

Выпускная квалификационная работа

Развитие ловкости у детей младшего школьного возраста

выполнил: студент 641 группы Сычев Артем Владимирович
научный руководитель: преподаватель физкультуры
Сергеев Дмитрий Сергеевич

«не овладев
КОМПЛЕКСОМ
ДВИГАТЕЛЬНЫХ
качеств, и
способностей,
нельзя научиться
управлять собой,
СВОИМ ТЕЛОМ, СВОИМИ
ДВИЖЕНИЯМИ»



**Сатиоров
Георгий
Николаевич**

Цель работы

Изучение путей развития и методики направленного воспитания ловкости у детей младшего школьного возраста

Предмет изучения

особенности развития ловкости у детей
младшего школьного возраста

Объект изучения

методика развития ловкости у учащихся
младшего школьного возраста

Задачи

- Раскрытие понятия о ловкости
- Определение особенности развития координационных движений детей младшего школьного возраста, средств развития ловкости
- Обоснование применения игрового и соревновательного метода в процессе развития физического качества ловкости у учащихся младшего школьного возраста
- Разработка рекомендаций по использованию игровых упражнений на уроках физической культуры

Методы изучения

Анализ научно-методического материала
при определении основных аспектов
методики развития ловкости

Апробирование методики развития
ловкости на практике

Диагностическое исследование

Содержание

выпускной квалификационной работы

Введение

Глава I Роль в развитии ловкости у детей младшей школьного возраста

Глава II Методика воспитания координационных способностей

Глава III Практические рекомендации по использованию игрового и соревновательного метода при развитии ловкости

Заключение

Список используемой литературы

Приложение

Глава I Роль в развитии ловкости у детей младшего школьного возраста

Ловкость - это способность координировать движения, умение быстро переключаться от одних движений к другим в зависимости от требований изменяющейся обстановки



Основа ловкости - двигательно-координационные способности (быстрое, точное, целесообразное, экономичное решение сложных и возникающих неожиданно двигательных задач)

Сенситивный период развития ловкости - младший школьный возраст

Глава II Методика воспитания координационных способностей

Средства развития ловкости

```
graph TD; A[Средства развития ловкости] --> B[Физические упражнения наивысшей координационной сложности]; A --> C[Подвижные игры эстафеты];
```

Физические
упражнения
наивысшей
координационной
сложности

Подвижные игры
эстафеты

функция игрового и соревновательного методов

способствование приобретению и совершенствованию знаний, развитию двигательных способностей и навыков, морально-волевых качеств в условиях игры или соревнований

Признаки методов

- присутствие соперничества и эмоциональности в двигательных действиях
- непредсказуемая изменчивость, как условий, так и действий учащихся
- проявление максимальных физических усилий и психического воздействия
- стремление учащихся добиться победы при соблюдении оговоренных правил игры или соревнования
- применение разнообразных двигательных навыков, необходимых в конкретных условиях игры или соревнованиях

Значение методов

- успешное накопление двигательного опыта
- облегчение освоения программного материала
- корректировка недостатков физического развития и моторики
- улучшение пространственной ориентировки, координации движений

Глава III Практические рекомендации по использованию игрового и соревновательного методов при развитии ЛОВКОСТИ

Цель эксперимента

выявление и определение системы игр и эстафет как эффективного средства развития ловкости у учащихся младших классов



Заяц без дома



Третий лишний



Вызов номеров



Челночный бег



Мяч среднему



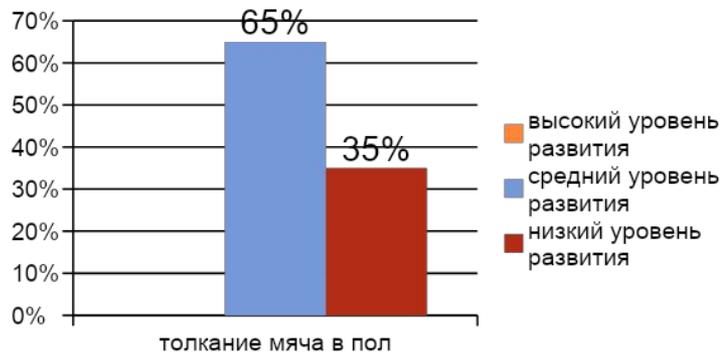
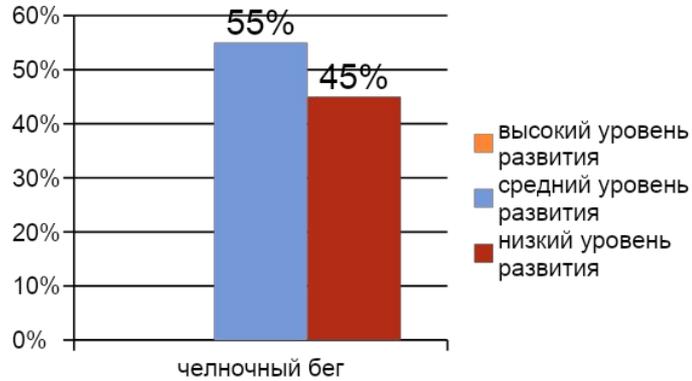
Передача мяча сверху



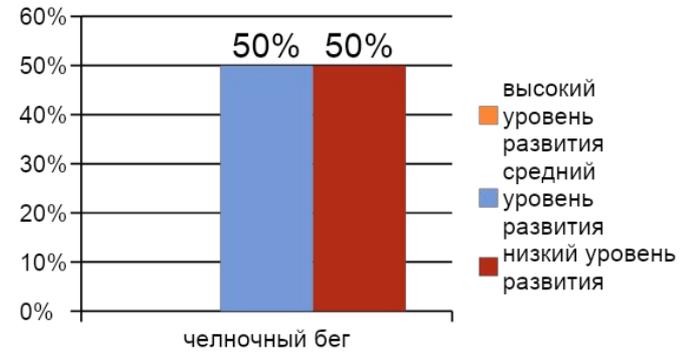
Констатирующий эксперимент

Определение уровня развития ловкости у учащихся 4 классов.

Экспериментальная группа 4А



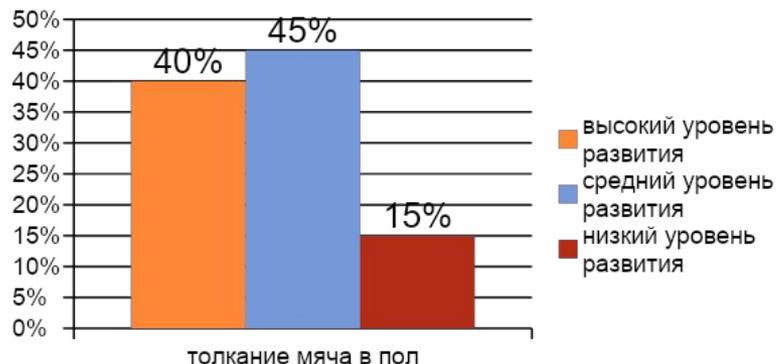
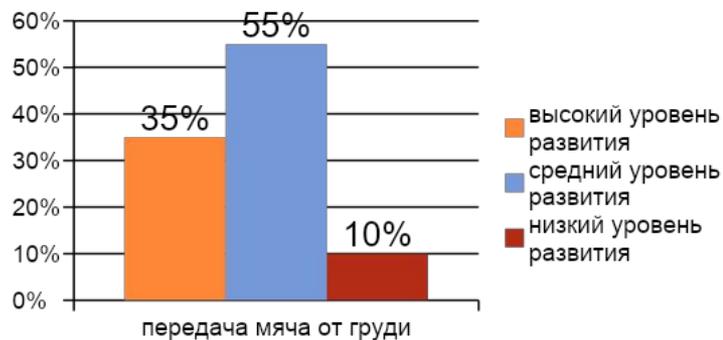
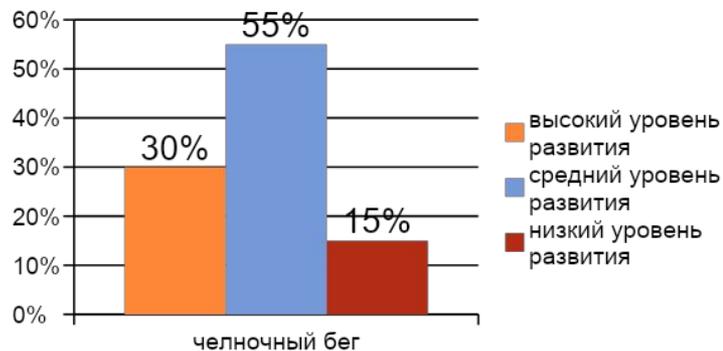
Контрольная группа 4Б



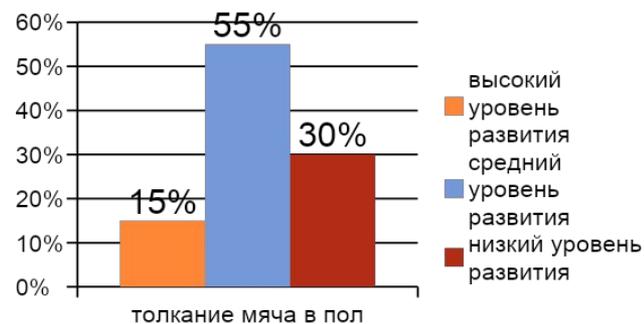
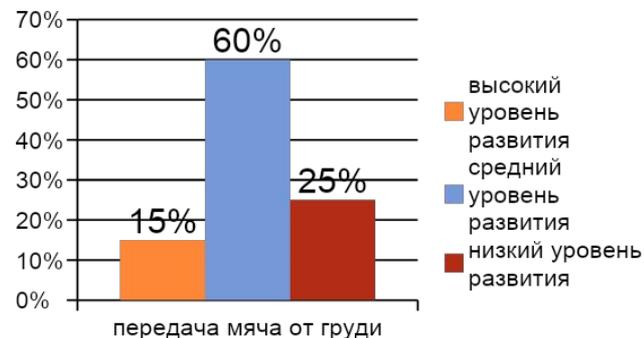
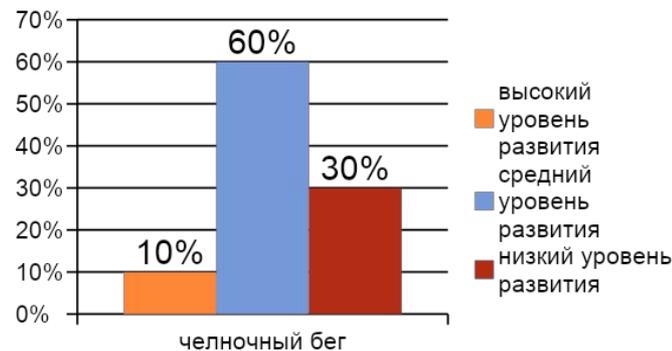
Итоговый эксперимент

Сводная таблица диагностического исследования успешного развития ловкости учащихся 4 классов

Экспериментальная группа 4А



Контрольная группа 4Б



Заключение

Сенситивный период развития ловкости -младший школьный возраст

Эффективность развития ловкости зависит от правильного подбора средств и методов обучения

Основные средства развития ловкости – упражнения наивысшей координационной сложности, игры и эстафеты

Игровой и соревновательный методы основа методики развития ловкости у младших школьников

целенаправленное, систематизированное и непрерывное применение игрового и соревновательного метода в обучении способствует повышению уровня развития координационных способностей