

Министерство спорта Российской Федерации Екатеринбургский колледж физической культуры
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

**РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ
СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ
9 – 10 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

Выполнила студентка 43 группы Ярчихина С.А
Научный руководитель: к.п.н., доцент
Тарасевич Игорь Владимирович

- **Объект исследования:** физическое воспитание детей 9-10 лет.
- **Предмет исследования:** методика развития координационных способностей у детей 9 - 10 лет средствами подвижных игр



- **Цель исследования:** повысить уровень координационных способностей у детей 9-10 лет.



• **Задачи исследования:**

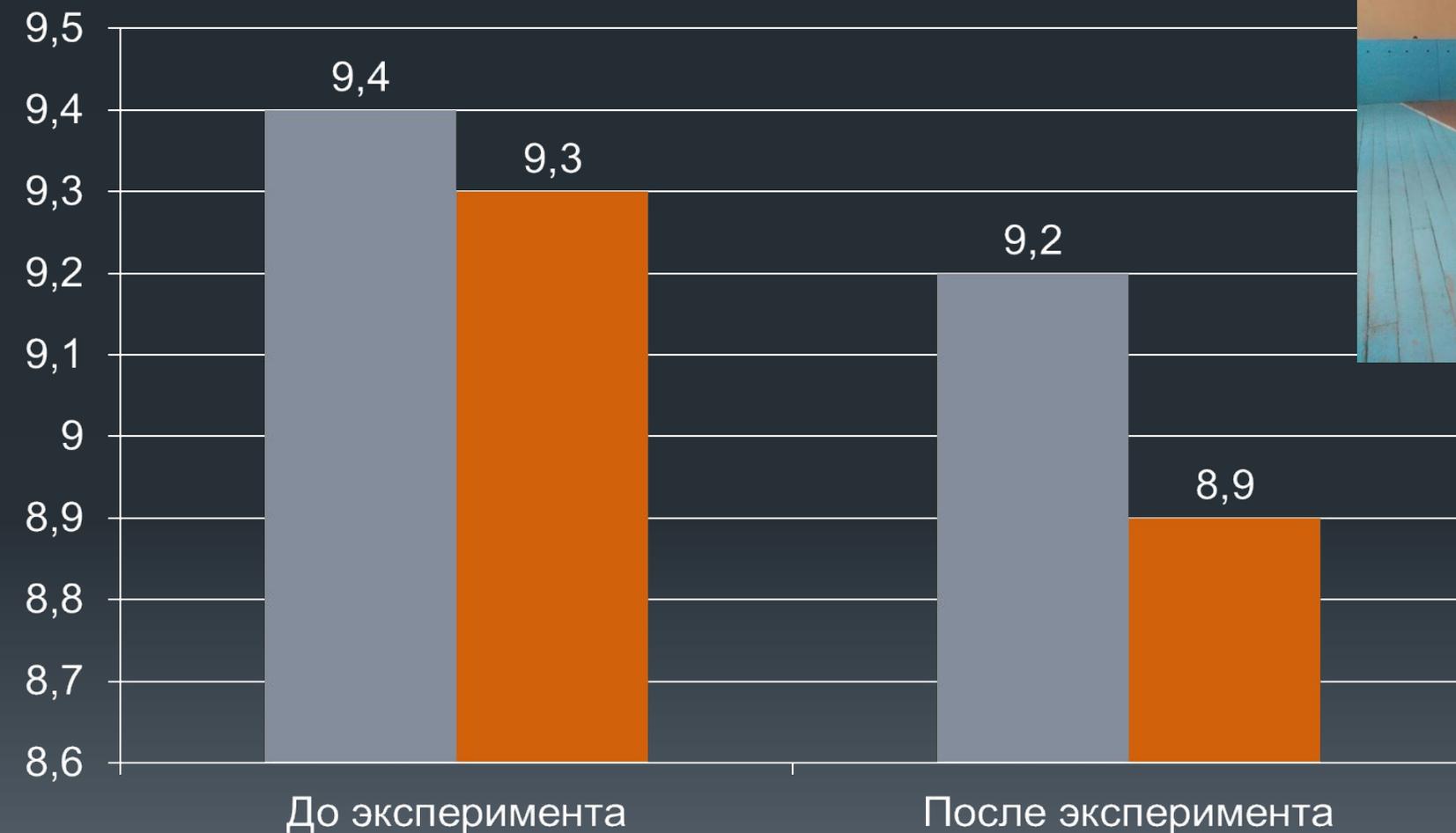
1. Рассмотреть понятие координационных способностей и их значение в двигательной деятельности детей младшего школьного возраста.
2. Изучить возрастные особенности детей младшего школьного возраста.
3. Проанализировать методики развития координационных способностей.
4. Разработать экспериментальную методику развития координационных способностей у детей 9-10 лет.
5. Дать практические рекомендации.

Педагогический эксперимент

- Экспериментальной базой была выбрана МАОУ школа-интернат №9 г. Богданович в 2016 – 2017 г. В исследовании принимали участие учащиеся 3 – го класса в количестве 20 человек и были поделены на две группы по 10 человек: контрольную и экспериментальную.

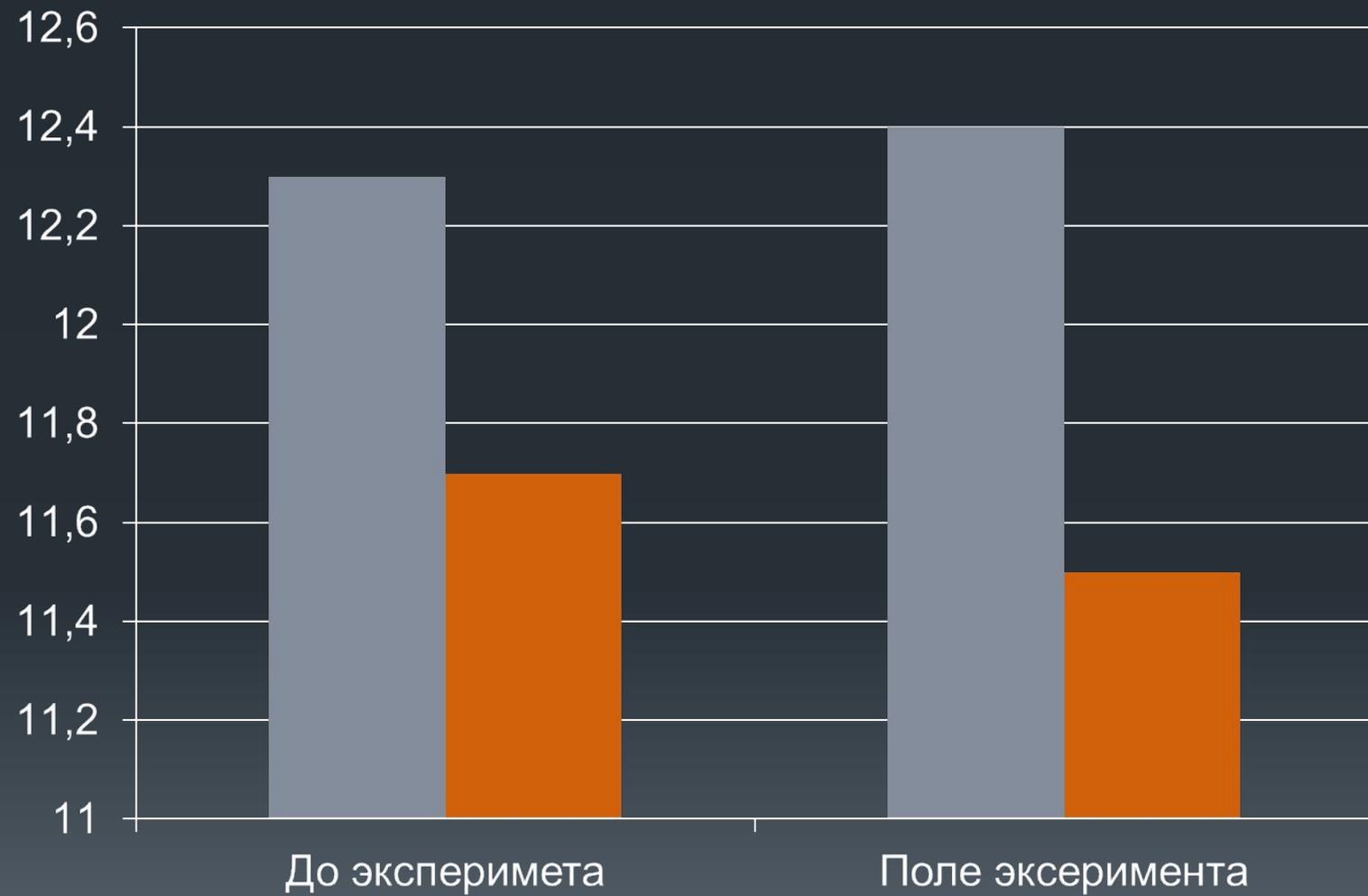


Челночный бег (3x10м) (С)



- Контрольная группа
- Экспериментальная группа

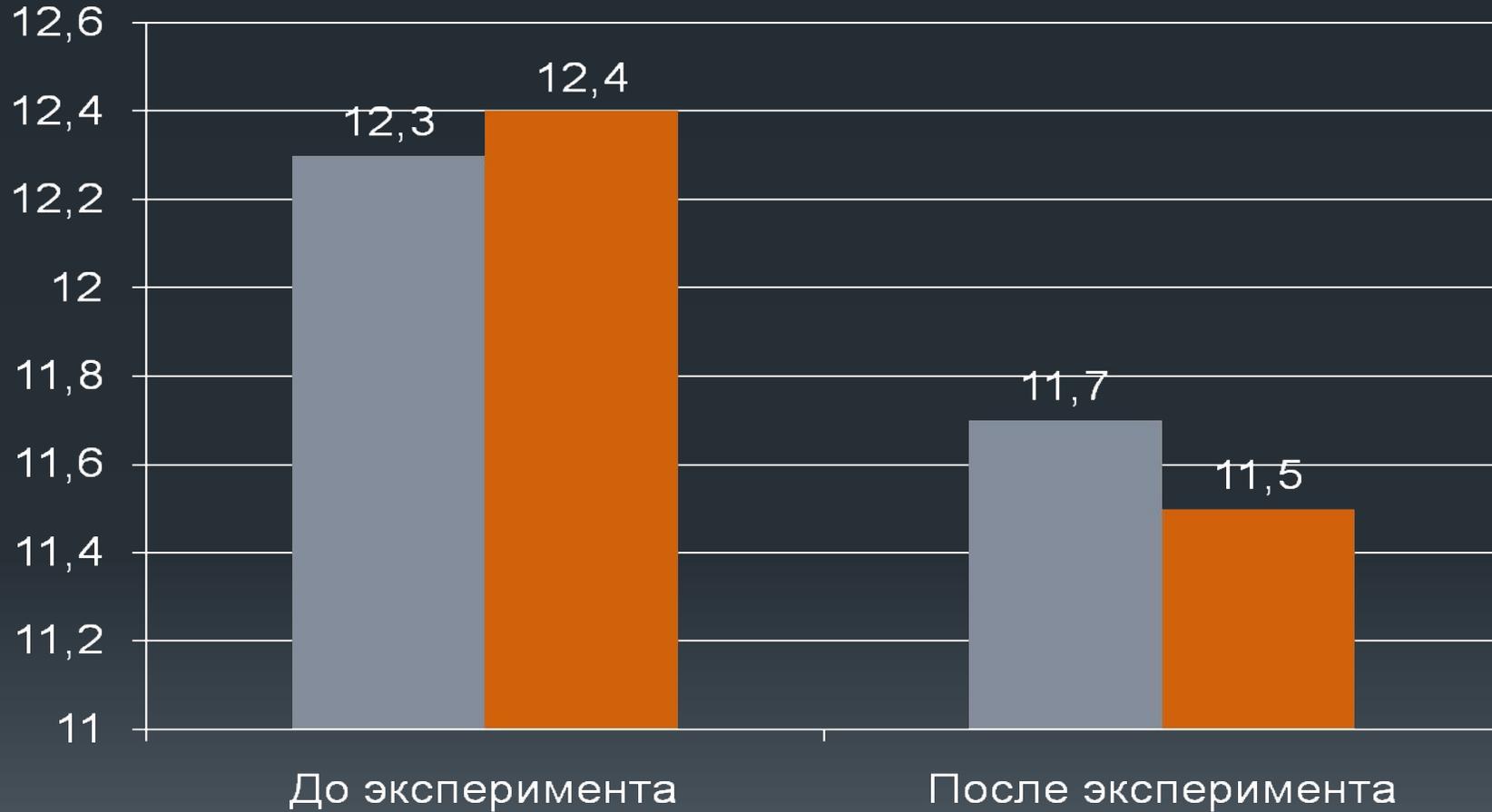
Повороты на гимнастической скамейке (С)



- Контрольная группа
- Экспериментальная группа



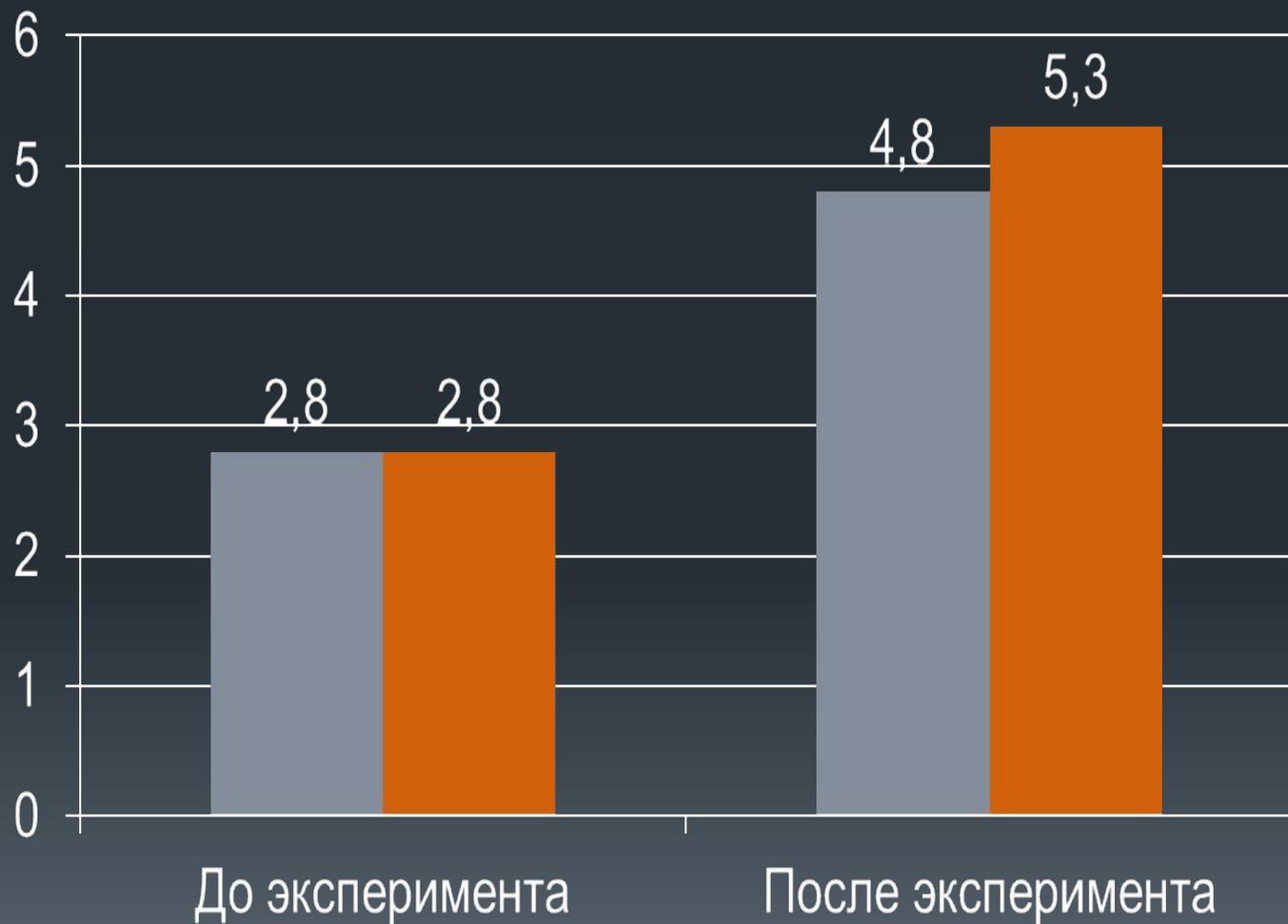
Бег к пронумерованным набивным мячам (С)



- Контрольная группа
- Экспериментальная группа



Маятник бросок - цель (баллы)



- Контрольная группа
- Экспериментальная группа



Заключение



1. Рассмотрев понятие координационных способностей, мы пришли к выводу, что младший школьный возраст характеризуется высокой двигательной активностью, от детей все больше требуется проявления находчивости, быстроты реакции, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности т.е. необходимо развить его координационные способности. Для быстрого и рационального освоения новых двигательных действий и успешного решения двигательных задач в изменяющихся условиях лучше развивать с помощью подвижных игр.



2. Изучив возрастные особенности детей младшего школьного возраста следует сказать, что данный период является наиболее сенситивным для развития координационных способностей. В этом возрасте у младших школьников энергично крепнут мышцы и связки, растет их объем, возрастает общая мышечная сила. При этом крупные мышцы развиваются раньше мелких. Главной особенностью развития когнитивной сферы детей младшего школьного возраста является переход психических познавательных процессов ребенка на более высокий уровень.



3. Основными средствами воспитания координационных способностей являются физические упражнения повышенной координационной сложности и упражнения содержащие элементы новизны, возможность многообразных и неожиданных решений двигательных задач. Особую группу средств составляют упражнения с преимущественной направленностью на отдельные психофизиологические функции, обеспечивающие управление и регуляцию двигательных действий. Это упражнения по выработке чувства пространства, времени, степени развиваемых мышечных усилий. Основным методом развития координационных способностей в младшем школьном возрасте является игровой.

- 
- 4. Разработав экспериментальную методику развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста средствами подвижных игр, мы видим, что динамика показателей исследуемых координационных способностей после проведения эксперимента в экспериментальной группе улучшились по сравнению с контрольной группой. По челночному бегу 3x10 на 4,3%, «повороты на гимнастической скамейке» на 5,0%, «бег к пронумерованным набивным мячам» на 7,2%, «маятник бросок – цель» на 75%.
 - 5. По результатам проведенного педагогического эксперимента разработаны практические рекомендации.

Благодарим за внимание!

