

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
Факультет физической культуры и спорта

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО НАПИСАНИЮ ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ
по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура

Кемерово 20 15

Методические рекомендации по написанию выпускных квалификационных работ /сост. Н.В.Минникаева

Предлагаемые методические рекомендации предназначены для студентов, обучающихся по направлению подготовки:

49.03.01. Физическая культура

Утверждены на заседании Методической комиссии факультета Физической культуры и спорта. Протокол № 5 от 15.05.2015.

1. Выпускная квалификационная работа

Выпускная квалификационная работа (далее – ВКР) бакалавра по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура представляет собой законченную научно-исследовательскую разработку или проект учебно-методической деятельности, направленный на решение актуальной для отрасли физической культуры и спорта задачи, в которых содержится реферативная часть, отражающая общую профессиональную эрудицию автора, а также самостоятельная исследовательская часть, выполненная индивидуально или в составе творческого коллектива по материалам, собранным в период прохождения практик. В их основе могут быть материалы научно-исследовательских или научно-производственных работ кафедры, факультета, научных или производственных организаций. Самостоятельная часть является законченным исследованием, свидетельствующим об уровне профессиональной подготовки автора. Тематика и содержание должны соответствовать уровню знаний, полученных выпускником в объеме дисциплин, предусмотренных ООП.

В работе выпускник должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физической культуры и спорта цели и задачи исследования на основе анализа учебной, научной и методической литературы, материалов, отражающих практику физкультурно-спортивной деятельности; подбирать адекватные поставленным задачам методы исследования; организовывать и осуществлять экспериментальные исследования; осуществлять необходимую обработку полученных результатов; интерпретировать и оформлять результаты исследования; делать выводы и давать практические рекомендации.

Работа должна включать разделы с обоснованием выбора темы, ее актуальности, постановкой цели и задач исследования, литературным обзором по теме исследования, описанием методов исследования, результатов исследования, их обсуждения, выводов и практических рекомендаций, списка использованной литературы. Объем работы, как правило, не должен превышать 70 страниц машинописного текста.

ВКР может также представлять собой теоретическое исследование и выполняться в форме обобщенного научного обзора с анализом новейших, малодоступных научных работ, связанных единой тематикой. Итогом такой работы должны быть обобщающие выводы, имеющие научное и (или) практическое значение.

Тематика ВКР определяется выпускающими кафедрами, студенту предоставляется право выбора темы или предложение своей тематики, с обоснованием ее целесообразности. Закрепление темы и назначение руководителя осуществляется выпускающей кафедрой, и утверждается Ученым Советом факультета. Назначение руководителя осуществляется выпускающей кафедрой, не позднее, чем за 1 неделю до сроков начала

подготовки работы. После утверждения темы ВКР студенту выдается задание с критериальными требованиями.

Темы ВКР и руководитель могут быть изменены по заявлению студента с обоснованием причин и согласия зав. выпускающей кафедры и декана, но не позднее начала сроков, определенных в учебном плане для подготовки ВКР.

ВКР подлежат рецензированию. Порядок рецензирования определяется факультетом. Условия и сроки выполнения ВКР устанавливаются Ученым Советом факультета.

К защите выпускной квалификационной работы допускаются студенты, успешно завершившие в полном объеме освоение основной образовательной программы, прошедшие все виды итоговых аттестационных испытаний и получившее допуск к защите работы.

2. Описание компетенций, формируемых в ходе написания и защиты ВКР

Оценивание сформированности компетенций выпускника осуществляется:

- Научным руководителем (в отзыве по трёхбалльной шкале («соответствует», «в основном соответствует», «не соответствует») научный руководитель оценивает умения и навыки выпускника и отмечает достоинства и недостатки);
- Рецензентом (рецензент по пятибалльной шкале оценивает качество выполнения ВКР по определённым критериям, отмечает достоинства и недостатки работы);
- Государственной экзаменационной комиссией (в процессе защиты).

<i>Коды компетенции</i>	<i>Содержание компетенций</i>
ОК-5	способностью к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия
ОПК-1	способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста
ОПК-11	способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик

<i>Коды компетенции</i>	<i>Содержание компетенций</i>
ОПК-12	способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности
ОПК-13	способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культур с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности
ПК-1	способностью использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии
ПК-2	способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры
ПК-5	способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей
ПК-13	способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию
ПК-28	способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта
ПК-29	способностью применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы
ПК-30	способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности
ПК-31	способностью применять методы и средства сбора и обобщения информации о достижениях физической культуры и спорта в ее историческом развитии, приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью
ПК-32	способностью использовать приемы общения при работе с коллективом обучающихся и каждым индивидуумом
СК-1	владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения
СК-2	способен находить организационно-управленческие решения в нестандартных ситуациях и готов нести за них ответственность
СК-3	умеет критически оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и

<i>Коды компетенции</i>	<i>Содержание компетенций</i>
	устранения недостатков
СК-5	использует основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применять методы теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности

3. Требования к содержанию, объему и структуре бакалаврской работы

Тематика и содержание выпускной квалификационной работы должны соответствовать уровню знаний, полученных выпускником в объеме дисциплин основной образовательной программы бакалавра в соответствии с выбранным профилем. Тематика ВКР может выходить за указанные направления, в этом случае, она отдельно утверждается на заседаниях кафедр и Ученого Совета факультета. Выпускник вправе сам предложить тему исследования, порядок ее утверждения аналогичен предыдущему.

Дипломная работа включает в себя введение, литературный обзор, исследовательскую часть, основные результаты и выводы, приложения, список используемой литературы. Исследовательская часть должна быть выполнена индивидуально или в составе творческого коллектива. Ее материалы должны быть собраны или получены самостоятельно студентом в период прохождения практики. В основе этих материалов должны быть научно-исследовательские или научно-производственные работы кафедр, научных или производственных организаций. Исследовательская часть должна быть законченным исследованием, свидетельствующим об уровне профессиональной подготовки автора.

Во введении должны быть: четко сформулированная проблема, обоснование ее актуальности, цель исследования, описание объекта и предмета исследования, рабочая гипотеза, описание теоретической и практической значимости работы.

Содержание главы I. ОБЗОР ДАННЫХ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ: описание результатов изучения состояния вопроса по данным ознакомления с практикой и литературными источниками, их критический анализ. Завершается глава кратким ЗАКЛЮЧЕНИЕМ (резюме).

Глава II. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ включает в себя следующее содержание: основные задачи, описание методов исследования, описание организации исследования, характеристика исследуемого контингента (пол, возраст, спортивная квалификация, количество испытуемых), время и место проведения исследования.

Глава III. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Содержание главы: описываются результаты исследования, приводится конкретный описательный, цифровой (таблицы), графический материал (рисунки, схемы, диаграммы, фотографии и др.) в строгом соответствии с задачами исследования, содержится ответ на вопрос – “справедлива ли гипотеза исследования?”. ЗАКЛЮЧЕНИЕ содержит краткое резюме по данной главе.

Глава IV. ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ. Содержание главы: проводится анализ полученных фактов и их сопоставление с результатами других исследований. ЗАКЛЮЧЕНИЕ: содержит краткое резюме по данной главе.

Выводы должны основываться на фактах, полученных в данном исследовании. В выводах должны содержаться ответы на задачи исследования и суждение о том, подтвердилась ли гипотеза исследования.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ - в этом разделе представляется технология использования результатов исследования в практике.

Список литературы содержит современные источники, на которые имеются ссылки в тексте (не менее 30% источников должны быть изданы за последние 5 лет). В работе могут быть использованы данные официальных интернет-ресурсов, например, сайты Федераций по видам спорта, образовательные порталы, сайты тематических журналов. Список составляется в соответствии с общепринятыми правилами библиографического описания (в соответствии с ГОСТ 7.1-2003 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления») в алфавитном порядке и должен включать не менее 30 работ.

В приложения следует вносить: второстепенные материалы, присутствие которых в основном тексте работы необязательно; образцы использованных анкет; объемные цифровые таблицы; подробные описания приборов и т.п. При этом каждому материалу (таблице, графику и т.д.) необходимо присваивать самостоятельный номер, который необходимо указать в тексте при ссылке на те, или иные вспомогательные материалы.

Объем работы должен быть не менее 30 и не более 80 страниц машинописного текста.

Результаты проверки работы на корректность научного цитирования в системе Антиплагиат должны иметь уровень оригинальности не менее 60 %.

4. Порядок защиты выпускной работы

Защита выпускной квалификационной работы проводится на открытом заседании ГЭК с участием не менее двух третей ее состава. На защите присутствуют научные руководители и рецензенты работ, а также профессорско-преподавательский состав кафедр.

На заседания ГЭК представляются следующие документы:

- списки студентов, допущенных к защите выпускных квалификационных работ;

- сводная ведомость итоговых оценок по учебным дисциплинам, полученных студентами за весь период обучения;

- выпускные квалификационные работы, подписанные студентами и заведующими кафедрами, отзывы научных руководителей и рецензии. На защиту выпускной квалификационной работы каждому студенту отводится до 0,5 часа. Продолжительность заседания ГАК не должна превышать 6 часов в день.

Выпускная квалификационная работа, с отметкой о допуске к защите, рецензия и отзыв научного руководителя представляются секретарю ГЭК за день до защиты для предварительного ознакомления председателем и членами ГЭК. При отсутствии указанных документов и соответствующих подписей, их заверяющих, а также нарушении сроков представления, работа снимается с защиты в указанные сроки. Вопрос о возможности ее защиты и сроках решается Государственной аттестационной комиссией в индивидуальном порядке.

По желанию выпускника дополнительно в ГЭК представляются:

- публикации по теме работы;
- документы, указывающие на практическую значимость работы (акты, свидетельства, дипломы конкурсов, олимпиад, конференций);
- письменные отзывы сторонних организаций и специалистов о качестве и значимости выполненной работы;
- дополнительный иллюстрационный материал.

Для доклада по теме работы выпускнику представляется 10 минут. В ходе выступления излагаются цель и задачи работы, используемые методики, полученные результаты, выводы. Для иллюстрации доклада используются презентации, содержащие таблицы, рисунки, необходимый текстовый материал, выполненные в программе Microsoft PowerPoint.

После сообщения выпускнику задают вопросы сначала члены ГЭК, затем присутствующие. Вопросы могут быть по теме ВКР, а также общепрофессионального характера. При ответе на вопросы студенту разрешается использовать текст выпускной квалификационной работы. После ответов на вопросы слово представляется рецензенту (зачитывается рецензия в случае его отсутствия), и студенту предоставляется слово для ответа на высказанные замечания. В рецензии рецензент по пятибалльной шкале оценивает качество выполнения ВКР. Критерии оценивания приведены в приложении 1. Также рецензент отмечает достоинства и недостатки работы.

Публичное обсуждение работы включает в себя отзыв научного руководителя, в котором по трёхбалльной шкале («соответствует», «в основном соответствует», «не соответствует») научный руководитель оценивает умения и навыки выпускника и отмечает достоинства и недостатки. Критерии оценивания приведены в приложении 2.

После выступления членов ГЭК, присутствующих и выступления студента с заключительным словом защита заканчивается.

Оценка ВКР обсуждается и выставляется на закрытом заседании ГЭК, которое проводится в тот же день, что и защита. Устанавливается следующая процедура обсуждения. Каждый из членов ГЭК заполняет на защищающихся «Протокол оценки качества выполнения и защиты выпускной квалификационной работы» (приложение 3), в котором путем усреднения по четырем позициям:

- качество содержания работы;
- научная и практическая значимость результатов;
- уровень профессиональной подготовленности выпускника, выявленный в процессе защиты;
- использование современных методов экспериментальных и теоретических исследований, информационных технологий.

Выставляется оценка по 5-бальной шкале.

Оценки членов ГЭК, рецензента, научного руководителя вносятся секретарем ГЭК в «Сводный протокол оценки ВКР выпускников факультета (приложение 4). Наименьшая и наивысшая оценки отбрасываются, а остальные усредняются. Эта средняя оценка является предметом для обсуждения, по результатам которого и выставляется итоговая оценка работы.

Оценка за ВКР объявляется после окончания заседаний ГЭК в день защиты.

В случае неявки студента в установленные графиком сроки защиты:

- без документального подтверждения уважительной причины – работа снимается с защиты;
- по уважительной причине - защита переносится на более позднее время, но в пределах объявленных графиком сроков работы ГЭК.

Секретарь ГЭК во время заседания ведет протокол, в котором фиксирует время начала и окончания защиты работы, вопросы, заданные студенту и ответы на них, содержание выступлений присутствующих, итоговую оценку выпускной квалификационной работы, особые мнения членов комиссии. Протокол подписывают председатель, члены и секретарь аттестационной комиссии. Секретарь ГЭК выставляет оценки в зачетные книжки, которые заверяются подписями председателя и членов экзаменационной комиссии. Обсуждение результатов защиты и выставление оценок проводится на закрытом заседании ГЭК по завершении защиты всех работ, представленных на данное заседание.

При определении оценки по результатам защиты выпускной квалификационной работы учитываются качество ее выполнения, новизна и оригинальность решений, глубина проработки всех вопросов, степень самостоятельности студента при выполнении исследования, его

инициативность, содержание доклада, уровень ответов студента на вопросы, мнения научного руководителя (консультанта) и рецензента.

Результаты защиты работы определяются оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

«Отлично»: работа носит исследовательский характер, содержит анализ литературных данных, результаты обобщения практики, результаты экспериментальной части исследования, подтвержденные статистическими данными, логичное изложение материала, выводов и практических рекомендаций. Работа имеет положительные отзывы научного руководителя и рецензента. При защите студент показывает знания вопросов темы, свободно оперирует данными исследования, во время доклада использует иллюстративный материал, свободно отвечает на поставленные вопросы, вносит обоснованные предложения.

«Хорошо»: работа носит исследовательский характер, имеет главу с анализом литературы, содержит фактический материал экспериментального характера, наблюдения и анализ соревновательной (тренировочной) деятельности, последовательное изложение материала, выводы, но недостаточно обоснованные предложения. Работа имеет положительные отзывы научного руководителя и рецензента. При защите студент показывает знание вопросов темы, оперирует данными исследования, вносит предложения по улучшению качества (организации) физкультурно-спортивных занятий и др. Во время доклада использует иллюстрации (раздаточный материал), без особых затруднений отвечает на вопросы.

«Удовлетворительно»: работа носит исследовательский характер на основе анализа литературных данных, анализа документов, изучения опыта, но имеет поверхностный анализ, в ней нет четкой последовательности изложения материала, представлены необоснованные предложения. Имеет положительные отзывы научного руководителя и рецензента, однако в них имеются серьезные замечания. При защите студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов темы, не дает достаточно аргументированных ответов на поставленные вопросы.

«Неудовлетворительно»: работа не носит исследовательского характера, не имеет анализа литературных данных и изучения практики, не отвечает требованиям кафедры в отношении ВКР. В ней нет выводов, или они носят общий характер, не вытекающий из материалов работы. В отзывах научного руководителя и рецензента имеются критические замечания. При защите студент затрудняется отвечать на поставленные по теме вопросы, не знает теории вопроса, при ответе допускает существенные ошибки, не используется иллюстративный материал.

По итогам защиты выпускной квалификационной работы кафедра может рекомендовать лучшие работы к публикации, представлению на конкурсы, а авторов – на обучение в аспирантуре. Работы,

представляющие учебно-методическую ценность, могут быть использованы в качестве пособий в учебном процессе кафедр.

После защиты выпускные квалификационные работы в установленном порядке хранятся в университете. Условия хранения должны исключать возможность их утраты, гарантировать охрану авторских прав. По истечении 5 лет работы уничтожаются в установленном порядке.

5. Правила оформления выпускных работ

Текст должен быть отпечатан на бумаге белого цвета формата А4 (210x297 мм) через два интервала (в Word «полуторный интервал соответствует двум машинописным»), название таблиц и рисунков допускается печатать через один интервал. Напечатанный текст должен иметь поля: верхнее – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. На одной строке должно быть 65 ± 3 знака (пробел между словами считается за один знак); на одной странице сплошного текста должно быть 30 ± 1 строк. Гарнитура Times, рекомендуемый размер шрифта – 14.

Страницы работы следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту. Номер страницы необходимо ставить сверху и в центре, начиная со второй страницы (титульный лист является первой страницей, но номер на нем не проставляется). Каждая новая глава должна начинаться с новой страницы. Иллюстрации, таблицы, расположенные на отдельных листах, включаются в общую нумерацию страниц.

В тексте должны быть включены функции «Расстановка переносов», «Выравнивание текста по ширине», «Отступ первой строки (красная строка) – 1,25-1,27 см».

При использовании в работе сокращения необходимо сначала его ввести в текст с полной расшифровкой и представлением в скобках этого сокращения. Например: «сердечно-сосудистая система» (ССС)».

Иллюстрации (чертежи, графики, схемы, диаграммы, фотоснимки, рисунки) следует располагать в работе непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице, если в указанном месте они не помещаются. Иллюстрации должны иметь название, которое помещают под ней. При необходимости перед названием рисунка помещают поясняющие данные. Иллюстрации следует нумеровать арабскими цифрами порядковой нумерацией в пределах всей работы. Если в работе только одна иллюстрация, её нумеровать не следует.

Цифровой материал рекомендуется помещать в работе в виде таблиц. Таблицу следует располагать в работе непосредственно после текста, в котором она упоминается впервые, или на следующей странице. На все таблицы должны быть ссылки в тексте. Таблицы следует нумеровать арабскими цифрами порядковой нумерацией в пределах всей работы. Номер следует размещать в правом верхнем углу над заголовком таблицы после

слова “Таблица”. Допускается нумерация таблиц в пределах раздела. Если в работе одна таблица, её не нумеруют. Каждая таблица должна иметь заголовок, который помещается ниже слова “Таблица”. Слово “Таблица” и заголовок начинаются с прописной буквы, точка в конце заголовка не ставится. Заголовки граф таблицы должны начинаться с прописных букв, подзаголовки со строчных, если последние подчиняются заголовку.

Заголовки граф указываются в единственном числе. Таблицу следует размещать так, чтобы читать её без поворота работы, если такое размещение невозможно, таблицу располагают так, чтобы её можно было читать, поворачивая работу по часовой стрелке. При переносе таблицы заголовок таблицы следует повторить, и над ней размещают слова “Продолжение таблицы”, с указанием её номера. Если заголовок таблицы велик, допускается её не повторять, в этом случае следует пронумеровать графы и повторить их нумерацию на следующей странице. Заголовок таблицы не повторяют. Если цифровые или иные данные в какой-либо строке таблицы отсутствуют, то ставится прочерк. Заменять кавычками повторяющиеся в таблице цифры, математические знаки, знаки процента не допускается. При наличии в тексте небольшого по объёму цифрового материала его целесообразно оформлять таблицей, а следует давать в виде вывода (текста), располагая цифровые данные в колонки.

Формулы и уравнения. Размер формул должен быть оптимальным, таким, чтобы отчетливо просматривались все детали, в том числе подстрочные индексы. Векторы указываются стрелкой или жирным шрифтом. Пояснение значений, символов и числовых коэффициентов следует приводить непосредственно под формулой в той же последовательности, как и в формуле. Значение каждого символа и числового коэффициента следует давать с новой строки, первую строку пояснения начинают со слова “где” без двоеточия. Уравнения и формулы следует выделять из текста в отдельную строку. Выше и ниже каждой формулы или уравнения должно быть оставлено не менее одной свободной строки. Если уравнение не умещается в одну строку, оно должно быть перенесено после знака равенства (=), или после знака плюс (+), или после других математических знаков с их обязательным повторением в новой строке. Формулы и уравнения в работе следует нумеровать порядковой нумерацией в пределах всей работы арабскими цифрами в круглых скобках в крайнем правом положении напротив формулы. Допускается нумерация формул в пределах раздела. Если в работе только одна формула или уравнение, то их не нумеруют.

В тексте на все таблицы, приложения и рисунки должны иметься ссылки: (табл. 1), (прил. 1), (рис. 1).

Ссылки в тексте на источники, указанные в библиографическом списке литературы, следует заключать в квадратные скобки, в которых проставляется цифра, соответствующая порядковому номеру приведенного в списке литературного источника; например [1], [1,4,5].

Приложения следует оформлять как продолжение работы на её последующих страницах, как её продолжение со сквозной нумерацией страниц. Каждое приложение должно начинаться с новой страницы и иметь заголовок с указанием вверху посередине страницы слово “Приложение” и его номер. Располагать приложения следует в порядке появления ссылок на них в тексте.

Список литературы. Список литературы – органическая часть любой научной студенческой работы. Основными критериями при его оформлении должны быть грамотность и точность. Список включает в себя цитируемую в данной работе научную литературу и другие источники. Список литературы оформляется по ГОСТ 7.0.5-2008.

Образцы оформления некоторых разделов ВКР представлены в приложении.

Приложения

**Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Кемеровский государственный университет»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теоретических основ физической культуры**

Солошенко Григорий Юрьевич

Развитие силовых способностей подростков
средствами тяжелой атлетики

Выпускная квалификационная работа

49.03.01 Физическая культура

Квалификация выпускника

Академический бакалавр

Работа допущена к защите:
« ____ » _____ 2015 г.

Зав. кафедрой теоретических
основ физической культуры
_____ Р. С. Жуков
к.п.н., доцент

Научный руководитель:
канд. пед. наук
Минникаева Н. В.
Работа защищена:
« ____ » _____ 2015 г.
с оценкой _____
Председатель ГАК _____
Члены ГАК _____

Кемерово 2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Состояние проблемы.....	5
I.1 Характеристика понятия «координационные способности»..	5
I.2 Классификация координационных способностей.....	12
I.3 Методы воспитания и оценки координационных способностей.....	18
Заключение.....	25
Глава II. Задачи, методы и организация исследования.....	26
II.1 Задачи исследования.....	26
II.2 Методы исследования.....	26
II.3 Организация исследования.....	29
Глава III. Результаты исследования 	31
III.1 Обоснование экспериментальной методики воспитания координационных способностей у младших школьников, построенной на основе игрового метода.....	31
III.2 Результаты педагогического эксперимента 	37
Заключение.....	4
	3
Глава IV. Обсуждение результатов исследования.....	44

Заключение.....	5
	1
Выводы.....	5
	2
Практические рекомендации.....	54
Литература.....	5
6 Приложения.....	60

Таблица 1

Показатели точности студентов при выполнении удара ногой по теннисному мячу (в % от максимального количества попаданий)

Удар ногой	Результаты тестирования	
	Минимальные показатели	Максимальные показатели

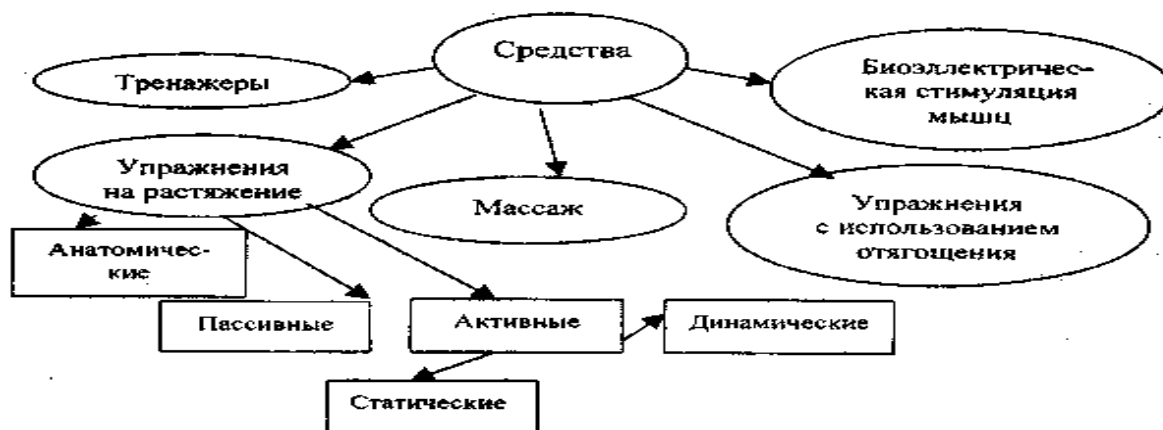


Рис. 1. Средства воспитания гибкости
ЛИТЕРАТУРА

1. Казанцев, В. М. О работоспособности велосипедистов в подготовительном и соревновательном периодах после тренировки в среднегорье / В. М. Казанцев, Ф. П. Суслов // Теория и практика физической культуры. – 1976. - №3. – С. 5-8.
2. Лях, В. И. Координационные способности школьника / В. И. Лях. – Минск: Полымя, 1989. – 159 с.
3. Нижегородцев, А. Д. Исследование эффективности различных видов соревнований в связи с воспитанием специальной выносливости: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Д. Нижегородцев. – М., 1970. – 18 с.

4. **Селуянов, В. Н. Точность воспроизведения позы руки у квалифицированных спортсменов различных спортивных специализаций / В. Н. Селуянов, И. П. Космина, А. Н. Железнова // Труды ученых ПНИЛ. – М., 1999. – Т.1. – С. 54-57.**
5. **Физиология мышечной деятельности: Учеб. для ин-тов физ. культ. / Под. ред. Я. М. Коца. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 347 с.**

Приложение 1

Тесты для определения точности двигательных действий

Методика проведения:

Оборудование:

Критерии оценки теста: