

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/statya/392300>

Тип работы: Статья

Предмет: Педагогика

-

Аннотация: В представленной статье рассматривается методика, направленная на развитие выносливости у учащихся старших классов. Исследование включает в себя тщательный анализ физической подготовленности школьников, проведение медицинских проверок основных систем организма, а также анализ образа жизни и общего состояния здоровья. Авторы подчеркивают важность учета этих факторов для отслеживания динамики физического развития школьников в течение учебного года. Особое внимание уделяется внедрению информационных технологий в систему физического воспитания, выявляя сложности и неоднозначности этого процесса, вызванные различными факторами.

Abstract: The presented article deals with the methodology aimed at developing endurance in high school students. The study includes a thorough analysis of schoolchildren's physical fitness, medical checks of the main body systems, as well as an analysis of lifestyle and general health. The authors emphasize the importance of taking these factors into account to track the dynamics of physical development of schoolchildren during the school year. Special attention is paid to the introduction of information technologies into the system of physical education, revealing the complexities and ambiguities of this process caused by various factors.

Ключевые слова: физическая подготовленность, здоровье школьников, выносливость, физическая подготовка, образ жизни, физическое развитие.

Key words: physical fitness, schoolchildren's health, endurance, physical training, lifestyle, physical development.

Введение. Высокий уровень выносливости в детском возрасте способствует более эффективному развитию других двигательных навыков, улучшает пластические и трофические функции организма, нормализует работу систем кровообращения и дыхания, а также улучшает функциональность центральной нервной системы. В связи с этим актуальными становятся научные исследования, направленные на повышение уровня выносливости учащихся, что требует поиска новых форм, средств и методов физического воспитания в школах, соответствующих современным требованиям.

В теории и методике физического воспитания существует множество суждений и мнений относительно методов и средств, а также характера физических нагрузок, направленных на развитие скоростной выносливости. Несмотря на обширную методическую литературу, описывающую процессы развития скоростной выносливости у школьников, в том числе на уроках физической культуры, выбранная тема исследования представляет собой значительное поле для научно-исследовательской работы.

Цель данного исследования заключается в создании методики, направленной на повышение уровня выносливости школьников в возрасте 14-15 лет на уроках физической культуры в ВПИСАТЬ ШКОЛУ И ГОРОД.

Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие задачи:

1. Определение соотношения уровней развития физических качеств школьников в возрасте 14-15 лет, являющихся учащимися ВПИСАТЬ ШКОЛУ И ГОРОД.
2. Разработка методики, направленной на развитие выносливости школьников в возрасте 14-15 лет, применяемой на уроках физической культуры в ВПИСАТЬ ШКОЛУ И ГОРОД.
3. Оценка эффективности разработанной методики развития выносливости школьников в возрасте 14-15 лет на уроках физической культуры в ВПИСАТЬ ШКОЛУ И ГОРОД.

Методы и организация исследования:

Для организации педагогического эксперимента, достижения целей работы и решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования в рамках работы «Развитие выносливости у школьников в возрасте 14-15 лет на уроках физического воспитания»:

1. Проведено обширное изучение литературы, касающейся вопросов физического развития и подготовленности школьников в возрасте 14-15 лет, особенностей их сенситивного физического развития, и методов воспитания выносливости на уроках физической культуры. Это включало анализ научно-методической литературы, педагогических исследований и осуществление педагогического эксперимента.

1. Гарина, Е.В. В статье «Подготовленность обучающихся 14-15 лет к выполнению нормативов на золотой знак отличия комплекса ГТО»/ Е.В. Гарина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 3. – С. 87-89
2. Каинов, К.А. В работе «Технология направленного формирования универсальных учебных действий на уроках физической культуры с учащимися средних классов»/К.А. Каинов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 2. – С. 119-125.
3. Методика планирования учебного материала уроков физической культуры / В.К. Спирин, Ю.А. Ярышкина, Л.И. Котельников [и др.] // Физическая культура в школе. – 2019. – № 5. – С. 2-11.

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/statya/392300>