

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра теории и методики футбола и хоккея

Заведующий кафедрой

_____ Перепекин В.А.

« ____ » _____ 2016 г.

ВОСПИТАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 9-10
ЛЕТ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ

Выпускная квалификационная работа
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель _____ Коробов А.А.

Научный руководитель

к.п.н., доцент _____ Барков С.В.

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК _____ Опарин И.А.

Заместитель начальника Главного
управления спорта Смоленской области,
начальник отдела развития

Смоленск 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	5
1.1. Анатомо-физиологические особенности детей 9-12 лет.....	5
1.2. Особенности физического развития детей 9-12 лет, специализирующихся в хоккее с шайбой.....	8
1.3. Методические особенности проведения тренировочных занятий с детьми 9-12 лет.....	10
Глава 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	18
2.1. Задачи исследования.....	18
2.2. Методы исследования.....	18
2.3. Организация исследования.....	21
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	23
3.1. Динамика двигательной подготовленности детей 9-10 лет, специализирующихся в хоккее с шайбой в годичном цикле тренировки	23
3.2. Физическое развитие детей 9-10 лет, специализирующихся в хоккее с шайбой.....	30
Выводы.....	34
Практические рекомендации.....	35
Список литературы.....	37
Приложение.....	42

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В современном обществе роль хоккея с шайбой актуальна в решении задач физического воспитания в широком возрастном диапазоне, таких, как формирование осознанной потребности в освоении ценностей здоровья, физической культуры и спорта; физическое совершенствование и укрепление здоровья как условия обеспечения и достижения высокого уровня профессионализма в социально значимых видах деятельности очень велика. Занятия хоккея с шайбой обеспечивают достижение необходимого и достаточного уровня физических качеств, системы двигательных умений и навыков (5).

Основное значение хоккея для детей 9-12 лет, заключается в создании фундамента для всестороннего физического развития, укрепления здоровья, формирования разнообразных двигательных умений и навыков. Все это приводит к возникновению объективных предпосылок для гармонического развития личности. Полноценное развитие детей без активных спортивных занятий практически недостижимо. Выявлено, что дефицит двигательной активности серьезно ухудшает здоровье растущего организма человека, ослабляет его защитные силы, не обеспечивает полноценное физическое развитие.

Рациональное использование досуга, в котором элементы хоккея являются эффективным средством против пассивного времяпрепровождения, позволяет исключить негативные проявления ряда антисоциальных поступков (хулиганство, употребление наркотиков, алкоголя и т.п.). И наконец, хоккей с шайбой облегчает решение общевоспитательных задач (нравственных, трудовых, эстетических), как и любая другая физическая активность.

Цель работы: Определить динамику уровня двигательной подготовленности детей 9-10 лет, специализирующихся в хоккее с шайбой в годичном цикле.

А

Объект исследования: учебно-тренировочный процесс юных хоккеистов.

Предмет исследования: динамика двигательной подготовленности юных хоккеистов в годичном цикле.

Гипотеза. Предполагалось, что большинство детей 9-10 лет, специализирующихся в хоккее с шайбой имеют средний уровень физического развития и положительную динамику двигательной подготовленности в годичном цикле тренировки.

Практическая значимость: результаты проведенного исследования могут быть использованы тренерами СДЮШОР и ДЮСШ по хоккею с шайбой для повышения эффективности учебно-тренировочного процесса юных хоккеистов.