

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.

«__» _____ 2017 год

ВОСПИТАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННЫХ
СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ БАДМИНТОНИСТОВ 9-10 ЛЕТ НА ЭТАПЕ
НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В УСЛОВИЯХ ДЮСШ

Выпускная квалификационная работа бакалавра по направлению
49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель _____ Мишурин А.В.

Научный руководитель _____ Язынина Н.Л.
к.п.н., доцент

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК
Зам. директора по
спортивно-массовой
работе СОГАУ _____ Колумб А.В.
«Дворец спорта
«Юбилейный»»

Смоленск 2017

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	6
1.1. Особенности физического развития детей 9-10 летнего возраста.	6
1.2. Понятие о двигательно-координационных способностях, их виды и характеристика.....	11
1.3. Координационные способности и их значение для эффективной подготовки юных спортсменов 9-10 лет, занимающихся бадминтоном.....	15
1.4. Особенности применения физических упражнений и организации занятий для развития двигательно-координационных способностей юных спортсменов 9-10 лет, занимающихся бадминтоном.....	19
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	23
2.1. Методы исследования.....	23
2.2. Организация исследования.....	31
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ...	33
3.1. Показатели двигательно-координационных способностей юных спортсменов-бадминтонистов 9-10 лет контрольной и экспериментальной групп в начале эксперимента.....	33
3.2. Динамика показателей двигательно-координационных способностей юных спортсменов-бадминтонистов 9-10 лет контрольной и экспериментальной групп за цикл учебно- тренировочных занятий.....	36
3.3. Темпы прироста двигательно-координационных способностей юных спортсменов-бадминтонистов 9-10 лет контрольной и экспериментальной групп за время эксперимента.....	44

Выводы.....	48
Практические рекомендации.....	49
Литература.....	51
Приложение.....	57

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Бадминтон относится к группе игровых видов спорта. Двигательные задачи, возникающие перед спортсменами в ходе игровой деятельности, выполняются в вариативных игровых ситуациях, обусловленных скоростью, направлением и траекторией движения волана, расположением на площадке самого спортсмена и его соперника, положениями тела, в которых выполняются удары ракеткой, необходимостью регулировать силу удара, посылая волан в заданном направлении [2].

Эффективное решение этих задач предполагает высокий уровень развития комплекса координационных способностей, соотносимых с содержанием соревновательной деятельности в данном виде спорта [8].

Управление спортивной подготовкой юных бадминтонистов предполагает ориентацию при определении задач и содержания учебно-тренировочного процесса на возрастную динамику развития координационных способностей, значимых для данного вида спортивной деятельности. Реализация этого условия обеспечивает соответствие педагогических воздействий естественному биологическому ритму развития моторики человека критическим (особо чувствительным) периодам развития координационных способностей ребенка [11]. В этом случае применяемые физические упражнения будут содействовать формированию тех сторон двигательной функции, которые находятся в стадии естественного ускоренного морфофункционального созревания.

Анализ научно-методической литературы свидетельствует об отсутствии единых представлений о возрастной динамике значимых для бадминтона координационных способностей, что создает определенные трудности при определении приоритетности и последовательности задач развития каждой из них на этапе начальной подготовки бадминтонистов [2,3,31].

Успешность соревновательной деятельности в игровых видах спорта, осуществляемой в условиях непосредственного противоборства с активно действующим соперником, в значительной степени обусловлена уровнем развития координационных способностей спортсменов [31].

Сложившаяся противоречивая ситуация между необходимостью развития координационных способностей на этапе начальной подготовки в бадминтоне, с одной стороны, и недостаточной научной разработанностью методического обеспечения решения этой педагогической задачи - с другой, обуславливает социальную, практическую и научную актуальность проблемы исследования.

Цель исследования: выявить особенности и изучить уровень развития двигательно-координационных способностей детей 9-10 лет, занимающихся бадминтоном на этапе начальной подготовки.

Объект исследования: учебно-тренировочный процесс по бадминтону с детьми 9-10 лет на этапе начальной подготовки, направленный на воспитание двигательно-координационных способностей.

Предмет исследования: двигательно-координационные способности детей 9-10 лет, на начальном этапе подготовки в условиях ДЮСШ

Гипотеза. Предполагается, что применение специальных упражнений в процессе тренировочных занятий по бадминтону, качественно повысит показатели двигательно-координационных способностей детей 9-10 лет.

Задачи исследования

1. Определить динамику и темпы прироста двигательно-координационных способностей юных спортсменов-бадминтонистов 9-10 лет за время эксперимента.

2. Разработать и экспериментально обосновать комплекс физических упражнений направленных на развитие двигательно-координационных способностей юных спортсменов 9-10 лет в цикле учебно-тренировочных занятий по бадминтону.

Практическая значимость результатов исследования состоит в применении специальных упражнений на учебно-тренировочных занятиях по бадминтону, позволяющих повысить уровень развития физических качеств, сформировать устойчивый интерес и потребность в занятиях спортом для детей 9-10 лет.