23.

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/magisterskaya-rabota/341417>