

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/diplomnaya-rabota/54850>

Тип работы: Дипломная работа

Предмет: Педагогика

ВВЕДЕНИЕ 3

Глава 1. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ 8

1.1. Теоретические основы изучения внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению в образовательном процессе 8

1.2. Физкультурно-оздоровительная деятельность 16

1.3. Формы физического воспитания школьников во внеурочное время 19

1.4. Внеурочная деятельность по спортивно-оздоровительной программе 21

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ, ЗАДАЧИ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ 44

2.1. Методы исследования 44

2.2. Задачи исследования 44

2.3. Организация исследования 44

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ 45

3.1. Экспериментальная методика внеурочной деятельности по программе начальных классов в МКОУ «Новолисинская СОШ-интернат». 46

3.2. Анализ экспериментальной методики по программе «Подвижные игры» в МКОУ «Новолисинская СОШ-интернат» 48

ВЫВОДЫ 57

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 60

ПРИЛОЖЕНИЕ 64

Введение

Актуальность темы. В современном обществе здоровье человека представляет собой уникальную ценность, беречь которую необходимо с ранних лет. Под здоровьем принято считать отсутствие болезней, уровень хорошей физической подготовки, нормального функционирования всех систем организма, что является основой как физического, так и психического оптимального состояния. В основе концепции физического (соматического) здоровья (Г.Л. Апанасенко, 1988) лежит положение, согласно которому главным критерием здоровья является энергетический потенциал биологической системы, поскольку жизнедеятельность каждого живого организма зависит от принятия энергии из окружающей среды, её накопления и концентрации для обеспечения основных физиологических процессов. Согласно учению В.И. Вернадского, организм является открытой термодинамической системой, устойчивость к внешним раздражителям которой определяется её энергетическим потенциалом [13].

В современном мире наблюдается возрастание объёма и повышение сложности информации, регулярная модернизация учебных программ, постоянное использование автотранспорта, применение различных технических средств. Все эти факторы неблагоприятно воздействуют на двигательную деятельность учащихся. В обществе появились противоречия между требованиями к физическому развитию детей и требованиями к развитию их интеллекта. Облегчённые бытовые условия и обучение в образовательной организации часто ограничивают двигательную деятельность ребёнка и не обеспечивают благоприятного режима, повышающего результаты полезных двигательных качеств. В связи с этим возникает необходимость в поиске новых средств развития двигательной активности детей [13, 24]. Сегодня врачи констатируют факт частых нервно-эмоциональных перегрузок, которые характерны для многочисленных школьников, занимающихся интеллектуальным трудом, что может стать причиной снижения иммунитета и работоспособности, а также выступить в роли фактора высокой заболеваемости среди них. Следует отметить, что в таких условиях естественно назревает необходимость в укреплении здоровья, профилактике болезней и увеличении работоспособности учащихся. Большую роль при этом играет использование эффективных средств и методов физической подготовки [7,13,15].

В настоящее время экологическая ситуация в стране и мире в целом оставляет желать лучшего. Высокие выбросы вредных веществ в окружающую среду, глобальные изменения климата, истощение природных ресурсов, стремительные перемены в социальной экологии приводят к изменению различных систем организма человека и необходимости адаптации физических качеств к новым условиям окружающей среды. Поэтому крайне актуальным стал поиск средств и методов, которые бы повышали устойчивость организма к влиянию неблагоприятных природных и социальных факторов окружающей среды. Младший и средний школьный возраст является значимым периодом жизни человека для укрепления его физического и психического здоровья, для профилактики возникновения различных заболеваний в будущем. Приобщение школьников к физической культуре является важным слагаемым в процессе формирования их здорового образа жизни. Совместно с широким развитием и дальнейшим совершенствованием организованных форм занятий по предмету «Физическая культура», важное значение отведено внеурочной деятельности.

В рамках данной исследовательской работы рассматривается тема: «Роль внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению развития детей младшего школьного возраста».

Внеурочная деятельность в спортивно-оздоровительном направлении способствует усилению оздоровительного эффекта, который достигается в ходе активного использования учащимися освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, в режиме дня и внеурочных занятиях.

Физическое воспитание помогает преодолеть некоторые жизненные противоречия. Ребёнок с рождения является активным деятельным существом и удовлетворяет естественные потребности организма за счёт движения. Когда он попадает в школу, он оказывается в условиях ограниченной физической подвижности, что порождает гиподинамию, застойные явления в организме, патологические нервно-психические и сердечно – сосудистые изменения, ожирение.

Физкультурно-спортивная деятельность способствует проявлению и закреплению важных черт характера – выдержки, упорство, самодисциплины, настойчивости.

Главным стимулом деятельности для ребёнка является стремление развивать физические силы, сохранить здоровье, быть полезным и активным членом общества, оказывать помощь людям благодаря приобретенным физкультурно - спортивным умениям и навыкам.

Предмет обучения «Физическая культура» в учебных заведениях определён двигательной деятельностью с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения данным видом деятельности у учащихся не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, с учетом творчества и самостоятельности. Совершенствоваться данные качества будут в ходе организованных занятий по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности, что определено как неотъемлемая часть образовательного процесса исходя из ФГОС НОО.

Образовательные организации должны предоставлять учащимся возможность по выбору широкого спектра занятий данного направления. Так, внеурочная деятельность способна увеличить пространство, в котором школьники способны развить свою творческую, познавательную и физическую активность, с учетом реализации своих лучших личностных качеств.

Объектом исследования является процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста в МКОУ «Новолисинская СОШ-интернат».

Предмет исследования: средства и методы физического развития и подготовки детей младшего школьного возраста в общеобразовательном учреждении.

Цель данной работы: разработать экспериментальное обоснование методики в подготовке физического развития и подготовленности детей младшего школьного возраста.

В соответствии с данной целью были поставлены следующие задачи:

1. Изучить теоретические аспекты в отношении понятия, целей и задач предмета «Физическая культура».
 2. Рассмотреть внеурочную деятельность по физическому воспитанию.
 3. Выявить методологию и организацию исследования.
 4. Проанализировать практические аспекты по изучению программы на примере учащихся МКОУ «Новолисинская СОШ-интернат».
 5. Охарактеризовать полученные данные в ходе практического исследования результаты и сделать выводы.
- Гипотеза: Регулярное правильное использование во внеурочное время дополнительных занятий способствует повышению уровня физического развития двигательной активности и укрепление здоровья учащихся.

Методы исследования:

1. Теоретический: теоретический анализ литературных источников и интернет-ресурсов;
2. Эмпирический: тестирование физической подготовленности, педагогический эксперимент.
3. Статистический: количественная и качественная обработка материала методом математической статистики.

Проблемой изучения вопроса организации учебного процесса занятий физической культурой как в общеобразовательном процессе, так и во внеурочной деятельности, занимались и занимаются многие отечественные и зарубежные авторы. Так, этому вопросу посвятили свои работы М. И Бобнев, А.Н. Ивин, В.Д. Плахов, В.М. Бехтерев, А.М. Яковлев, Ю.А. Клейберг, Н.П. Дубинин, И.И. Карпец и пр.

В настоящее время учитель находится в сложной ситуации, так как он не до конца определён с выбором такой программы, которая удовлетворяла бы требования ФГОС, а именно сочетала в себе воспитательные элементы и развитие познавательного интереса.

Структура работы: данная работа состоит из введения, трёх основных глав, списка используемых источников и приложения.

Глава 1. Современные проблемы

1.1. Теоретические основы изучения внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению в образовательном процессе

Под внеурочной деятельностью принято понимать активное взаимодействие педагога с учащимися, которое направлено на достижение определенных воспитательных целей [16].

Проблема применения свободного времени обучающихся для воспитания и развития, всегда была для общества одной из самых острых. Воспитание учащихся возможно в любой момент их деятельности, но самым продуктивным это воспитание будет в свободное от учёбы время. Именно поэтому внеурочная деятельность должна быть направлена на развитие спортивно-оздоровительного характера и культурно-творческой деятельности.

Организация свободного от уроков времени является одной из актуальных в современной педагогике, дидактике и частной методике. Правонарушения подростков, увлечение алкоголем, наркомания среди учащихся - это следствие не только низкой их обученности и воспитанности, но и также плохой организации их свободного времени. Внеклассная деятельность должна сыграть немаловажную роль в решении проблемы организации свободного времени учащихся.

Термин "внеурочная работа" более точно характеризует ее сущность, чем название "внеклассная работа". Суть не в том, что учебно-воспитательная работа осуществляется вне класса, школы, а в том, что она реализуется во внеурочное время сверх учебного плана и обязательной программы.

Для физического воспитания принято применять игры типа «Веселые старты», туристический поход, туристическую эстафету, малые олимпийские игры, спортивные утренняя зарядка, спортивные вечера, встречи с представителями разных видов спорта, беседы о здоровье, гигиене, физической культуры и т.д. [20].

Помимо привлечения и включения учащихся в определенную внеурочную деятельность, эта деятельность должна быть направлена на стимулирование творческих форм общения учащихся. Для максимальной реализации возможностей в общении учащихся, необходимо частое взаимодействие учащихся между собой, и со взрослыми в различных делах и ситуациях. Это необходимо для того, чтобы можно было осуществлять умелое педагогическое и психологическое руководство учащимися.

Включенность школьников в занятия физкультурой и спортом, с учетом их активности на данных занятиях (в виде реального отношения к физкультурно-спортивной деятельности), изначально зависит, в особенности если имеется в виду их свободное время, от субъективного отношения к урокам физкультуры и иным занятиям физкультурой и спортом [4, с. 107].

Изучение тенденций по развитию физической культуры и спорта в современном обществе и отражение данных тенденций в программах физического воспитания для образовательного учреждения показывает, что определенные актуальные требования настоятельно просятся в содержание физического воспитания. Так, в наши дни существует потребность у учащихся в получении знаний о сохранении и укреплении своего здоровья.

Внеурочная деятельность в условиях внедрения ФГОС приобретает новую актуальность, так как именно стандарты закрепили обязательность ее организации, в виде ресурса, позволяющего школе достигать новые качества в образовании. Именно в новом Федеральном государственном образовательном стандарте общего образования внеурочной деятельности школьников уделяется большое внимание, с учетом определения пространства и времени образовательного процесса.

1. Алексеев, С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин., 2013. -760 с.
2. Арефьев, В.Г. Основы теории и методики физического воспитания. - 2011, С 37 - 48.
3. Барков, В. А. Об учебной перегрузки современных школьников и способах ее снижения / В. А. Барков // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма .- Мозырь, 2010. 194 - 202.
4. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров. – М.: 2013. – 484 с.
5. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко. -М, 2013. - 482 с.
6. Бережная Л.И., Диканова Е.Г. Физкультурно-массовые и спортивно-оздоровительные мероприятия в школе в соответствии ФГОС. – М., 2017- 106 с.
7. Бишаева, А.А. Физическая культура: Учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / А.А. Бишаева. - М.: 2012. - 322 с.
8. Бруднев Н. Некоторые вопросы перестройки внеурочной воспитательной работы /Н. Бруднев // Воспитание школьников – 2013 - №4 –С. 11 - 14
9. Воробьева, Е. А. Динамика различных показателей работоспособности подростков. М., 2012. – 32 с.
10. Дианов, Д.В. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью. - М.: КноРус, 2012. - 184 с.
11. Дзятковская, Е. Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии: новые акценты / Е. Н. Дзятковская // Психология здоровья и личностного роста. - 2010. - № 1. - С. 38 - 42.
12. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре - М.: Academia, 2013. - 392 с.
13. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте . - 2013. - 320 с.
14. Каинов, А. Н. Рабочая программа по физической культуре. 5 класс. Методическое пособие . - М., 2015. - 220 с.
15. Кобяков, Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. – М., 2012. - 218 с.
16. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных организациях. - М., 2014. - 344 с.
17. Кузнецов, В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. – М., 2014. - 566 с.
18. Кузнецов, В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре. М.: Просвещение, 2014. - 184 с.
19. Ланда, Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. 2015. - 28 - 32 с.
20. Луговцова Е. И. Психология формирования здорового образа жизни школьников . - Минск, 2012. — 208 с.
21. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. 7-8 классы / А.Г. Макеева. - М.: Просвещение, 2013. -234 с.
22. Матвеев, А.П. Уроки физической культуры , методические рекомендации 5-7 классы – М.: Просвещение, 2014 – 80 с.
23. Муллер, А.Б. Физическая культура: Учебник и практикум для СПО Люберцы, 2016. - 328 с.
24. Мусакаев, М.Б. Направления и формы внеклассной работы // Специалист – 2015 - №11.С 18 – 22.
25. Назаренко, Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений .- М.: Владос, 2014. - 240 с.
26. Оздоровительные программы по физической культуре и спорту. Учебное пособие. - М., 2014. - 300 с.
27. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / под ред.С. Д. Неверковича. – М. : Физкультура и спорт, 2012. – 528 с.
28. Примерные программы основного общего образования. Физическая культура / А. А. Кузнецов, М. В. Рыжаков, А. М. Кондаков. - М.: Просвещение, 2010. - 64 с.
29. Приходько, С.Е.Влияние учебного процесса на уровень здоровья и заболеваемость школьников и студентов // «Теория и методика физического воспитания и спорта» научно-теоретический журнал № 2.2010г., С-81 - 83.
30. Степанов, П. В. Внеурочная деятельность. Примерный план внеурочной деятельности в основной школе / П.В. Степанов, Д.В. Григорьев. - М.: Просвещение, 2014. - 128 с.
31. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.
32. Тимушкин А.В. Физическая культура и здоровье. - М, 2003. – 203 с.
33. Фомин Н.А., Фолин В.Е. Возрастные основы физического воспитания - М. : Физиология и спорт.-2008. – 421 с.
34. Федорова А.Н., Физическая культура, подвижные игры: учеб.пособие /А.Н. Федорова – М.: Издание

«Экзамен», 2016. – 64 с.

35. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ, 2016. - 431 с.
36. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш.учеб.заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 480с.
37. Шашурин А.В.Физическая подготовка /А.В. Шашурин. – М.: Физкультура и спорт, 2013 – 403 с.
38. Янсон, Ю. А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. Книга для педагога / Ю.А. Янсон. - М.: Феникс, 2013. - 640 с.
39. Яшин В. Н. ОБЖ. Здоровый образ жизни; Флинта, Наука - Москва, 2011. - 128 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/diplomnaya-rabota/54850>