

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/nauchnaya-statya/366669>

Тип работы: Научная статья

Предмет: Физическая культура и спорт

-

ВВЕДЕНИЕ.

В современном мире глобализации эпоха гаджетов и интернета диктует для родителей и педагогов новые проблемы. Одна из них – малоподвижность подрастающего поколения. Сидячий образ жизни связан с прогрессом и, зачастую необходимым, внедрением в жизнь подростков различных гаджетов (смартфоны, информационные компьютерные технологии и т.д.). По мнению многих авторов [5,6,7], коллективный характер игровой деятельности способствует воспитанию чувства дружбы, товарищества, взаимной помощи; способствует развитию таких ценных моральных качеств, как ответственность, уважительное отношение к партнерам и соперникам, развитие дисциплинированности, активность. Каждый играющий в волейбол может выразить свои личностные качества: самостоятельность, инициативность и творчество. Наряду с этим игра в волейбол требует подчинения личных стремлений интересам коллектива [4].

А. А. Шомуратов [8] отмечает, что в ходе игровой деятельности нужно овладеть сложнейшей техникой и тактикой, совершенствовать физические качества; одолевая усталость, боль; развивать устойчивость к отрицательным воздействиям окружающей среды; правильно следовать бытовому и спортивному режиму и т.д.

Все вышеперечисленное содействует формированию волевых черт характера: смелости, выносливости, твердости характера, выдержки [1,2,4,].

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Анализ результатов, полученных на данном этапе исследования, показали уровень скоростных способностей.

Результаты тестирования, проведенного в контрольной и экспериментальной группах, представлены в таблице 1 и 2.

Таблица 1

Результаты предварительного тестирования в контрольной группе

Прыжок в длину с места Бег на 30 м Челночный бег 3х10 Прыжок вверх с места

1 166 5,7 9,1 31

2 170 5,9 8,9 28

3 161 5,3 8,9 33

4 178 6,0 8,6 33

5 183 6,0 8,6 36

6 192 5,6 8,4 31

7 178 5,6 8,8 33

Таблица 2

Результаты предварительного тестирования в экспериментальной группе

Прыжок в длину с места Бег на 30 м Челночный бег 3х10 Прыжок вверх с места

1 168 6,1 8,6 32

2 171 5,6 8,8 29

3 176 5,9 9,0 31

4 167 5,7 8,7 38

5 186 5,8 8,7 32

6 192 5,6 8,9 30

7 183 6,0 9,0 31

ЛИТЕРАТУРА

1. Безруков М.М. Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка): учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений// М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
2. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии. — М.: Физкультура и спорт, 2016. — 288 с.
3. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. — М.: Физкультура и спорт, 2016. —192 с.
4. Борисенко О.В. Развитие двигательных умений у детей младшего школьного возраста / О. В. Борисенко, С. И. Логнов// Теория и практика физической культуры. – 2015. – 220 с.
5. Вавилова Е. Н. Развивайте у школьников силу, ловкость, выносливость. – М.: Просвещение, 2015. – 98с.
6. Вещиков Ф.А. Программа спортивной подготовки / Ф.А. Вещиков. - К. 2017. - С.83.
7. Возрастная и педагогическая психология: учебник для СПО/ под ред. Б.А. Сосновского. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 359 с.
8. Шомуратов А. А. Методика подготовки юных волейболистов в современных условиях // Молодой ученый. — 2015. — №13. — С. 760-763.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/nauchnaya-statya/366669>