

Исследовательская работа на тему:

**ВЛИЯНИЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА  
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКИЕ  
ПОКАЗАТЕЛИ ОРГАНИЗМА РЕБЕНКА**

**Исполнитель:**

ученики 10 класса НЧОУ «Гимназия  
«Во имя Святых Царственных Страстотерпцев»  
Перешеина Александра  
и Писаченко Ирина

**Научный руководитель:**

учитель биологии НЧОУ «Гимназия  
«Во имя Святых Царственных Страстотерпцев»  
Илларионова Светлана Николаевна

Единственная красота,  
которую я знаю,- это  
здоровье. Генрих Гейне.



# КИК-БОКСИНГ

ПОНЕДЕЛЬНИК,  
СРЕДА, ПЯТНИЦА  
с 15.00-17.00 (ФОК)



# ПЛАВАНИЕ

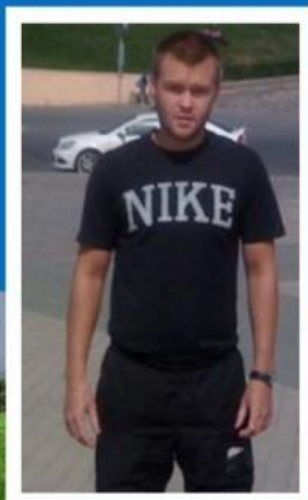
СРЕДА  
с 14.00-14.40 (ФОК)



# САМООБОРОНА

для девочек

ЧЕТВЕРГ  
с 15.00-16.00 (кт. зал)



Тренер - ШЕМЯКИН  
Евгений Александрович

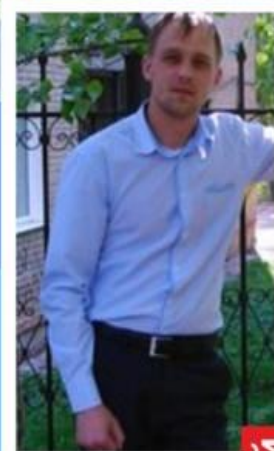
# ФУТБОЛ

ВТОРНИК с 14.00-16.00  
ПЯТНИЦА  
с 14.00-15.00



# НВП

ВТОРНИК  
с 14.00-15.00  
(актовый зал)



Тренер -  
СЯДАЙКИН  
Евгений  
Игоревич

# ВОЛЕЙБОЛ

СРЕДА  
с 15.00-17.00 (ФОК)



# НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

ЧЕТВЕРГ  
с 14.00-15.00 (актовый зал)



# БАСКЕТБОЛ

ЧЕТВЕРГ с 15.00-16.30 (ФОК)



- **Цель** нашей работы- выявление положительного влияния физкультуры и спорта на физиологические и нервно-психические процессы организма подростка, сравнение таких показателей детей-спортсменов с контрольной группой гимназистов, широкое информирование детей и взрослых о выявленных закономерностях с целью привлечения внимания к проблеме и её разрешению.

# Задачи

- -Выявление влияния физкультуры и спорта на здоровье детей;
- -выявление таких физиологических и нервно-психических показателей, которые можно было бы легко промерить и определить у ребят нашей гимназии, занимающихся в различных секциях;
- -анализ полученных показателей, их сравнение с нормативными для данного возраста и показателями детей из контрольной группы (не занимающихся спортом);
- -составление рекомендаций для широкого знакомства с результатами нашей работы;
- -выступление с презентацией и беседой по теме перед гимназистами и их родителями;
- -составление информационных материалов для таких бесед

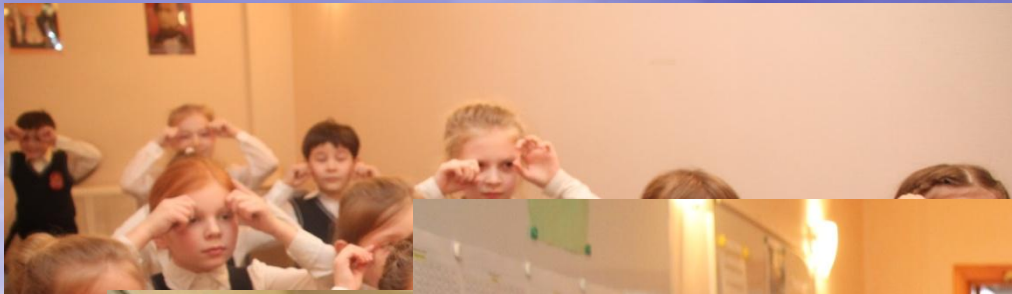
- Гипотеза : ознакомившись с некоторыми статьями в прессе и учебной литературе, предполагаем, что проводимые исследования подтвердят наличие прямой зависимости критериев здоровья детей от их занятости в различного рода спортивных секциях.

- Нами использовались следующие **методы работы:**
- -изучение научной литературы;
- -подбор показателей здоровья для измерения;
- -формирование нескольких групп испытуемых, в том числе контрольной группы для анализа результатов;
- -составление экспериментов и измерительных таблиц;
- -опрос в виде анкетирования;
- -обработка результатов;
- -составление диаграмм и графиков, информационного буклета, презентации.

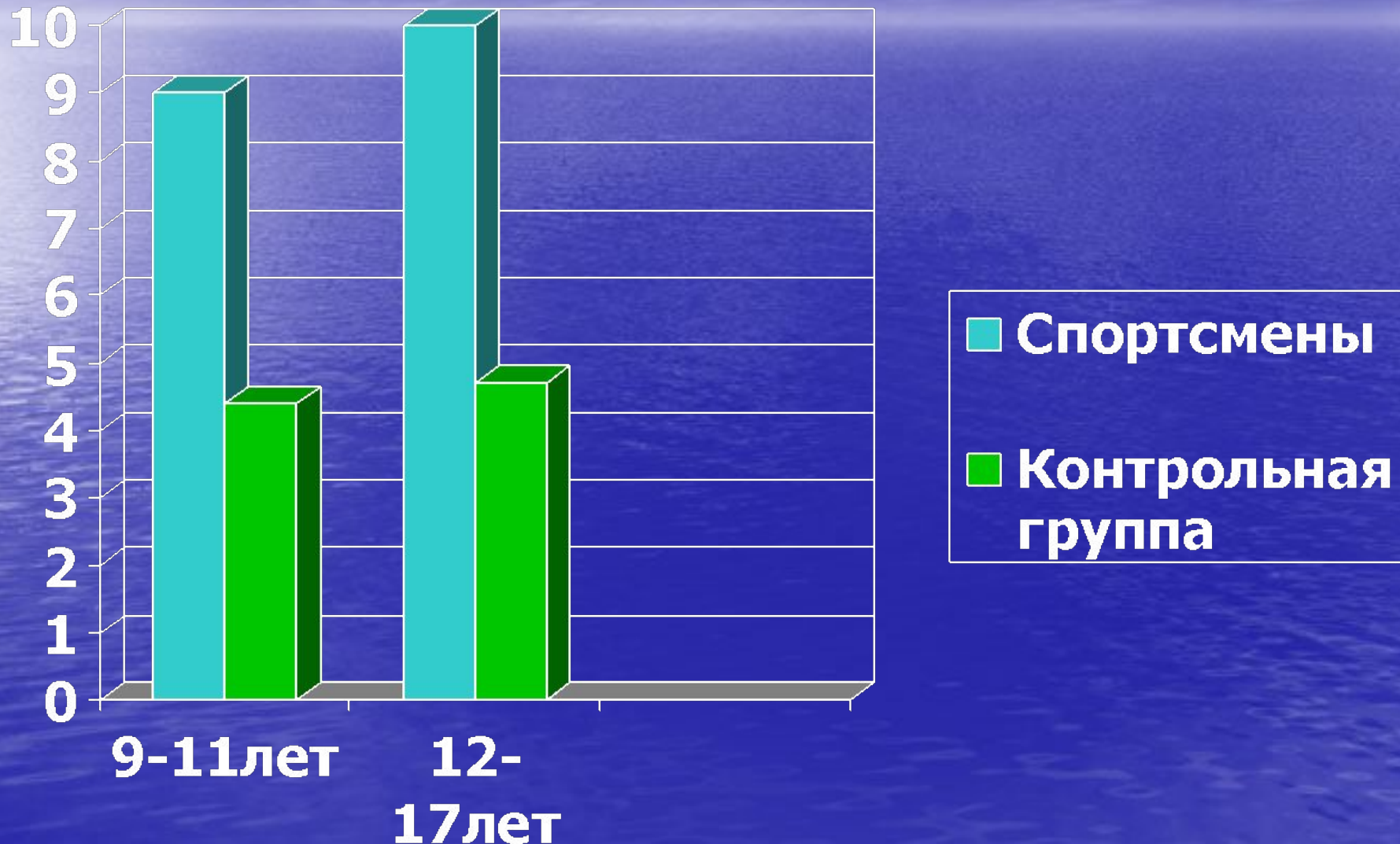
# Наши измерения



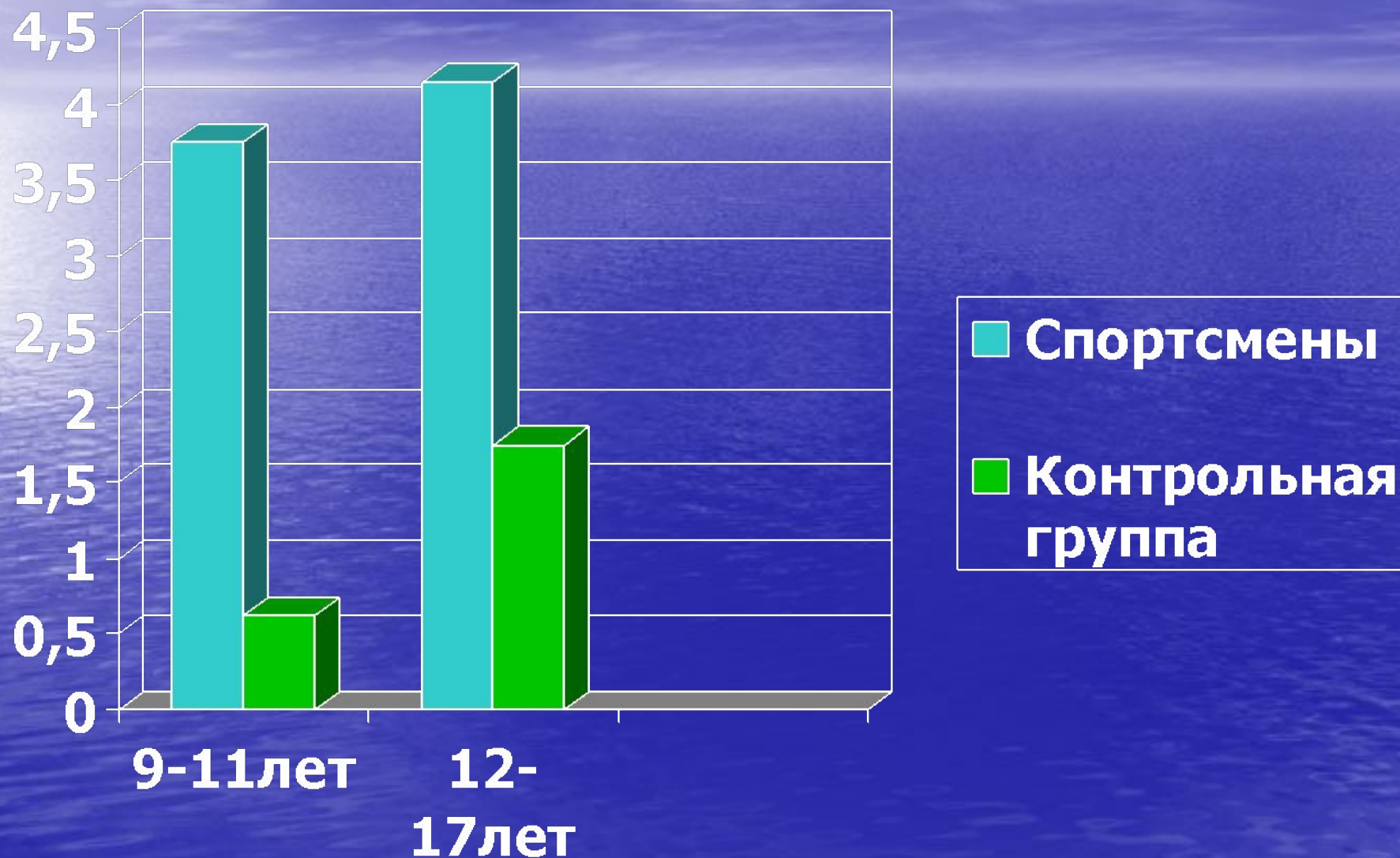




# Разница в объеме грудной клетки (до и после вдоха, см)



# Разница в объемах плеча(см)



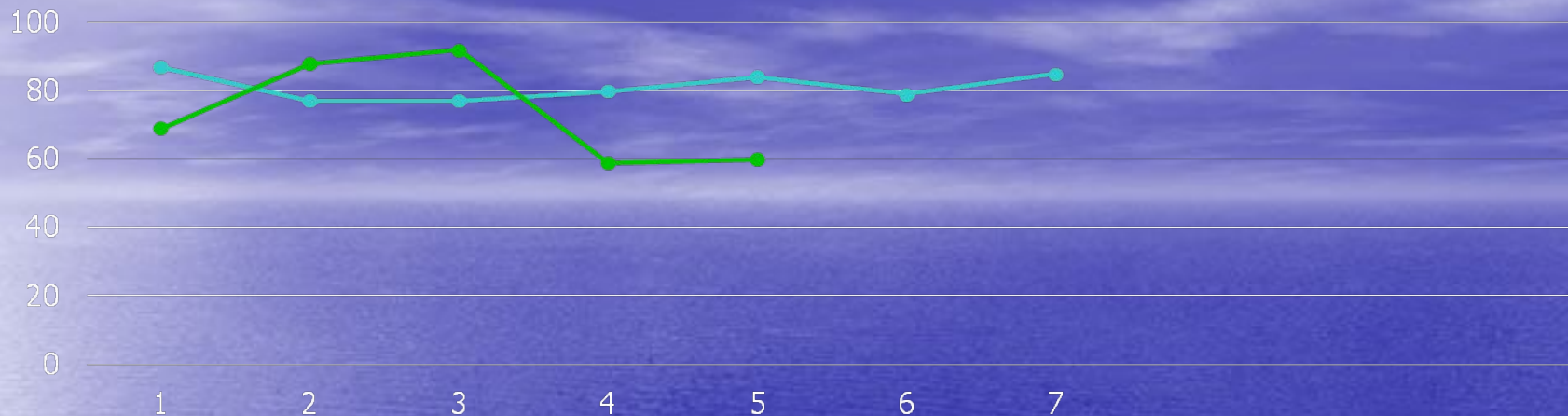
# Разница в объеме нижних конечностей (см)



# Наши спортсмены



# ЧСС учащихся младшей группы



# ЧСС учащихся средней группы

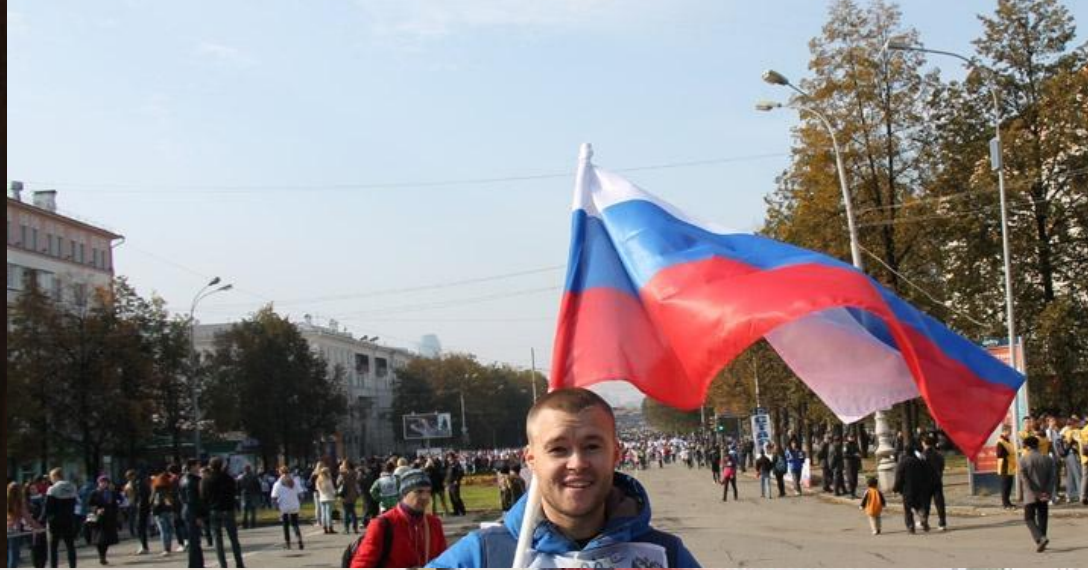


# Количество точных попаданий в зависимости от возраста испытуемых









# Выводы:

- Спорт влияет на физиологические и нервно- психические показатели.
- Наша гипотеза подтвердилась . В большей мере по таким показателям , как размеры грудной клетки, мышц плеча и бедер .

Спасибо за внимание!