



ВОЛГОГРАДСКАЯ
ГОСУДАРСТВЕННАЯ
АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ

КАФЕДРА

ФИЗИОЛОГИИ И ХИМИИ

РЕГУЛЯЦИЯ ДЫХАНИЯ

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ:

**Разработать и обосновать методику
Применения нетрадиционных
оздоровительных средств на
уроках физической культуры с
младшими школьниками**

ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ

- 1. Выяснить уровень физической подготовленности младших школьников при традиционной системе физического воспитания.**
- 2. Разработать методический подход к подбору и применению нетрадиционных оздоровительных средств.**
- 3. Разработать и обосновать методику использования нетрадиционных средств оздоровления в процессе физического воспитания младших школьников.**
- 4. Выяснить эффективность применения экспериментальной методики физического воспитания и оздоровления на уроках физической культуры.**

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ, ВЫНОСИМЫЕ НА ЗАЩИТУ

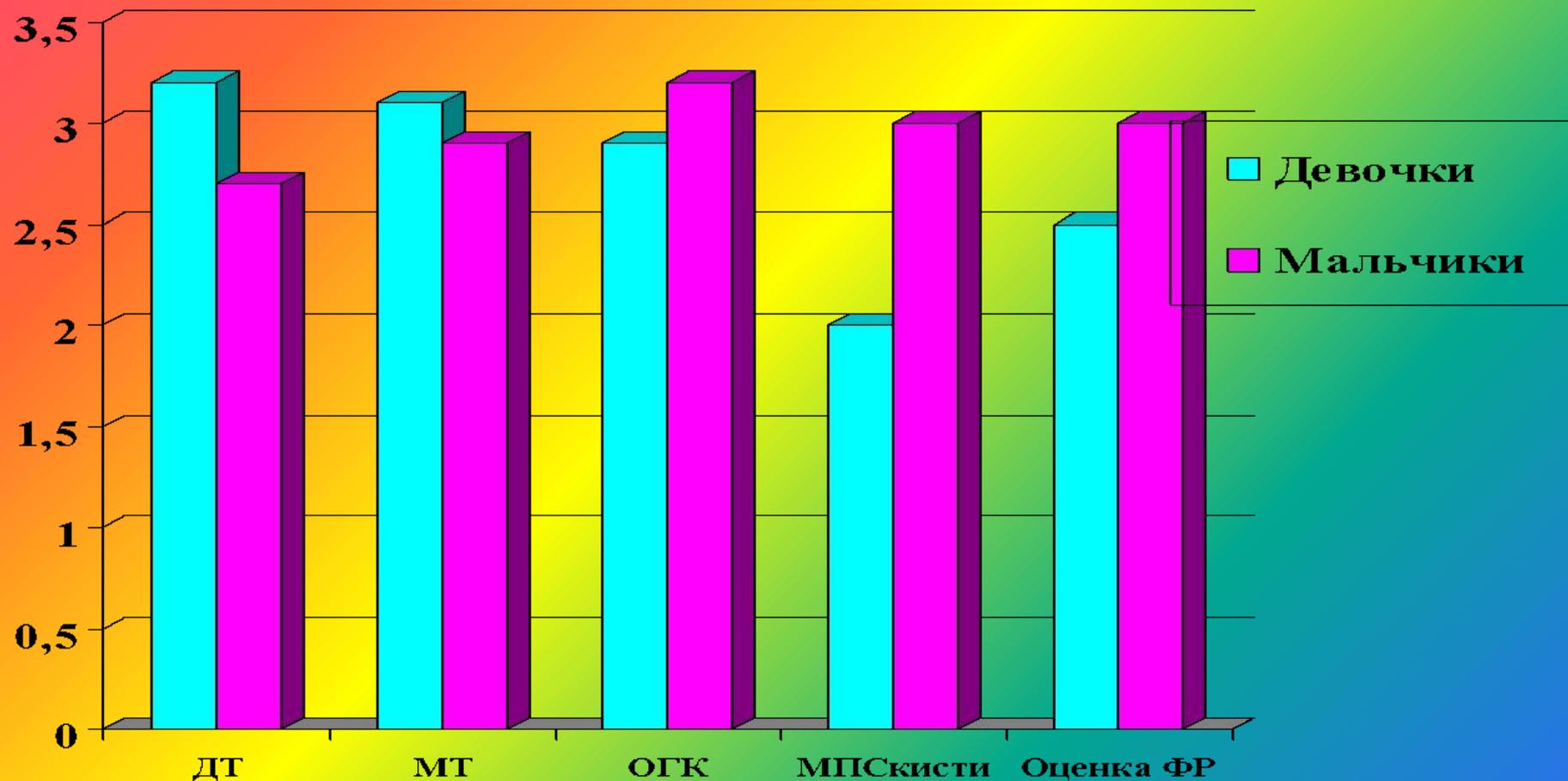
использова
ние часов в
процессе

физическое,
о приемах
аутотре
воспитания
нетрадицио
нных биологи
оздоровит
льных обрат
средств связи
обеспечива
ет способс

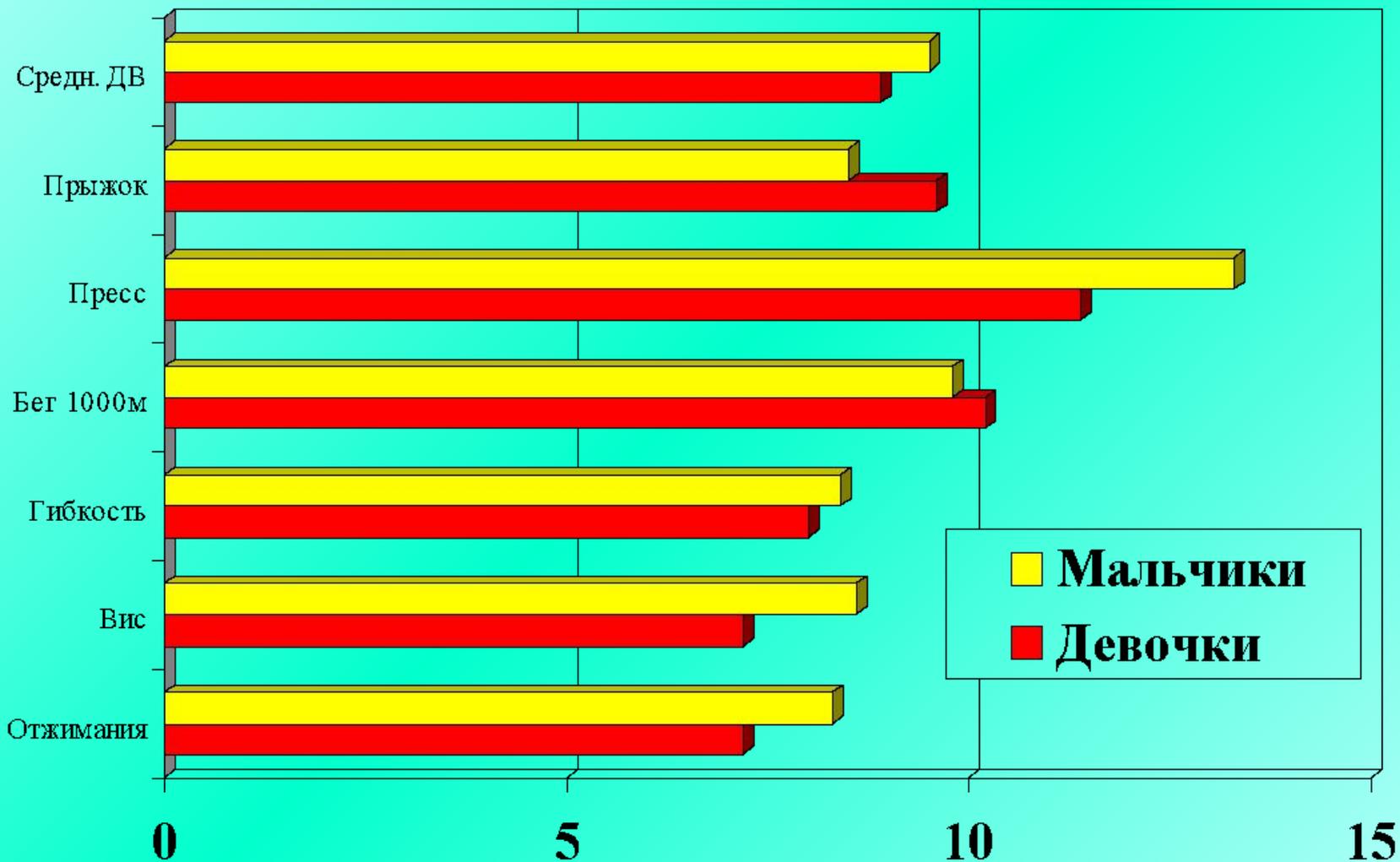
существенн
ое
повышение
уровня
здоровья,
оказывает
положитель
ное

воздействи

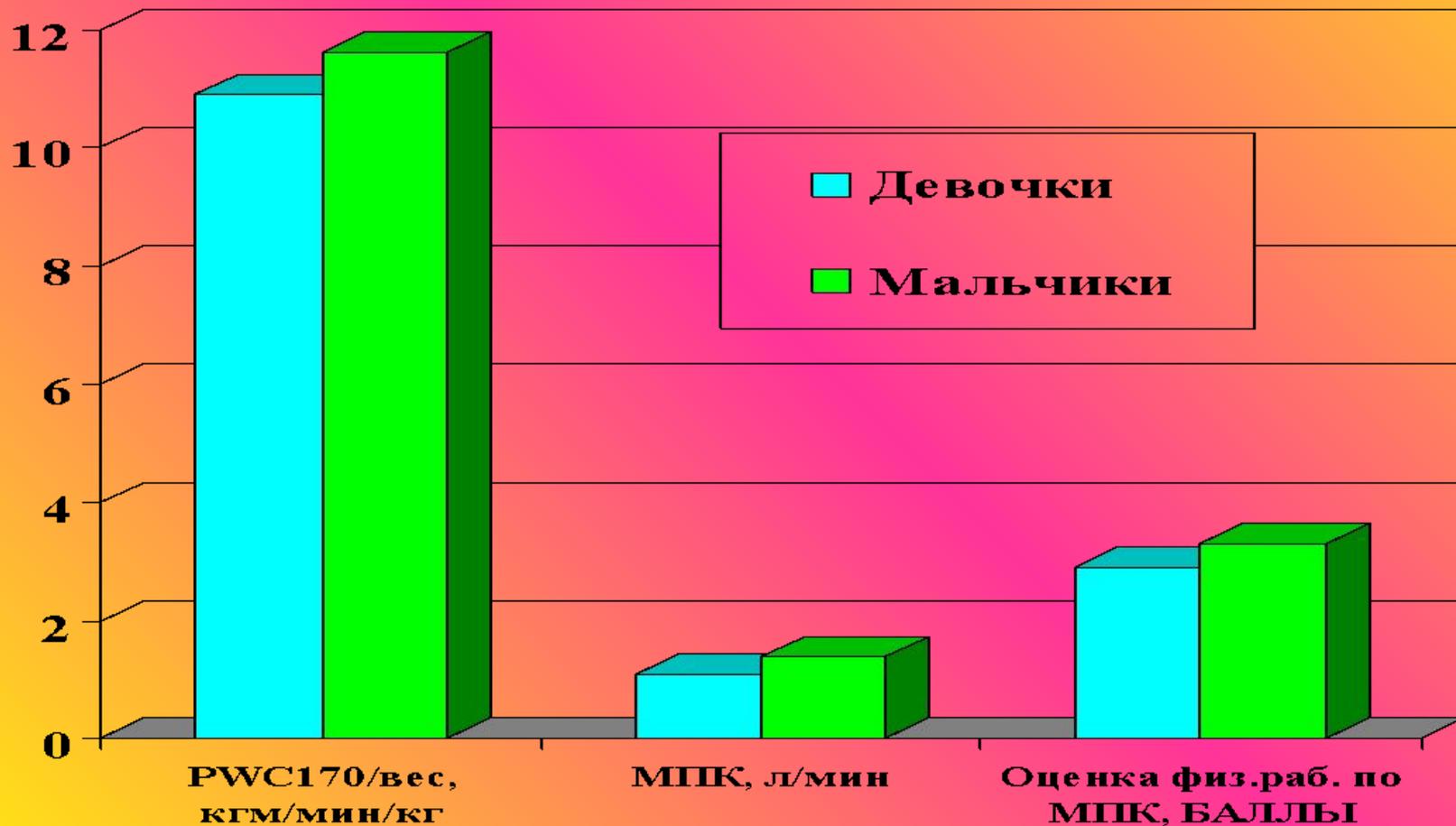
ОЦЕНКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ 9-10 ЛЕТ В БАЛЛАХ

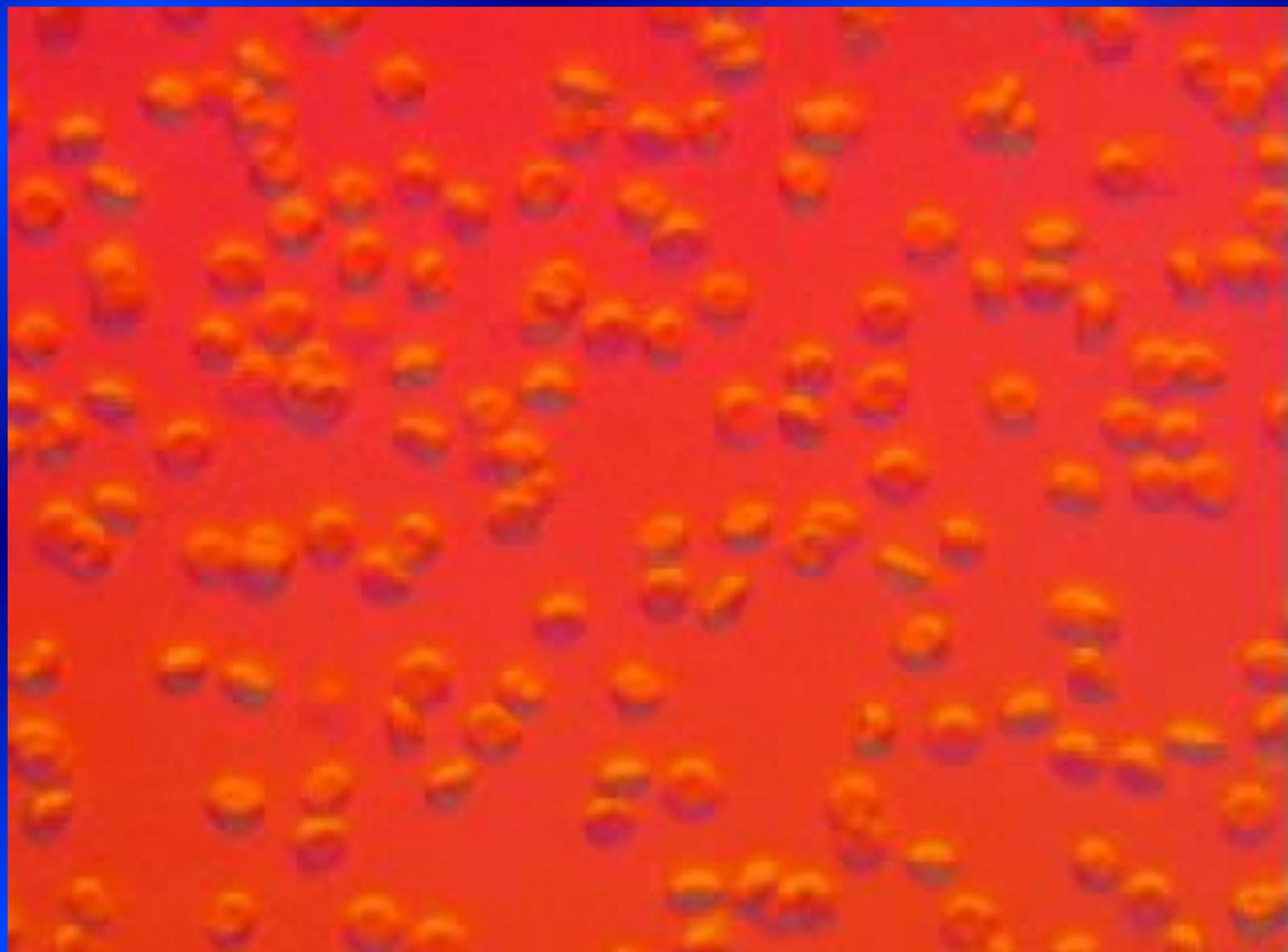


ПОКАЗАТЕЛИ ДВИГАТЕЛЬНОГО ВОЗРАСТА ШКОЛЬНИКОВ 9-10 ЛЕТ



ПОКАЗАТЕЛИ ВЕЛИЧИН **PWC 170**, МПК И ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТСПОСОБНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ **9-10 ЛЕТ**





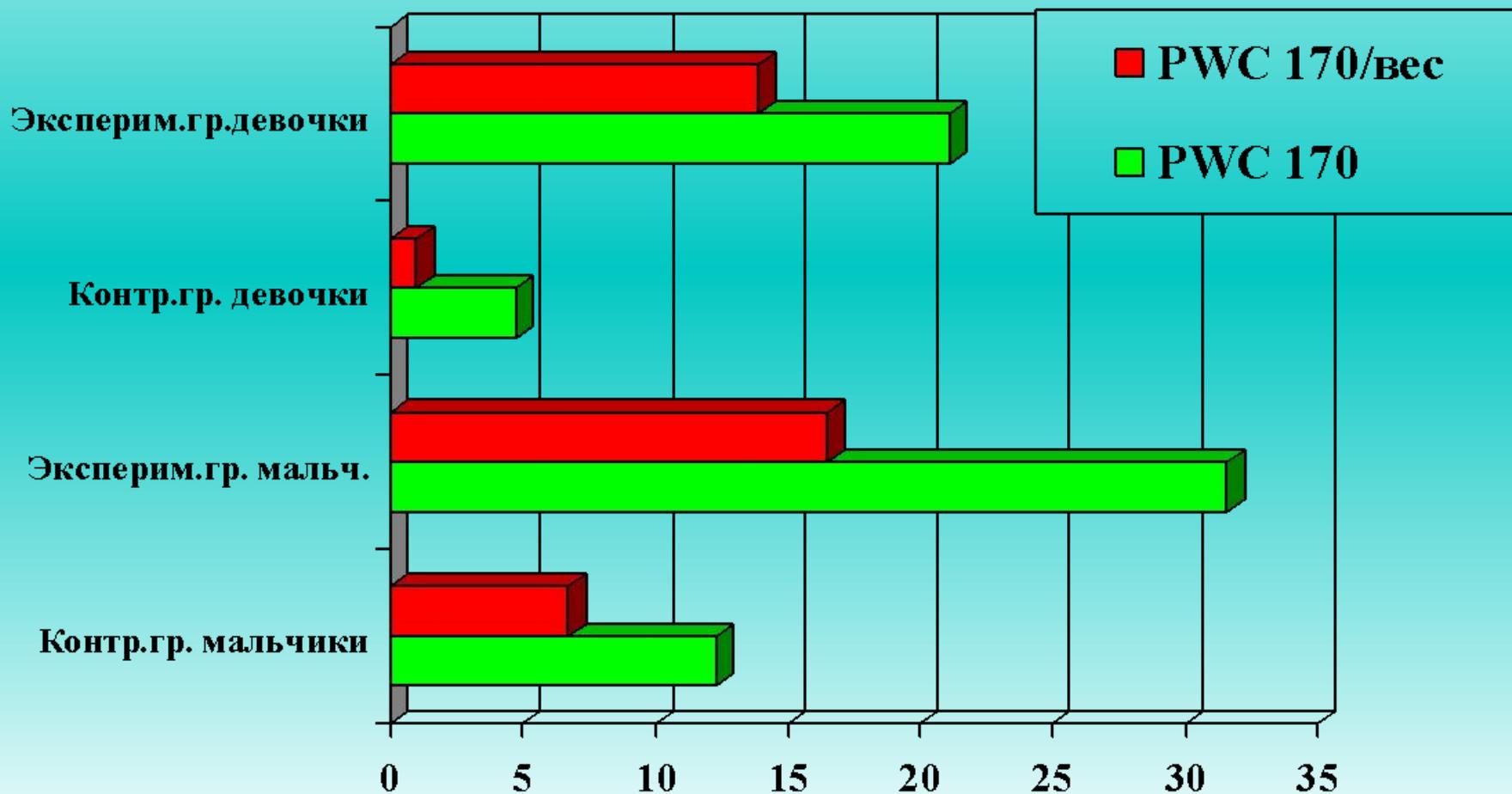
МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ НЕТРАДИЦИОННЫХ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ,
МАССАЖ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ТОЧЕК,
АУТОГЕННАЯ ТРЕНИРОВКА**

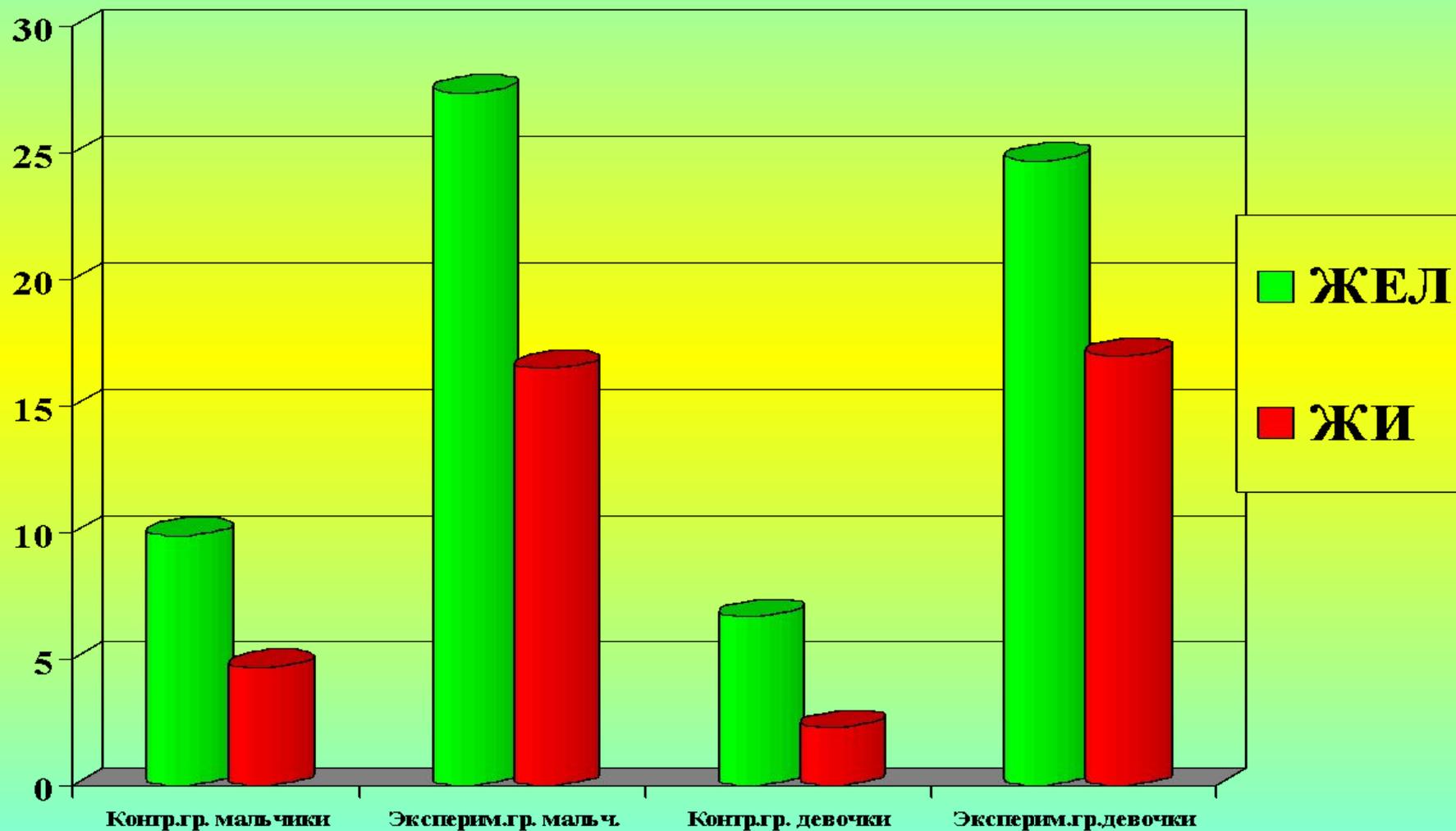
**РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ НА ОСНОВЕ
ПРИМЕНЕНИЯ БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ**

**ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ НА ОСНОВЕ
ПРИМЕНЕНИЯ БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ**

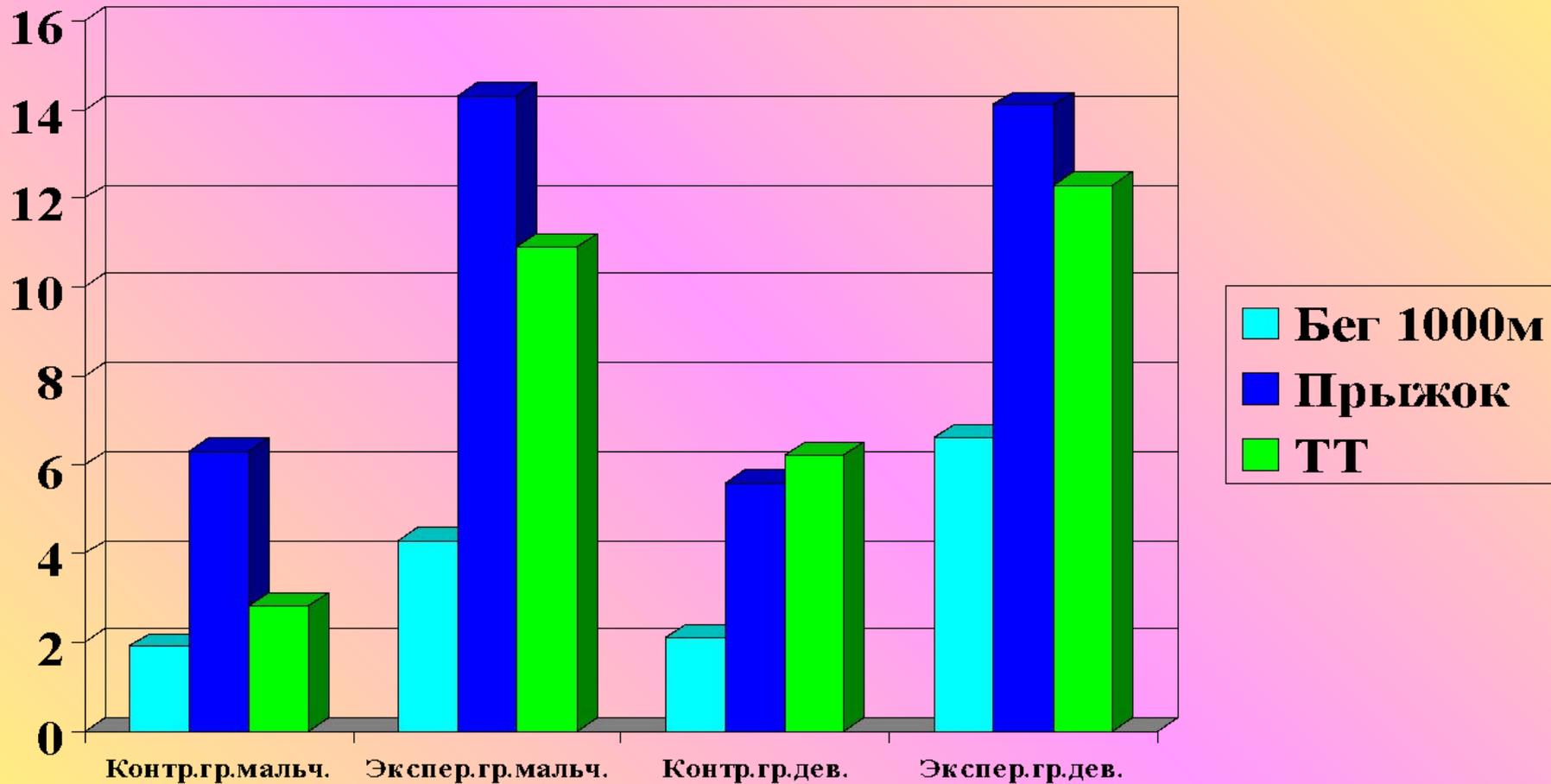
Динамика показателей абсолютных и относительных величин PWC 170 у школьников в процессе эксперимента в % от исходных



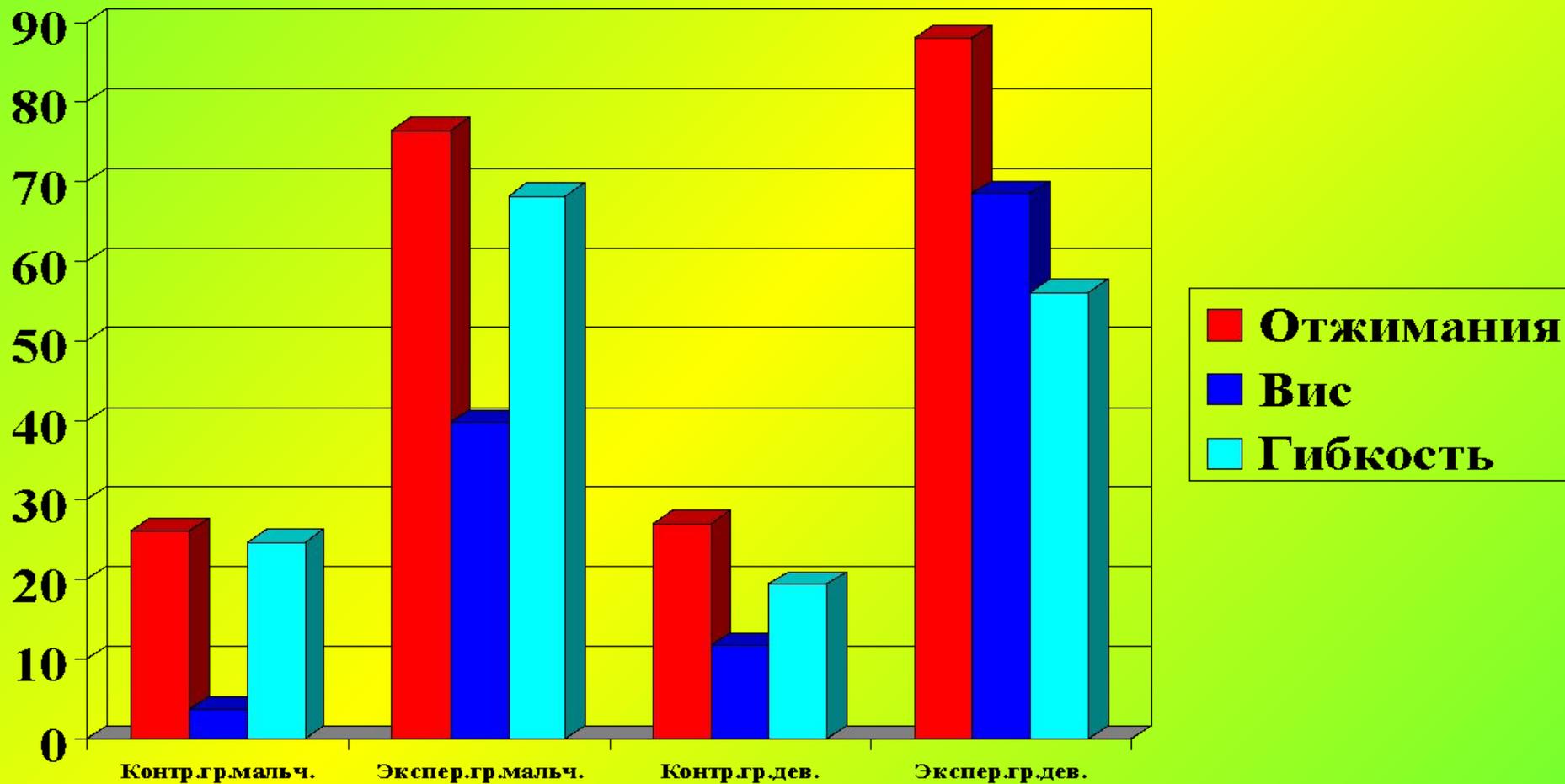
Динамика абсолютных и относительных показателей ЖЕЛ у школьников в процессе эксперимента в % от исходных



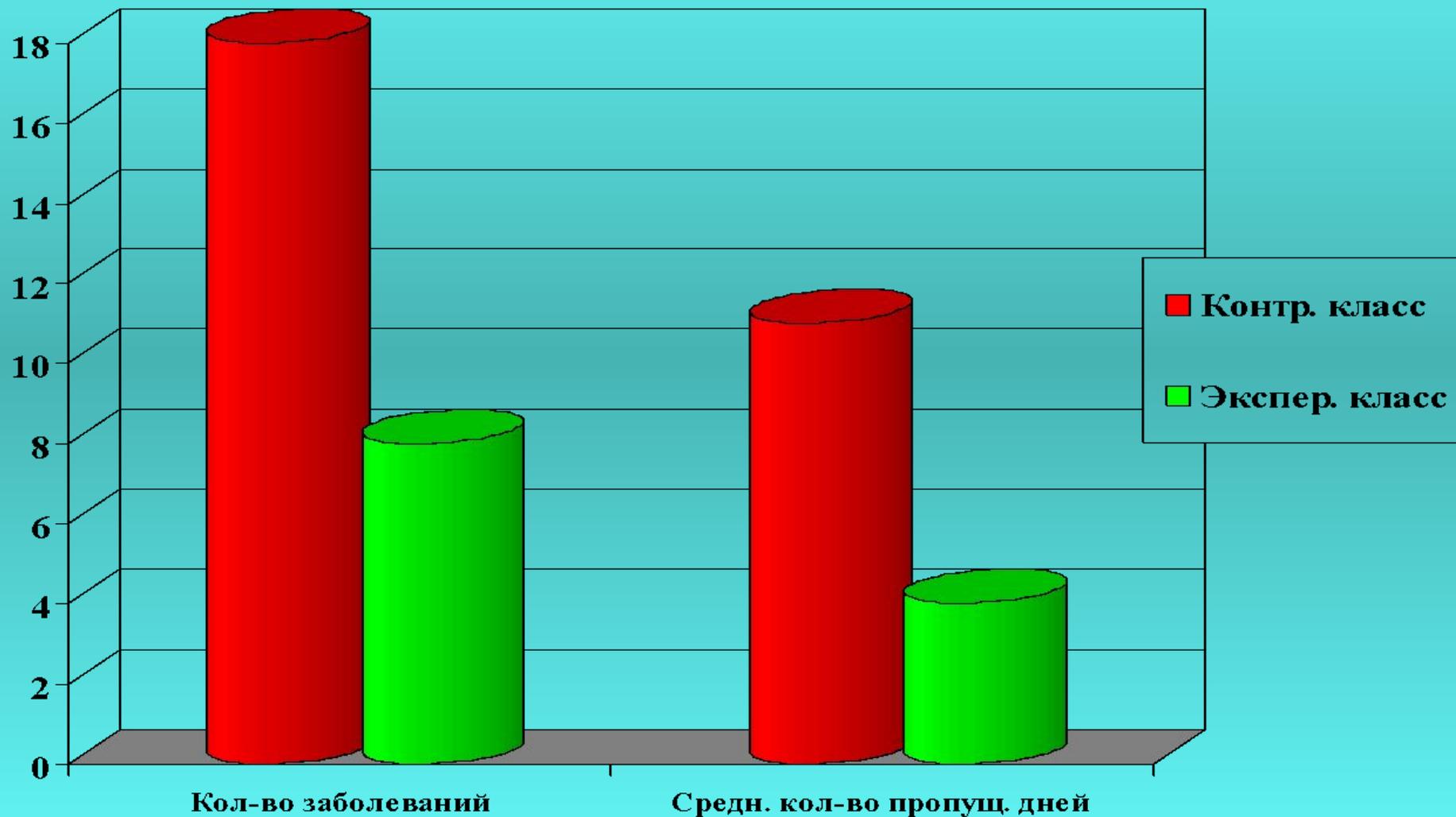
Динамика изменения показателей двигательной подготовленности по результатам тестов в % от исходных



Динамика изменения показателей двигательной подготовленности у школьников в % от исходных по результатам тестов



ПОКАЗАТЕЛИ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ШКОЛЬНИКОВ, ПРИНИМАВШИХ УЧАСТИЕ В ЭКСПЕРИМЕНТЕ



- © Волгоградская государственная академия физической культуры, 2003
- © Кафедра физиологии и химии, 2003
- © Солопов И.Н., 2000

