

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

**«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

Факультет заочного обучения

Кафедра естественнонаучных дисциплин и информатики

Заведующая кафедрой

_____ Алпацкая Е.В.

«____» _____ 2018 г.

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПУТЕМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА
«ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ – СИЛЬНЫЙ РЕГИОН»**

Магистерская диссертация
по направлению 49.04.01 «Физическая культура»
профиль «Профессиональное образование в области физической
культуры и спорта»

Студент-исполнитель _____ Иванюта А.И.

Научный руководитель

к.п.н., доцент

_____ Строева И.В.

Оценка за работу

Председатель ГЭК

Директор МБУДО

СДЮСШОР №3

г. Смоленска, к.п.н.

_____ Довженко В.И.

Смоленск 2018

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Сегодня все больше опасений вызывает состояние здоровья жителей Российской Федерации и в частности Республики Башкортостан. Невооруженным глазом можно наблюдать ухудшение, даже сравнению с 1990-ми и началом 2000-х годов. Особенно это касается здоровья школьников. Не секрет, что сегодня очень мало абсолютно здоровых детей, распространены проблемы и заболевания различной тяжести, от которых в той или иной степени страдает абсолютное большинство школьников. Здоровье жителей страны и республики вне зависимости от пола или возраста уже является важной проблемой, над решением которой работают различные органы государственной власти. В случае если не удастся преломить сложившуюся ситуацию, по мере взросления детей, данная проблема обострится еще сильнее. В этой связи перед руководством и уполномоченными органами государственной власти Российской Федерации и Республики Башкортостан, перед педагогическим сообществом, перед родителями встает масштабная задача по формированию здорового поколения россиян. В целях решения данной задачи в Республике Башкортостан был создан и реализуется спортивно-оздоровительный проект «Здоровое поколение – сильный регион».

Фундамент здоровья человека во многом закладывается в детстве. Невозможно представить жизнь здорового человека без постоянного движения и физической активности. В этой связи, в контексте повышения здоровья населения страны и республики особую актуальность приобретает проблема поиска такого формата физического воспитания детей младшего школьного возраста, который позволил бы укрепить их здоровье, повысить уровень физической подготовленности, сформировать устойчивые привычки, навыки и потребность к постоянной физической активности и здоровому образу жизни.

Цель исследования – разработать углубленный курс физического воспитания школьников в рамках реализации спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион» и проверить его эффективность.

Задачи исследования:

1. Провести мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности детей младшего школьного возраста в Республике Башкортостан
2. Разработать методику и содержание спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион» и экспериментально проверить его эффективность

Объект исследования – процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста

Предмет исследования – содержание и эффективность спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион», реализующегося в общеобразовательных учреждениях Республики Башкортостан.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что эффективность физического воспитания учащихся младшего школьного возраста может быть повышена путем реализации спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион», предусматривающего:

- увеличение объема двигательной активности учащихся до 9 часов в неделю (3 часа – занятия физической культурой в рамках основной образовательной программы и 6 часов дополнительно в рамках разработанного проекта);
- выбор адекватного объема и интенсивности средств физического воспитания с использованием комплекса общей физической подготовки, подвижных игр и игровых заданий;
- обеспечение объективного контроля уровня физической подготовленности и состояния здоровья, и его использования в целях дифференциации подхода к организации занятий физической культурой.

Научная новизна:

1. Проведен анализ уровня физической подготовленности и состояния здоровья детей младшего школьного возраста, учащихся в общеобразовательных школах Республики Башкортостан.
2. Разработан спортивно-оздоровительный проект «Здоровое поколение – сильный регион», включающий углубленный курс физического воспитания школьников в системе ранней профильной спортивной ориентации.
3. Исследована динамика показателей состояния здоровья и физической подготовленности участников спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион». Это позволило оценить влияние углубленного курса физического воспитания школьников в краткосрочной перспективе (по результатам годичного периода участия школьника в проекте).

Практическая значимость работы заключается в разработке и внедрении в образовательный процесс учащихся начальных классов Республики Башкортостан проекта «Здоровое поколение – сильный регион», что способствовало укреплению здоровья участников проекта, улучшения показателей их физической подготовленности, формирования навыков здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Анализ показателей физической подготовленности и состояния здоровья детей младшего школьного возраста свидетельствует о наличии существенных проблем в данной области и необходимости внедрения новых проектов, направленных на повышение эффективности физического воспитания учащихся начальных классов.
2. Спортивно-оздоровительный проект «Здоровое поколение – сильный регион», основанный на углубленном курсе физического воспитания школьников в системе ранней профильной спортивной ориентации, включает расширение объема занятий физической культурой в начальной школе с 3 уроков, предусмотренных образовательным стандартом,

до 9 уроков. При организации данных уроков учитываются индивидуальные особенности школьников, состояние их здоровья. Проведение занятий физической культурой проводится с учетом рекомендаций врачей, вынесенных по итогам диспансеризации школьников.

3. Реализация проекта «Здоровое поколение – сильный регион» позволяет существенно повысить уровень общей физической подготовленности и состояние здоровья детей младшего школьного возраста. При этом, положительный результат достигается уже по итогам первого года участия школьников в проекте, что подтверждается проведенными экспериментами и испытаниями.

Список публикаций по теме работы

1. Иванюта А. В. Проектный метод управления процессом формирования здоровья младших школьников / А. В. Иванюта // Вестник Восточной экономико-юридической гуманитарной академии. – 2017. - №6 (92). – С. 45-59.
2. Иванюта А.И. Оздоровительная эффективность спортивно-оздоровительной методики физического воспитания детей младшего школьного возраста / А. В. Иванюта, И.В.Строева // Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях: матер. Всеросс. науч.-практ. конф. – Липецк: ЛГПУ им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – С. 221-223.
3. Иванюта А.И. Здоровое поколение – сильный регион: метод. рекомендации для учителей физической культуры / А. В. Иванюта. – Уфа: Изд-во БГПУ. – 133 с.

Структура диссертационной работы. Работа изложена на 82 страницах, состоит из введения, 3 глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, включающего 72 источника, и приложения.