

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://studservis.ru/kursovaya-rabota/371001>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Физическая культура (другое)

ВВЕДЕНИЕ.....

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ШКОЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ

1.1 Теоретический анализ проблемы школьной адаптации.....

1.2 Особенности и задачи физического воспитания в начальной школе.

1.3 Средства физического воспитания учеников начальных классов.....

1.4 Развитие двигательных качеств учеников начальных классов.....

ГЛАВА 2. АНАЛИЗ РОЛИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК СРЕДСТВА АДАПТАЦИИ К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ

2.1 Роль физической культуры в формировании адаптационных способностей школьников к образовательному процессу

2.2 Особенности адаптации первоклассников на уроке физкультуры....

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ШКОЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ

1.1 Теоретический анализ проблемы школьной адаптации

В современном мире постоянно происходят какие-то изменения, которые затрагивают абсолютно все сферы деятельности человека. Не прошли изменения и мимо образовательной сферы, вызвав проблемы, связанные с адаптацией учащихся начальной школы.

В настоящее время данная проблема становится все более распространенным явлением, количество неадаптированных учеников в начальной школе постоянно растет, подтверждению этого факта служат исследования многих ученых, среди которых можно выделить работы Е. Каган.

Интерес к этой теме не спадает и только растет, и это не смотря на, что это вопрос начал изучаться довольно давно еще с 1970 г. Одной из первых была Т. В. Снегирева, в своих исследованиях она определила основные факторы, влияющие на успешную адаптацию [12].

С 1970 по 1980-е годы тема изучалась психологами С. Б. Данияровым и В. В. Соложенкиным, в своих работах они исследовали и анализировали адаптацию студентов в университете.

Адаптация учащихся школ начала интересовать психологов и педагогов только в 1990 годах, когда в школах начали создавать психологические службы и кабинеты. Вопросом изучения являлась связь адаптации человека в социальной среде, которая является непрерывной и связана с периодами радикальной смены деятельности и социальной среды.

В образовательной школьной среде, к таким периодам относится:

1. начало учебы в школе,
2. переход к окончанию средней школы (в 5 классе),
3. переход к профильному обучению (9-10 классы),
4. завершение обучения, в том числе для профессионального самоопределения.

Здесь нужно заметить, что адаптация к школе рассматривалась не только как процесс адаптации к эффективному функционированию в данной среде, но и как активное освоение человеком окружающего пространства, неразрывно связанное с психологическим, социальным и личностным процессом. Все процессы рассматривались с различных сторон.

Что касается вопросов связанных с адаптацией первоклассников, то им уделялось и продолжает уделяться большое внимание. И это не случайно, так как начало обучения в школе многим детям дается нелегко и это отражается на ребенке как в социальных отношениях, так и в личностном.

В исследованиях многих авторов, среди которых Д. Б. Эльконин и А. Л. Венгер, по адаптации первоклассников к образовательной среде, большое значение придается готовности к школе и адаптации первоклассника к новым систематическим условиям связанных с обучением и роли в группе сверстников.

Это связано прежде всего тем, что при поступлении ребенка в школу условия воспитания в семье значительно меняются, так как создается атмосфера школьного обучения, которая требует от ребенка порой серьезных усилий как в эмоционально-волевом плане, так и когнитивных, и физических нагрузок, к ребенку постоянно предъявляются все новые и новые требования, иногда даже выше уровня способностей ребенка. [17].

В своих исследованиях Д. Б. Эльконин указывает, на то, что систематическое обучение в школе имеет свои особенности: приступая к обучению ребенок начинает заниматься социально значимой и социально оцениваемой деятельностью - педагогической. Исследования также показывают, что организованное школьное обучение требует соблюдения тех же правил и требований, установленных для всех, которых учащиеся придерживаются в школьной среде. Принимая во внимание все вышесказанное, отметим, что адаптация школы предполагает не только адаптацию первоклассников и даже адаптацию пятиклассников к школе, но и состояние соответствия выполняемой учебной деятельности внутренним особенностям учащегося на протяжении всего занятия, в то время как проблема адаптации наиболее остро стоит именно на переходных этапах.

Кроме того, здесь стоит учитывать, что успех первоклассника в его дальнейшей образовательной деятельности будет напрямую зависеть того, как хорошо он сможет адаптироваться к обучению в школе. Процесс адаптации в начале образования связан с трудностями и поэтому может негативно сказаться на дальнейшем обучении в школе.

Некоторые авторы утверждают, что адаптация ребенка к новой социально-педагогической среде подразумевает адаптацию к функционированию в рамках специально организованной педагогической деятельности, а именно выполнение академических и социальных требований, принятие определенных статусных и ролевых обязательств. Понятно, что такая адаптация происходит не только на внешнем, поведенческом, уровне, но и на внутреннем, личностном - определенные мотивационные установки, личностные характеристики.

Также с процессом обучения непрерывно связана и внутренняя психическая жизнь первоклассника, поэтому все успехи и неудачи, которые будут возникать во время обучения будут иметь аффективную окраску. Соответственно к адаптации будет приводить удачное сочетание внутренних и внешних факторов, неблагоприятное - к дезадаптации, т.е к трудностям в обучении, которые могут сопровождаться конфликтами с одноклассниками и учителями, низкой мотивацией к обучению.

М. Г. Битянова, считает, что адаптированным можно назвать, только того ребенка, который смог полностью адаптироваться к развитию своих личных, физических, интеллектуальных способностей в новой образовательной среде.

Т. В. Дорошевца, рассматривая взаимосвязь между адаптацией и дезадаптацией, считает, что адекватная психологическая адаптация связана с требованиями характеризуется успешной способностью к адаптации к неблагоприятным социальным условиям и неадекватной, которая, в свою очередь, характеризуется внутриличностными конфликтами, высоким уровнем невротизма, плохой социальной адаптируемостью и эмоциональной уязвимостью [23].

Кроме того, Т. В. Дорошвец была разработана модель школьной адаптации, состоящая из трех основных направлений:

- 1) Академическая адаптация, которая включает в себя степень соответствия поведения ребенка к нормам школьной жизни.
- 2) Социальная адаптация, которая отражает успешность как вхождение ребенка в новую социальную среду.
- 3) Личностная адаптация, которая характеризует восприятия ребенком самого себя.

Изучая различные подходы к компонентам адаптации, так же стоит упомянуть Д. Ю. Соловьева, определившим четыре компонента школьной адаптации:

- 1) организационный - адаптация ребенка основана на принятии новой системы организации жизни;
- 2) педагогически-мотивационный - позиция ребенка на данном этапе жизни;
- 3) социальный - поведение ребенка в школе, контакт с коллективом;
- 4) психологический - эмоциональные проявления ребенка.

1.2 Особенности и задачи физического воспитания в начальной школе

Особенности физического воспитания детей младшего школьного возраста вызвана особенностями:

- анатомическими,
- физиологическими,

- психологическими.

Для примера можно рассмотреть данные ребенка 7 и 10 лет. У 7-летнего ребенка ЧСС = 88 ударам в минуту, а 10-летнего – 79 ударов. АД у ребенка 7 лет 85/60, а у 10 лет – 90/55. Масса и размер сердца меньше, окостенение скелета не закончено, мышцы развиты слабо, связки и сухо-жилия недостаточно сильны, при составлении программ для физического воспитания необходимо это учитывать, так как неправильно разработан-ная нагрузка может негативно сказать на ребенке и чрезвычайная нагрузка может способствовать деформации позвоночника, а сильные переутомле-ния привести к задержке роста ребенка [13].

Начало обучения в школе значительно увеличивает интеллектуаль-ную нагрузку на ребенка, и уменьшает его двигательную активность, сильно ограничивая нахождение на свежем воздухе. Соответственно гра-мотно организованное физическое воспитание в начальной школе является важным, так как оно влияет на гармоничное развитие личности ребенка, а также в значительной мере способствует повышению его умственных спо-собностей.

Рационально организованные занятия физкультурой в течение дня расширяют функциональные возможности детского организма, повышают продуктивность умственного труда, снижают утомляемость.

1. Абрамович В.Б., Майский А.Б. Урок физической культуры // Учебн. пособие для учеников заочного обучения. Набережные Челны, 1999: Филиал ВГИФК - 29 с.
2. Альмуханов В.У. Вариативность учебных программ по физиче-ской культуре (на примере младших классов сельских школ Казахстана): Автореф. дис....канд. пед. наук. Санкт - Петербург, 1994. - 23 с.
3. Баландин В.А., Чернышенко Ю.К., Просоедова Л.И. Сравни-тельная характеристика динамики показателей физической подготовленности и морфологические особенности детей 6-7 лет // Современные пробле-мы физической культуры и Олимпийского движения /Материалы регио-нальной научно-практической конференции, ч.II. Ростов-на-Дону, 1999 - С. 68-70.
4. Баранцев С.А. Развитие выносливости у учащихся младших классов //Физическая культура в школе, 2002, № 10. -С. 10-12.
5. Башкиров П.Н. Учение о физическом развитии человека. М., изд. Моск. унив., 1992- 340 с.
6. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л., 1988. 270 с.
7. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников.- М.:Просвещение, 1991. -64с.
8. Вайнруб Е.М. Возрастные особенности мышечной работоспо-собности школьников как основа гигиенического нормирования физиче-ских нагрузок // Гигиенические основы физического воспитания и спорта детей и подростков: Материалы Всесоюзной научн. конф. - Таллин, 1995. - С. 37-41.
9. Венгер А. Л. Психологическое обследование младших школьни-ков. М., 2003. 160 с.
10. Волков Л.В. Планирование физического воздействия в физиче-ском воспитании учащихся разного возраста, пола и физического развития // Физическое воспитание учащихся/-Киев, 1998.-с. 150-186.
11. Голубев А.И., Голубева Г.Н., Абрамович В.Б., Иванов Б.М. Круговая тренировка в физическом воспитании детей школьного возраста / Метод. указания для учеников и учителей физ. культуры.- Набережные Челны: Филиал ВГИФК, 1999- 19с.
12. Гречко А.С. , Соколов Г.Я. О построении учебной программы по физической культуре в общеобразовательном учебном заведении // Те-зисы научн.-практ.конф.»Проблемы совершенствования школьной физи-ческой культуры». -Омск: ОГИФК, 1998.-С.36-38.
13. Григорьева М. В. Школьная адаптация : механизмы и факторы в разных условиях обучения. Саратов, 2008. 212 с.
14. Губа В.П. Индивидуальные и групповые особенности моторики детей //Учебное пособие для учеников ИФК.- Смоленск, 1999.-40с.
15. Гужаловский А.А. Проблема «критических» периодов онтогене-за и ее значение для теории и практики физического воспитания. Очерки по теории физической культуры //Труды ученых соц.стран / Под ред. Л.П.Матвеева.-М.: Физкультура и спорт, 1999.- с.211-224.
16. Гужаловский А.А. Этапность развития физических двигатель-ных) качеств и проблема оптимизации физической подготовленности детей школьного возраста: Автореф.диссерт. д-ра пед.наук.-М., 1979.-25 с.
17. Дорожевец Т. В. Диагностика школьной дезадаптации. Витебск, 1995. 154 с.
18. Костяк Т. В. Психологическая адаптация к школе. М., 2008. 176 с.
19. Соловьева Д. Ю. Факторы адаптации первоклассников в школе // Вопр. психологии. 2012. № 4. С. 23–31.
20. Соловьева Т. А. Первokлассник : адаптация в новой социальной среде. М., 2008. 72 с.
21. Третьякова Н. В. Методы формирования у обучающихся цен-ностных ориентаций и сознательного

негативного отношения к факторам риска для здоровья // Сборник материалов IV международной научно-практической конференции. Москва, 2015. С. 72-75.

22. Эксакусто Т. В., Истратова О. Н. Справочник психолога начальной школы. Ростов н/Д, 2003. 448 с.

23. Эльконин Д. Б. Психология обучения младшего школьника. М., 2004. 64 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/371001>