Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение города Москвы «Колледж физической культуры и спорта «Спарта» Департамента спорта города Москвы

Тема выпускной квалификационной работы

Выполнил: Фамилия Имя Отчество

Научный руководитель: ученая степень, звание Фамилия И.О.

Москва, 20___

Актуальность исследования

Проблема исследования

Объект исследования

Предмет исследования

Гипотеза исследования.

Цель исследования

Задачи исследования:

Методы исследования

Выписываются из второй главы ВКР (перечислить их)

Организация исследования

Пример оформления слайда:

База исследования:

СШОР № ___

г. Москва,

ул. _____,

д. _____

Тренер:

Иванов И.И. – МСМК, заслуженный работник физической культуры РФ

Процедура тестирование

Название теста 1	Название теста 2	Название теста 3
ФОТО теста 1	ФОТО теста 2	ФОТО теста 3

Пример оформления слайда:

Простая и усложнённые позы Ромберга

Среднее время устойчивости в позе Ромберга -2 (по А. Ф. Синякову)

Возраст (годы)	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Время устойчивости (сек)	13	16	21	24	28	30	36	44	48	50	52	51	53

Гониометр

Схема измерений движений в голеностопном суставе

Нормальные гониометрические показатели функции голеностопного сустава (в градусах) (Н. К. Полещук)

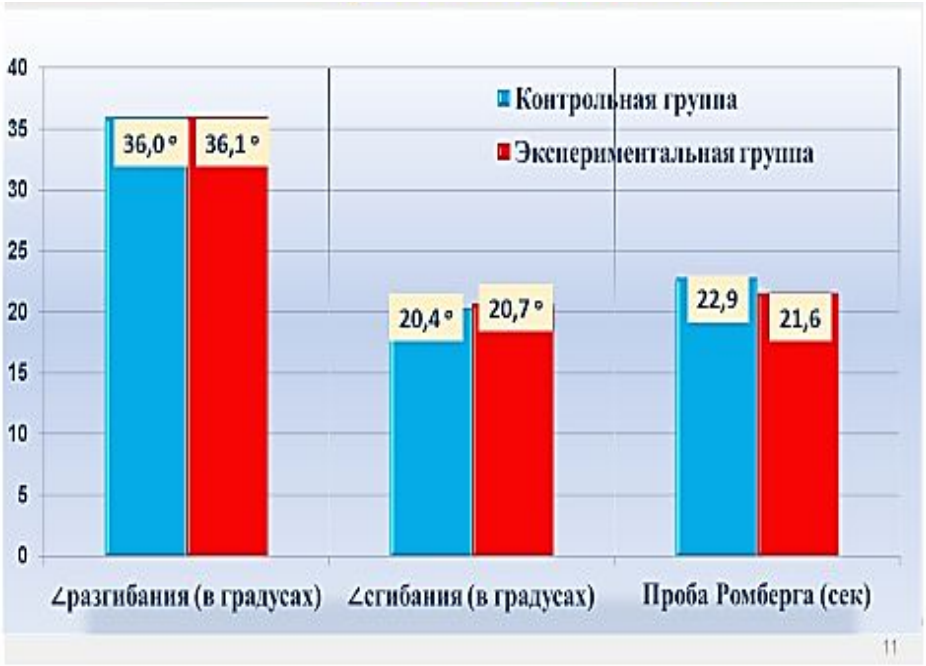
Сустав	Сгибание	Разгибание
Голеностопный	20°	45°

Результаты исследования

(Например, *результаты исходного (первого) тестирования, представленные в виде таблицы и диаграммы)*

Пример оформления слайда:

№ п/п	Исследуемые показатели	Контрольная группа, n=10	Экспериментальная группа, n=10	Разница показателей контрольной и экспериментальной групп
		Исходное Исследования	Исходное Исследования	
1	Угол разгибания (в градусах)	36,0 ° ± 6,8	36,1 ° ± 5,3	0,1 °
2	Угол сгибания (в градусах)	20,4 ° ± 1,11	20,7 ° ± 1,09	0,3 °
3	Проба Ромберга - 3, (сек)	22,9±1,1	21,6±1,6	1,3



Экспериментальная методика …

На данном слайде можно представить план тренировочных занятий, комплекс упражнений и т.д.

Пример оформления слайда:

Нормирование физических нагрузок в процессе занятия экспериментальной группы (по ЧСС, уд/мин)

Часть занятия	Содержание	ЧСС, (уд/мин) в процессе выполнения упражнения	ЧСС, (уд/мин) перед выполнением упражнения
Подготовительная	Ходьба	120 - 130	110-120
	Разминка	140-150	110-120
Основная	Комплекс специальных упражнений № 1 (растягивающей направленности)	110-120	110-120
	Комплекс специальных упражнений № 2 (силовой направленности)	120-130	110-120
	Комплекс специальных упражнений № 3 (координационной направленности)	130-140	110-120
Заключительная	Дыхательные упражнения с упражнениями на гибкость голеностопного сустава	80-90	110-120

План-график тренировочных занятий испытуемых экспериментальной группы

Неделя	I				II				III				IV			
№ занятия	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Содержание	Время выполнения каждого упражнения (мин)															
Ходьба	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Разминка (разминочный бег + ОРУ)	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8	8+8
Комплекс специальных упражнений № 1 (растягивающей направленности)	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	4
Комплекс специальных упражнений № 2 (силовой направленности)	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3
Комплекс специальных упражнений № 3 (координационной направленности)	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3
Дыхательные упражнения с упражнениями на гибкость голеностопного сустава	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8

- **Использование фотографий испытуемых обязательно**

Результаты исследования

(Например, *результаты итогового (второго) тестирования, представленные в виде таблицы и диаграммы)*

Пример оформления слайда:

Показатели функционального состояния голеностопного сустава испытуемых экспериментальной и контрольной групп после эксперимента

№ п/п	Исследуемые показатели	Контрольная группа, n=10	Экспериментальная группа, n=10	Разница показателей контрольной и экспериментальной групп
		Итоговое Исследования	Итоговое Исследования	
1	Угол разгибания (в градусах)	45,6° ± 9,9	48,9° ± 10,1	3,3°
2	Угол сгибания (в градусах)	22,2° ± 0,81	25,3° ± 0,88	3,1°
3	Проба Ромберга - 3, (сек)	33,9±1,1	41,6±1,3	7,7

Заключение

- 1.

Количество выводов в заключении должно соответствовать количеству поставленных задач

Заключение

- 2.

Количество выводов в заключении должно соответствовать количеству поставленных задач

Заключение

- 3.

Количество выводов в заключении должно соответствовать количеству поставленных задач

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение города Москвы «Колледж физической культуры и спорта «Спарта» Департамента спорта города Москвы

Тема выпускной квалификационной работы

Выполнил: Фамилия Имя Отчество

Научный руководитель: ученая степень, звание Фамилия И.О.

Благодарю за внимание!

Москва, 20____