

Выпускная квалификационная работа

# **Коррекция уровня физической подготовленности детей 5 – 6 лет с нарушением осанки**

Выполнила студентка 6 курса ЗФО  
факультета физическая культура

**Позолотина**

**Ольга Николаевна**

**Цель исследования:** коррекция уровня физической подготовленности детей 5 - 6 лет с нарушением осанки с помощью физических упражнений.

**Объект исследования:** процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с нарушением осанки.

**Предмет исследования:** комплексы физических упражнений, как главное средство коррекции уровня физической подготовленности с нарушением осанки.

**Гипотеза:** мы предполагаем, что разработанный коррекционно-оздоровительный комплекс физического воспитания детей 5 - 6 лет, включающий специальные упражнения, будет способствовать более эффективной коррекции осанки и повышению уровня морфофункционального развития и физической подготовленности детей по сравнению с традиционной программой физического воспитания.

## **Задачи исследования:**

1. Проанализировать научно-методическую литературу по исследуемому вопросу.
2. Разработать комплексы упражнений направленных на коррекцию физической подготовленности с нарушением осанки.
3. Проверить эффективность разработанных комплексов в педагогическом эксперименте.

## **Методы исследования:**

Для реализации цели и решения поставленных задач применялись следующие методы исследования:

1. Теоретический анализ литературных источников;
2. Метод диагностики нарушений осанки;
3. Анкетирование;
4. Метод педагогического наблюдения;
5. Метод контрольных испытаний (тестирования);
6. Метод педагогического эксперимента;
7. Метод математической статистики, полученных в исследованиях данных.

# Сравнение показателей физической подготовленности детей экспериментальной и контрольной группой в начале педагогического эксперимента

Тесты	Экспериментальная гр. $M_1 \pm m_1$	Контрольная группа $M_2 \pm m_2$	t	p
Поднимание туловища из и.п. лежа на спине	7,33±1,59	7,8 ±1,59	0,23	>0,05
Удержание ног под углом 45 градусов	8,83±3	7,5 ±2,47	0,34	>0,05
Поза «рыбка»	21,8±5,98	18±4,59	0,5	>0,05
Прыжок в длину с места	98,16±3	95,16 ±3,13	0,69	>0,05

## Изменения показателей уровня физической подготовленности детей экспериментальной группы в течение педагогического эксперимента .

Тесты	Начало эксперим. $M_1 \pm m_1$	Конец эксперим $M_2 \pm m_2$	t	p
Поднимание туловища из и.п. лежа на спине	7,33±1,59	15,16 ±1,76	3,34	<0,05
Удержание ног под углом 45 градусов	8,83±3	18,5±3	2,28	<0,05
Поза «рыбка»	21,8±5,98	42,5 ±6,71	2,33	<0,05
Прыжок в длину с места	98,16±3	106,33 ±3,88	1,68	>0,05

## Изменения показателей уровня физической подготовленности детей контрольной группы в течение педагогического эксперимента

Тесты	Начало эксперим. $M_1 \pm m_1$	Конец эксперим. $M_2 \pm m_2$	t	p
Поднимание туловища из и.п. лежа на спине	7,8±1,59	10,17 ±1,41	1,11	>0,05
Удержание ног под углом 45 градусов	7,5±2,47	9,33±2,47	0,62	>0,05
Поза «рыбка»	18±4,59	23,67 ±6,17	0,73	>0,05
Прыжок в длину с места	95,16±3,13	100,33 ±3,17	1,16	>0,05



# Сравнение показателей физической подготовленности детей экспериментальной и контрольной группой в конце педагогического эксперимента..

Тесты	Экспериментальная гр. $M_1 \pm m_1$	Контрольная группа $M_2 \pm m_2$	t	p
Поднимание туловища из и.п. лежа на спине	15,16±1,76	10,17 ±1,41	2,21	<0,05
Удержание ног под углом 45 градусов	18,5±3	9,33 ±2,47	2,36	<0,05
Поза «рыбка»	42,5±6,71	23,67 ±6,17	2,06	<0,05
Прыжок в длину с места	106,33 ±3,88	100,33 ±3,17	1,20	>0,05

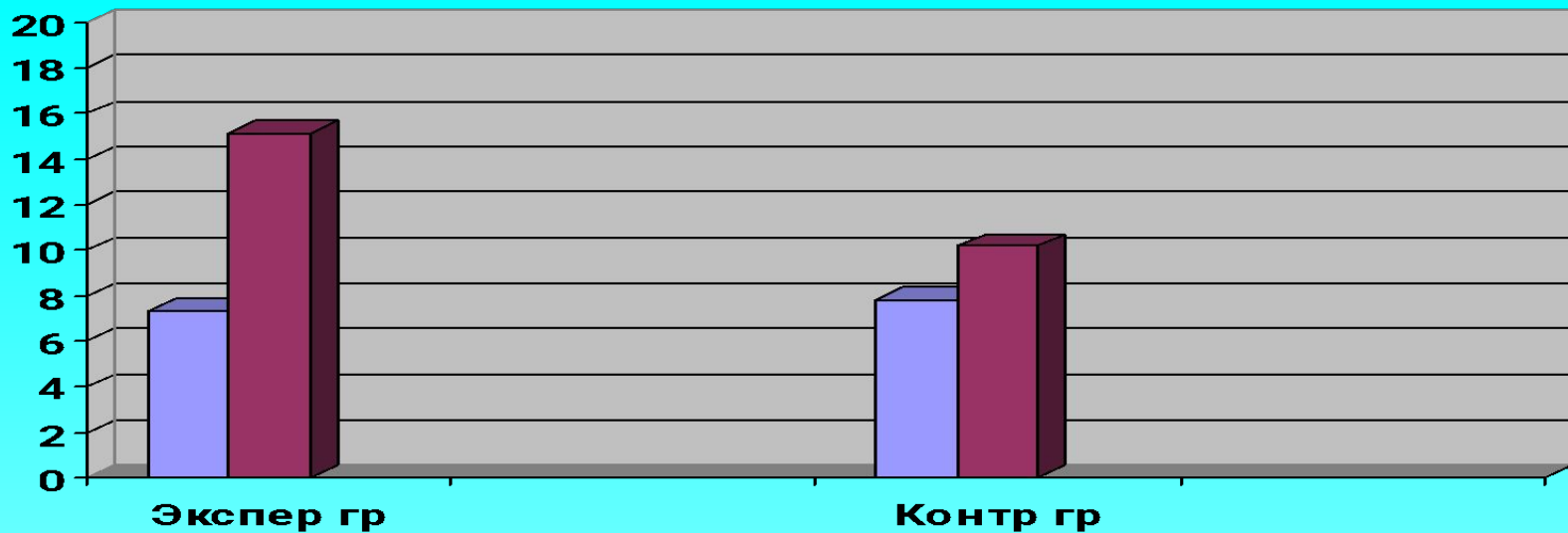


Рис.1. Подъем туловища из И.П лежа на спине (кол-во раз).

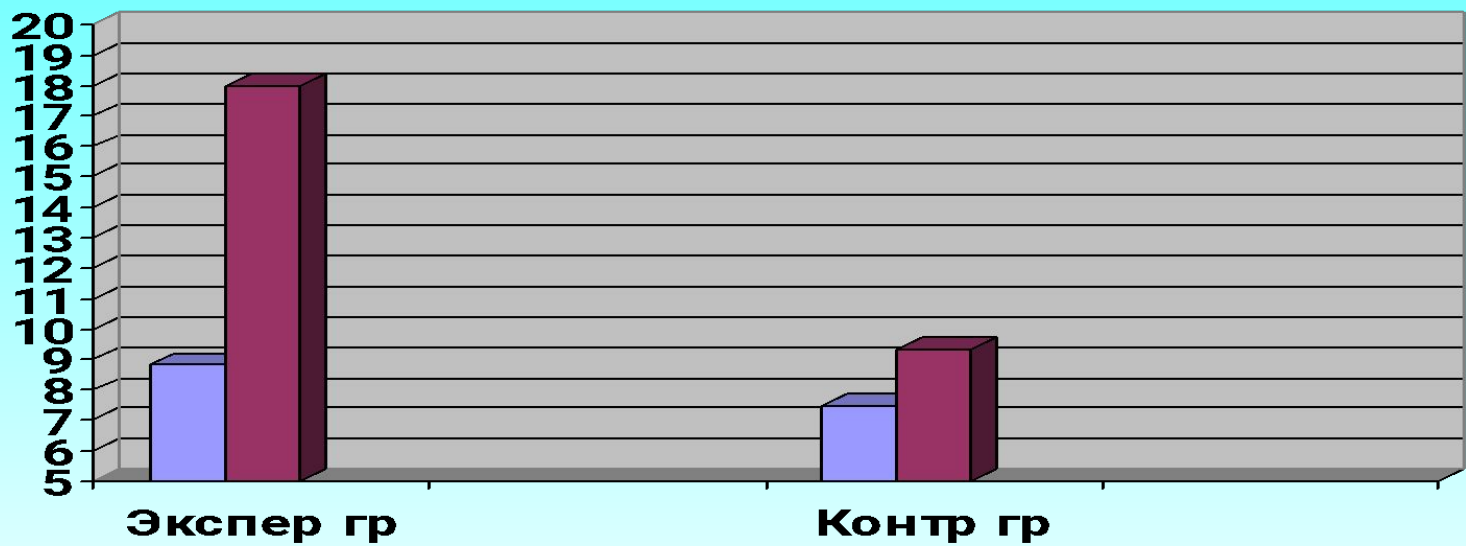


Рис.2. Удержание ног под углом 45° (сек.).

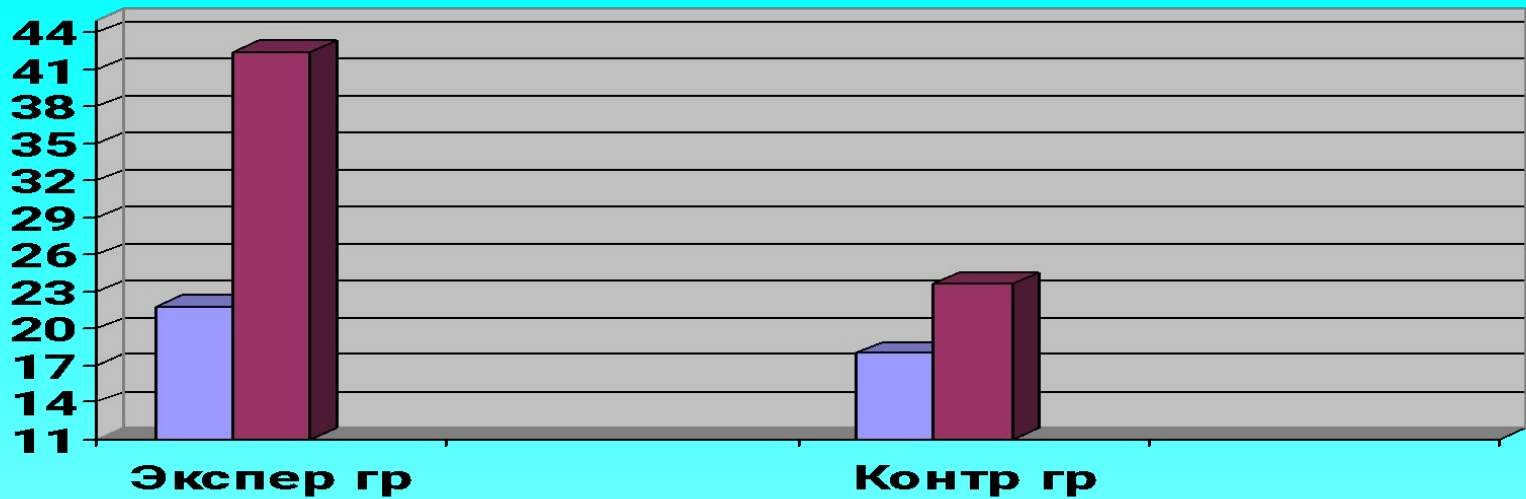


Рис.3. Позиция «рыбка» (сек.).

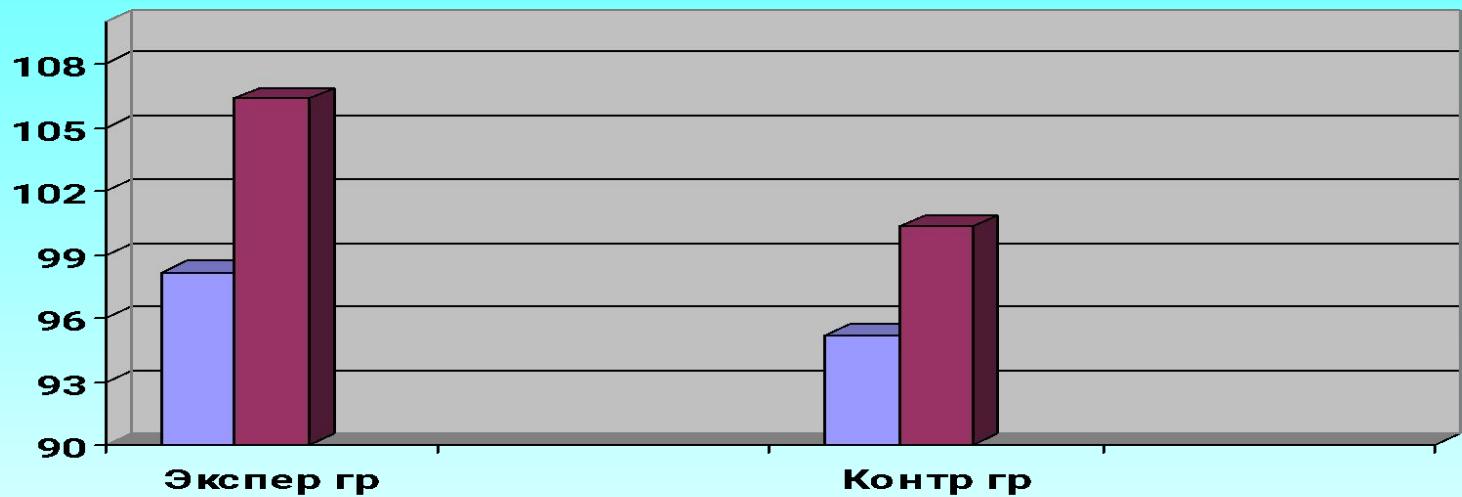
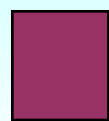


Рис.4. Прыжок в длину с места (см.).



Конец  
эксперимента



Начало  
эксперимента