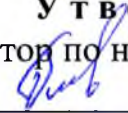


Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
" Витебский государственный технологический университет "

УДК 37.037
№ ГР 20064566
Инв.№

У т в е р ж д а ю
Проректор по научной работе
 В.В. Пятов
« 29 » 12 2010 год.

О т ч ё т

по научно-исследовательской работе
Разработка и исследование средств и методов комплексной оценки
физической подготовленности студентов основного отделения
(заключительный)
2010 - ВПД - 056

Начальник научно-исследовательской
части



С. А.Беликов

29.12.2010г

Научный руководитель

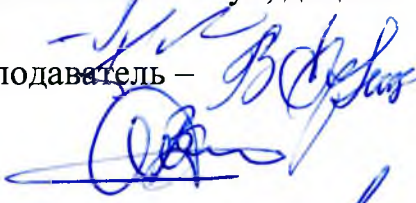













В.В. Фёдоров

29.12.2010

Витебск, 2010

Список исполнителей:

Фёдоров В.В. - кандидат педагогических наук, доцент. – общее руководство		29.12.10 г. раздел 1-4
Ермыкин В.Л.- старший преподаватель –		29.12.10 г. раздел 1-3
Денисюк А.И.- доцент-		29.12.10 г. раздел 1-3
Мусатов А.Г.- старший преподаватель-		29.12.10 г. раздел 1-3
Сидунова В.Д.- старший преподаватель-		29.12.10 г. раздел 1-3
Глушаненко В.Н.- ст. преподаватель-		29.12.10 г. раздел 1 -3
Румянцев А.Г.- старший преподаватель -		29.12.10 г. раздел 1 -3
Прокопчук П.А.- старший преподаватель -		29.12.10 г. раздел 1 -3
Гуров И.Б.- старший преподаватель -		29.12.10 г. раздел 1 -3
Дубко П.В. - старший преподаватель -		29.12.10 г. раздел 1 -3
Новиков А.П – ст. преподаватель-		29.12.10 г. раздел 1 -3
Ребизова Е.А. – ст.преподаватель -		29.12.10 г. раздел 1 -3
Литуновская Т.В. – преподаватель-		29.12.10 г. 3 раздел

Содержание

Введение	5
1. Отбор и опытная проверка упражнений и их комбинаций, входящих в состав “полос препятствий” для спортивных залов	7
2. Исследование взаимосвязи объёма и интенсивности этапов опытной “Полосы препятствий” для женского и мужского контингента студентов	9
3. Исследование эффективности построения экспериментальной “Полосы препятствий” для мужского и женского контингента студентов	10
4. Заключение	14

Реферат

Отчёт _____ 18 с, 1 рис., 1 табл. _____

Физические способности.

Средства и методы воспитания физических качеств.

Здоровье, тестирование, мотивация, работоспособность.

Объектом исследований выступают студенты (мужчины, женщины) старших курсов.

Предметом исследований выступает методика комплексного развития и оценки физической подготовленности студентов.

Проведены исследования по изучению возможностей применения “ Полос препятствий “ в практике физической подготовки студентов, развитию их основных физических способностей (быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости). Изучены возможности различного комбинирования средств и методов комплексного развития физических качеств в рамках опытных “ Полос препятствий “. Разработаны и апробируются оригинальные средства (физические упражнения) и технические устройства.

Проведены исследования опытной “ Полосы препятствий “ для мужского и женского контингента в условиях спортивного зала. Определена архитектура строения этапов “ Полосы препятствий “, длительность и количество повторений испытаний на каждом этапе “ Полосы препятствий “.

Установлена градация оценки преодоления “ Полосы препятствий “ в качестве контрольного норматива.