

*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/kursovaya-rabota/344527>

**Тип работы:** Курсовая работа

**Предмет:** Физическая культура и спорт

Введение 3

Глава 1. Особенности развития координации у детей младшего школьного возраста посредством ритмической гимнастики у детей младшего школьного возраста 5

1.1 Анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста 5

1.2 Особенности развития координации у детей младшего школьного возраста. 9

Глава 2. Эмпирическое исследование развития координации 15

2.1. Методы и организация исследования 15

2.2. Определение уровня развития координации у детей младшего школьного возраста 17

Заключение 23

Список использованных источников 26

Приложение 28

Актуальность темы нашей работы определяется тем, что в настоящее время в современном глобализирующемся мире эпоха гаджетов и интернета диктует для родителей и педагогов новые проблемы. Одна из них – малоподвижность подрастающего поколения.

Следует отметить, что в рамках школьных уроков физической культуры в начальной школе педагог не всегда может освоить программный материал по некоторым видам спорта и, как правило, школьники только поверхностно могут овладеть основами техники того или иного вида спорта, при этом, имея большое желание более детально постичь ее за пределами школы.

Школьные спортивные секции, а также система дополнительного образования являются одной из адаптированных инноваций, которые могли бы учитывать интересы занимающихся на занятиях физической культурой и повысить двигательную организованную активность учащихся начальной школы [15].

Объект исследования: уровень развития координации у детей младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования.

Предмет исследования: влияние ритмической гимнастики на уровень развития координации у детей младшего школьного возраста.

Цель исследования состоит в том, чтобы изучить влияние ритмической гимнастики на уровень развития координации у детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать особенности развития координации у детей младшего школьного возраста посредством ритмической гимнастики у детей младшего школьного возраста.
2. Разработать методы и организацию исследования.
3. Проанализировать влияние ритмической гимнастики на уровень развития координации у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования состоит в том, что ритмическая гимнастика – это вид спорта, который позволяет значительно повышать уровень развития координации у детей младшего школьного возраста.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что были обобщены сведения о координации, ее развитии, в том числе средствами ритмической гимнастики.

Практическая значимость исследования состоит в том, что полученные сведения могут быть использованы в практической деятельности специалиста в области физической культуры и спорта.

Методы исследования:

– методы теоретического уровня: анализ научно-методической литературы по различным аспектам психофизиологического развития детей начальной школы;

-педагогические наблюдения, анализ и обобщение практического опыта; сравнительный анализ, синтез, интерпретация, проектирование;

– методы эмпирического уровня: планируемые и естественные эксперименты с участием школьников младшего школьного возраста. Полученные результаты обрабатывались посредством математической статистики.

Курсовая работа включает в себя введение, три главы, заключение, список использованных источников.

## Глава 1. Особенности развития координации у детей младшего школьного возраста посредством ритмической гимнастики у детей младшего школьного возраста

В первой главе исследования представлен литературный обзор по проблеме изучения специфики физического развития детей младшего школьного возраста, характеристика координационных способностей.

### 1.1 Анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста

Дети младшего школьного возраста интенсивно развиваются. Касается это развития как анатомо-физиологических, так и психологических особенностей [4].

Анатомо-физиологическое развитие заключается в постепенном совершенствовании всех органов и их систем, формировании более адекватных типов их взаимодействия, регулирования. В частности, активные преобразования происходят в строении опорно-двигательного аппарата. Так, в 6-10 лет отмечается усложнение в строении суставных капсул, увеличение числа ворсинок, складок синовиальной мембраны, формирование ее сосудистой сети и нервных окончаний.

В фиброзной мембране суставной капсулы увеличивается количество коллагеновых волокон, они утолщаются, обеспечивая суставам дополнительную прочность.

В младшем школьном возрасте продолжают формироваться изгибы позвоночника, но увеличение его линейных параметров замедляется. Замедляется и рост грудной клетки.

В 7-18 лет сильнее всего растет средняя ее часть. Череп также продолжает расти. Процесс этот равномерный, медленный. В целом существенный рост черепа не происходит, поскольку черепные кости уже полностью срослись, а развитие головного мозга происходит по пути совершенствования, усложнения его структур. В костях постепенно протекают процессы окостенения, они увеличиваются в длину и толщину[1].

Постепенно увеличивается мышечная масса, удлиняются сухожилия. Увеличивается эластичность мышечных волокон, в них возрастает число миофибрилл. При этом очень важна физическая активность. К возрасту 8-10 лет ребенок достигает такого уровня функциональной зрелости, при котором способен длительно поддерживать работоспособность.

### Научная литература

1. Безруков М.М. и др. Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка): учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений// М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
2. Бернштейн Н. А. О ловкости и её развитии / Н. А. Берштейн. - М.: ФиС, 2001. - 186 с.
3. Возрастная и педагогическая психология: учебник для СПО/ под ред. Б.А. Сосновского. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 359 с.
4. Ермоленко Е.К. Возрастная морфология: учебник / Е.К. Ермоленко. – Ростов н/Дону: Феникс, 2006. – 464 с.
5. Курысь В. Н. Ритмическая гимнастика в школе : учебник / В. Н. Курысь, Н. Н. Грудницкая. – С.: СГУ, 2018. – 204 с
6. Лях, В.И. Координационные способности: диагностика и развитие / В.И. Лях.- М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 290 с.
7. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учебник для бакалавров/ Л.Ф. Обухова. – М.: Издательство Юрайт, 2013. – 460 с.
8. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология: учеб. пособие/ И.М. Прищепа. – Минск: новое знание, 2023. – 416 с.
9. Сапин М.Р. Анатомия и физиология детей и подростков: учеб. пособие для студ. пед. вузов/ М.Р. Сапин, З.Г. Брыксина. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 432 с.
10. Холодов Ж.К., Кузнецов, В.С. Физическое воспитание и спорт.- М.: Академия, 2016. - 480 с.
11. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). – М.: Гардарики, 2005. – 349 с.

## Научные статьи

12. Вологжина Е.В. Влияние ритмической гимнастики на развитие координации в младшем школьном возрасте на уроках физической культуры /Е.В. Вологжина, С.В. Степанов //Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма. Материалы Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов, соискателей и студентов. В 2-х частях. Том Часть 2. Редколлегия: В.А. Аикин [и др.], под общей редакцией Н.В. Колмогоровой. Омск, 2022. С.31-36.
13. Перетягина Т.Г. Ритмическая гимнастика как средство развития ритмичности движений и физических способностей у детей младшего школьного возраста /Т.Г. Перетягина //Международный студенческий научный вестник. 2020. №3. С.82.
14. Сейтвелиева Э. Э. Ритмическая гимнастика как эффективное средство развития координации детей старшего дошкольного возраста. // Молодой ученый. - 2016. - №6. - С. 807-809.
15. Федорова М.Ю., Шмакотин А.Д. Особенности организации школьной спортивной секции /М.Ю. Федорова, А.Д. Шмакотин //Научное и образовательное пространство: перспективы развития.-2017.-С.225-230.

## Авторефераты

16. Иванова Е.В. Методика развития координации движений рук у девочек, занимающихся художественной гимнастикой, на этапе начальной подготовки /Е.В. Иванова. Автореферат диссертации. 2009. 24 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/kursovaya-rabota/344527>