

А
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет заочного обучения

Кафедра теории и методики физической
культуры и спорта

Заведующая кафедрой

_____ Грец И.А.
« ____ » _____ 2016г.

ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ НА
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ 7-8 ЛЕТ

Выпускная квалификационная работа по направлению 49.03.01
«Физическая культура»

Студент-исполнитель _____
Научный руководитель,
к.п.н., доцент _____

Виноградова А.И.

Силованова И.М.

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК,
Директор ДЮСШ № 4
г. Смоленска,
Заслуженный работник
физической культуры
Российской Федерации _____

Бочаров В.М.

Смоленск 2016

А

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|----|
| Введение..... | 3 |
| Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА..... | 6 |
| 1.1. Анатомо-физиологические особенности детей 7-8 лет..... | 6 |
| 1.2. Влияние занятий плаванием на здоровье детей..... | 10 |
| Глава 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ | 17 |
| 2.1. Задачи исследования..... | 17 |
| 2.2. Методы исследования..... | 17 |
| 2.3. Организация исследования..... | 23 |
| Глава 3.РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.... | 24 |
| 3.1.Исследование показателей физического развития детей 7-8, занимающихся оздоровительным плаванием..... | 24 |
| 3.2.Исследование влияния занятий оздоровительным плаванием на физическое развитие детей 7-8 лет | 24 |
| Выводы | 30 |
| Практические рекомендации | 32 |
| Литература | 33 |
| Приложения | 39 |

Введение

Актуальность исследования. На современном этапе развития общества наблюдается тенденция ухудшения состояния здоровья детей [2, 14].

В системе факторов, определяющих здоровье детей, одним из главных является физическое воспитание. Основопологающим шагом в направлении решения проблемы повышения уровня здоровья детей явилось принятие Правительством России концепции развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, предусматривающей повышение качества физического воспитания на основе учета половых, возрастных, индивидуальных особенностей развития детей, а также социально-экономических, природно-географических, материальных и других факторов

Реализация данной концепции нашла отражение в ряде работ, направленных на повышение эффективности методик занятий физической культурой с детьми младшего школьного возраста на основе учета различных факторов и условий. Особое место среди них занимают методики обучения плаванию, призванные решать задачи оздоровления, гармоничного физического развития и подготовленности детей в процессе освоения плавательных умений, построенные с учетом индивидуальных особенностей ребенка [4, 17].

Анализ существующих методик выявил значительное разнообразие подходов к формированию плавательного навыка и решению задач оздоровления школьников.

Оздоровительное плавание - один из наиболее ярко выраженных видов физических упражнений, развивающих выносливость, силу, быстроту, ловкость и гибкость.

Причем, вопросам совершенствования процесса обучения плаванию уделяется значительно большее внимание [1, 9, 21].

По всей видимости, данные факты являются свидетельством недостаточного решения проблемы оздоровления детей, в том числе и посредством занятий в условиях водной среды. Большинство существующих методик обучения плаванию призваны эффективно решать задачи освоения детьми плавательных умений, при косвенном решении задач их оздоровления. В существующих методиках для увеличения эффективности педагогического воздействия в процессе занятий плаванием внимание акцентируют не на средствах и методах оздоровления, а, как правило, на одном из факторов, в качестве которых чаще всего выступает: двигательная активность, уровень физической или плавательной подготовленности, физическое развитие и др. [23, 25].

При этом результаты значительного количества исследований [11, 19, 24, 26].

свидетельствуют о том, что для эффективного педагогического воздействия в процессе физического воспитания детей школьного возраста, особенно с различным уровнем здоровья, необходимо учитывать комплекс критериев или условий, среди которых: индивидуальный уровень здоровья, физического развития и подготовленности, функционального состояния, плавательной подготовленности и др.

Практическая значимость: данная работа может быть рекомендована и применена для занятий оздоровительным плаванием с детьми 7-8 летнего возраста для укрепления здоровья, закаливания, а также для повышения функциональных возможностей организма.

Результаты исследования могут быть использованы в работе учителей физической культуры, тренеров-преподавателей при планировании и осуществлении оздоровительных занятий по плаванию с детьми 7-8 лет.

Объект исследования: процесс оздоровительных занятий плаванием с детьми 7-8 лет.

Предмет исследования: физическое развитие детей 7-8 лет, занимающихся оздоровительным плаванием.

Цель исследования: выявление влияния занятий оздоровительным плаванием на физическое развитие детей 7-8 лет.

Гипотеза исследования: предполагалось, что занятия оздоровительным плаванием оказывают положительное влияние на физическое развитие детей 7-8 лет.