

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

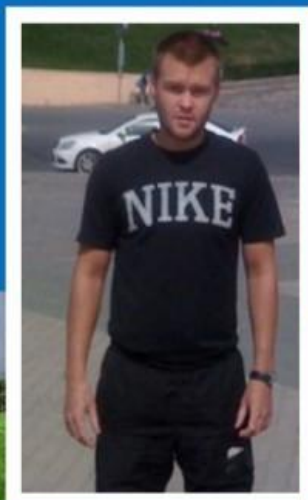
СРЕДА
с 14.00-14.40 (ФОК)



САМООБОРОНА

для девочек

ЧЕТВЕРГ
с 15.00-16.00 (кт. зал)



Тренер - ШЕМЯКИН
Евгений Александрович

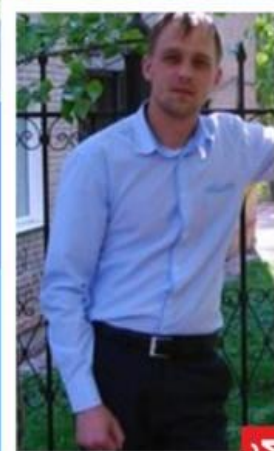
ФУТБОЛ

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

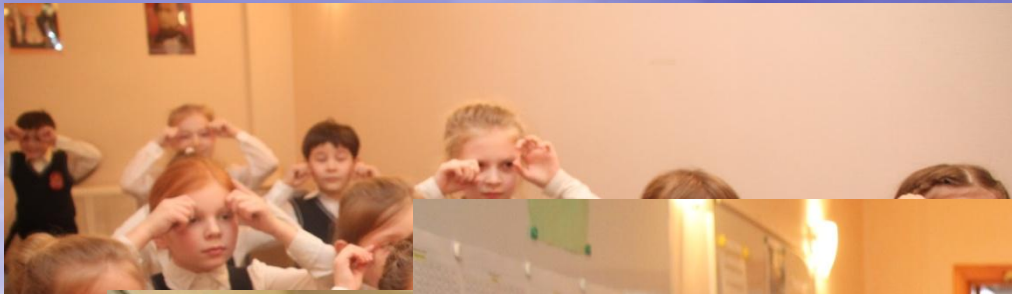
- -Выявление влияния физкультуры и спорта на здоровье детей;
- -выявление таких физиологических и нервно-психических показателей, которые можно было бы легко промерить и определить у ребят нашей гимназии, занимающихся в различных секциях;
- -анализ полученных показателей, их сравнение с нормативными 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.

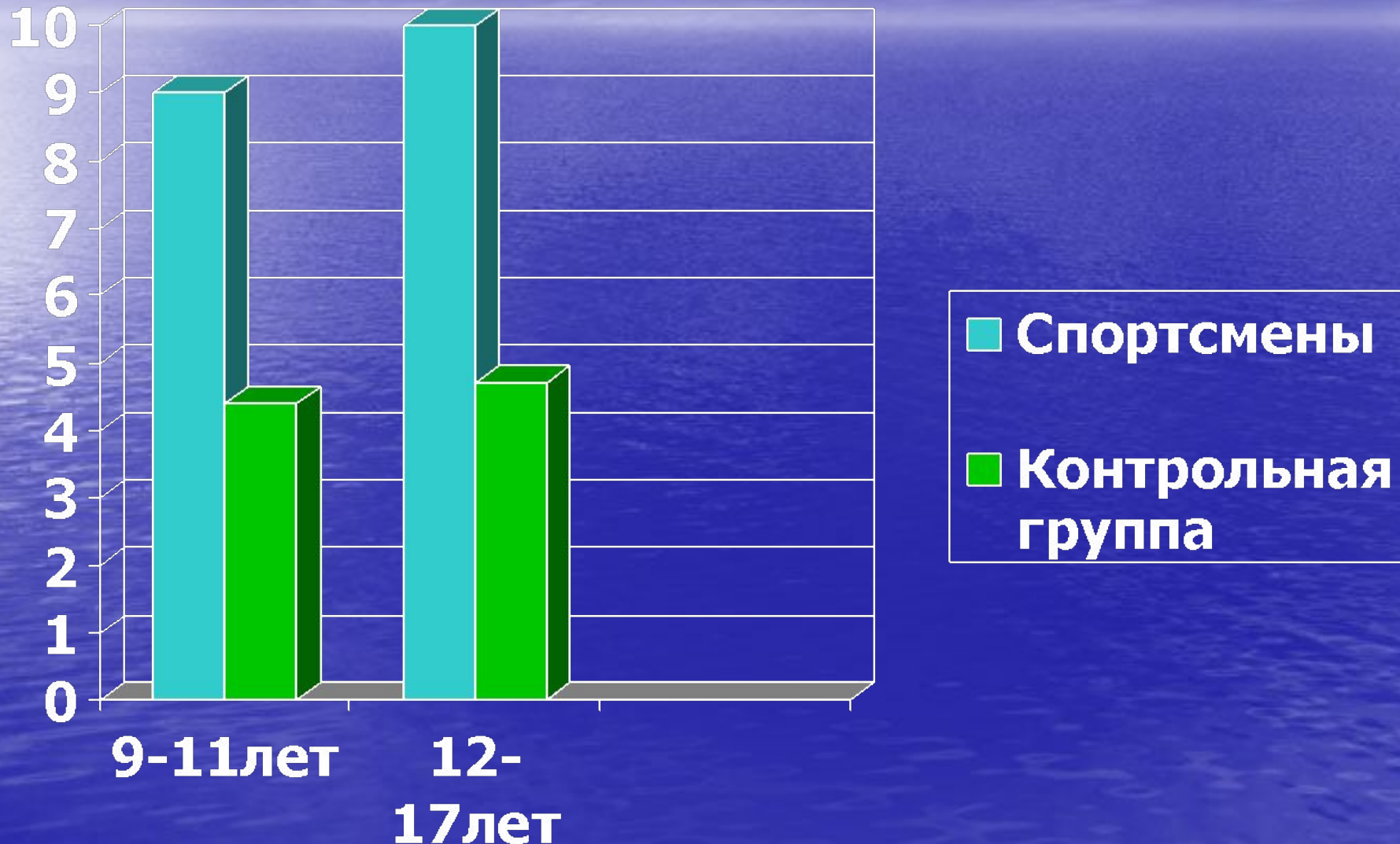
- Нами использовались следующие **методы работы:**
- -изучение научной литературы;
- -подбор показателей здоровья для измерения;
- -формирование нескольких групп испытуемых, в том числе контрольной группы для анализа результатов;
- -составление экспериментов и измерительных таблиц;
- -опрос в виде анкетирования;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

Наши измерения

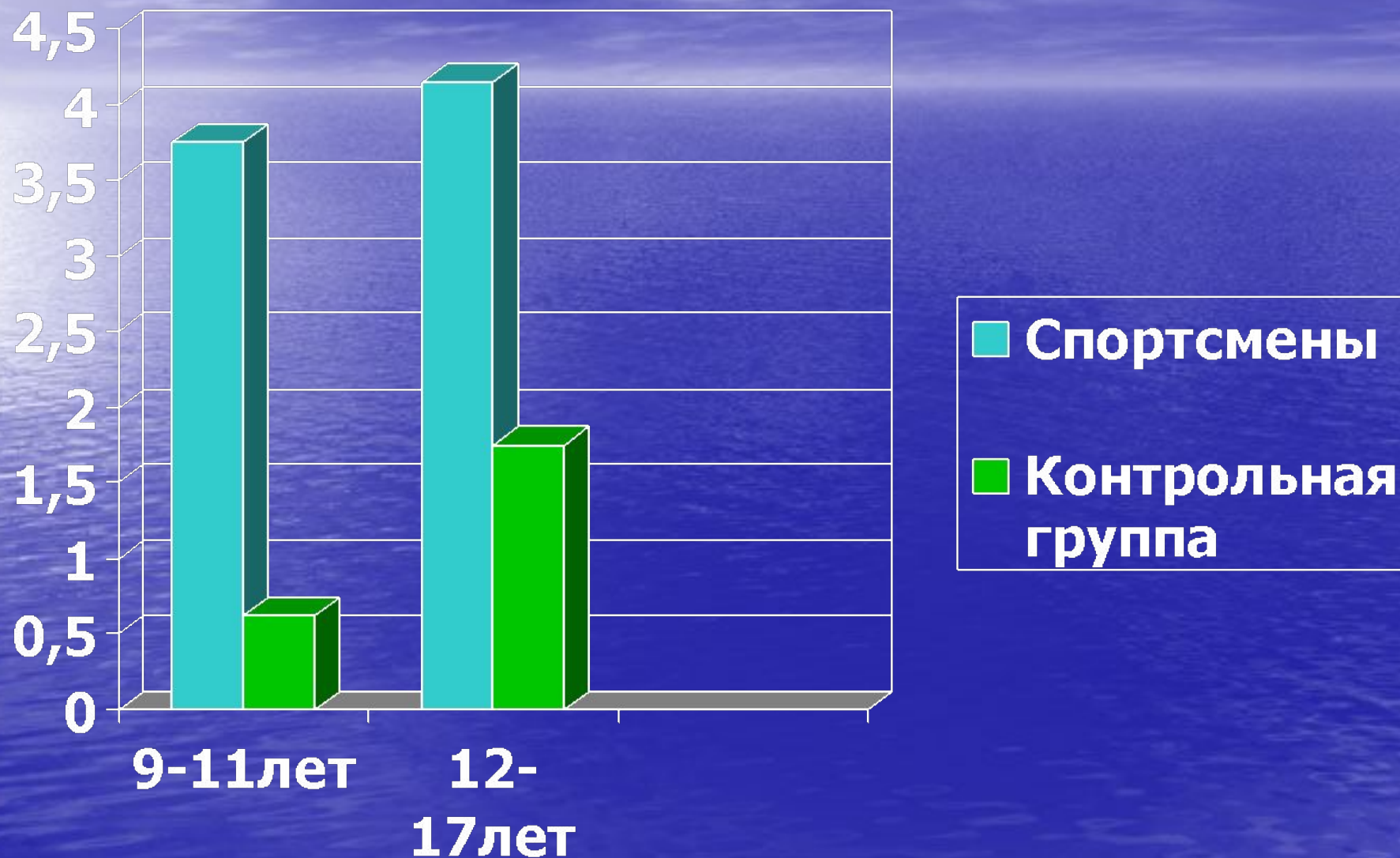




Разница в объеме грудной клетки (до и после вдоха, см)



Разница в объемах плеча(см)



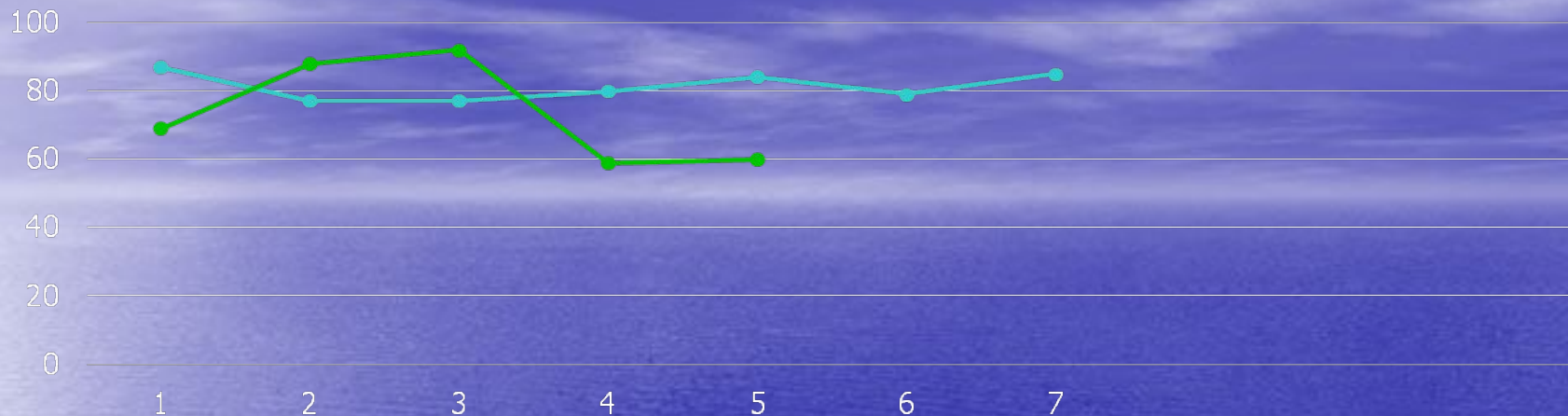
Разница в объеме нижних конечностей (см)



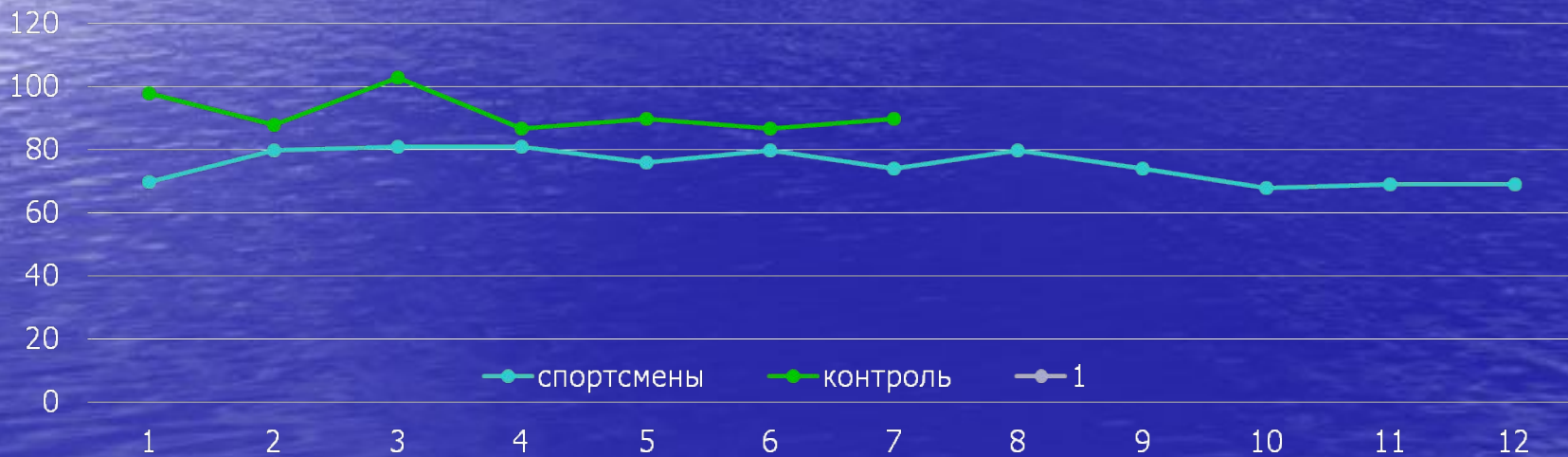
Наши спортсмены



ЧСС учащихся младшей группы



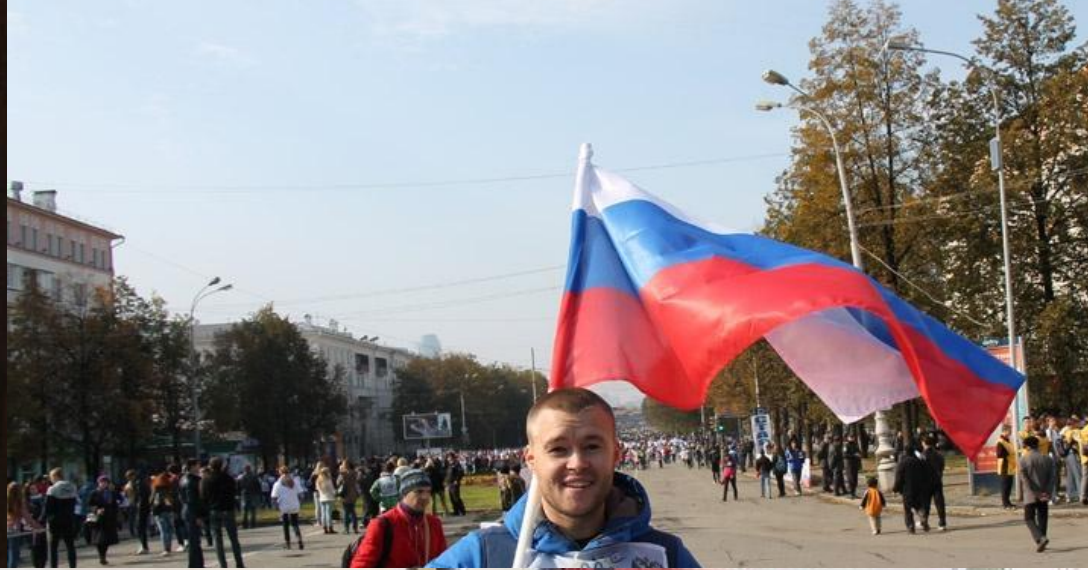
ЧСС учащихся средней группы



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!