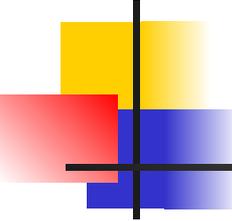


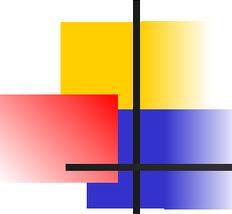
Подготовка и оформление научной и методической работы

Лекция №5



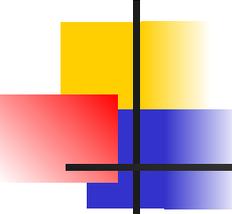
Структура выпускной квалификационной бакалаврской работы

1. «Титульный лист»
2. Задание на ВКБР
3. «Содержание»
4. «Определения, обозначения и сокращения» *(при необходимости)*
5. «Введение»
6. «Состояние проблемы» (1 глава работы)
7. «Методы и организация исследования» (2 глава работы)
8. «Результаты исследования и их обсуждение» (3 глава работы).
9. «Заключение»
10. «Список использованных источников» (не менее 15 наименований)
11. «Приложения» *(при необходимости)*



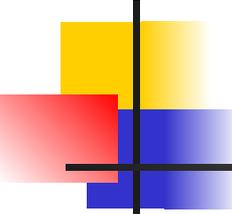
Требования к оформлению выпускной квалификационной бакалаврской работы

- Объём текстового материала в печатном варианте должен составлять **40-60 страниц** (без учета приложений)
- Текстовая часть работы выполняется на одной стороне листа формата **A-4 (210 x 297 мм)**
- Размеры полей каждой страницы: **левое – 30 мм., правое – 10 мм., верхнее – 15 мм., и нижнее – 20 мм.**
- Шрифт: **Times New Roman**
- Размер шрифта: **14 пт.**
- Междустрочный интервал текста: **через 1,5 интервала**
- Размер абзацного отступа (красная строка): **1,25 см**



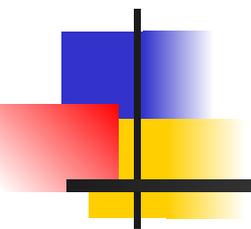
Требования к оформлению выпускной квалификационной бакалаврской работы

- Расстояние между названием главы и основным текстом: **3 интервала (1 пустая строка)**
- Расстояние между названием главы и параграфа: **3 интервала (1 пустая строка)**
- Расстояние между названием параграфа и основным текстом: **1,5 интервала (нет пустых строк)**
- Расстояние между текстом предыдущего параграфа и следующим параграфом: **4,5 интервала (2 пустые строки)**
- Не допускается переносить часть слова в заголовке и подчеркивать заголовки.
- Нумерация страниц: **арабскими цифрами в правом нижнем углу**
- На титульном листе **номер страницы не проставляется**



Требования к оформлению выпускной квалификационной бакалаврской работы

- «Введение», каждая «глава», «заключение», «список использованных источников» начинается **с новой страницы и выровнивается по центру строки.**
- Названия структурных элементов «содержание», «введение», «глава», «заключение», «список использованных источников» пишутся **в середине строки прописными буквами без точки в конце**
- Названия структурных элементов «содержание», «введение», «глава», «заключение», «список использованных источников», параграфы, подписи рисунков и названия таблиц **выделяются полужирным шрифтом.**
- Ссылка на литературный источник оформляется в виде квадратных скобок .
Пример: [12].



ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского»
кафедра Теории и методики физической культуры

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА
БАКАНОВОЙ АЛЕКСАНДРЫ АЛЕКСАНДРОВНЫ

Направление подготовки:
44.03.05 Педагогическое образование

Тема выпускной работы:

**«ОРГАНИЗАЦИЯ И СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ
С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-ЦЕНТРА»**

Руководитель выпускной работы
кандидат педагогических наук, доцент
Чеботарев Андрей Викторович

_____ «31» мая 2016 г.
(подпись)

ДОПУСКАЕТСЯ К ЗАЩИТЕ в ГЭК
заведующий кафедрой
кандидат педагогических наук, доцент

_____ (подпись)

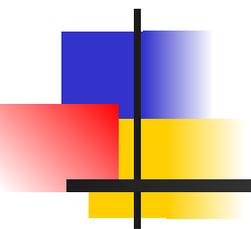
Липецк 2016 г.

Утверждена
приказом ректора университета
№55 от 01.12.2015

Студентка гр. С. 5-1
Баканова Александра Александровна

_____ «31» мая 2016 г.
(подпись)

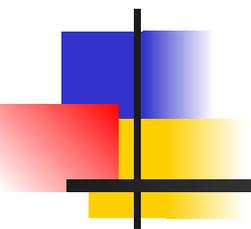
А.В. Вишняков



СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ	5
1.1. Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста	6
1.2. Роль двигательной активности в развитии детей дошкольного возраста	10
1.3. Фитнес, как форма физического воспитания	15
1.4. Методические особенности организации и содержания занятий фитнесом с дошкольниками	17
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	20
2.1. Методы исследования	20
2.2. Организация исследования	26
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	27
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	42
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	45
ПРИЛОЖЕНИЯ	47



ВВЕДЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. С ростом благосостояния и комфорта городской жизни, двигательная активность взрослых и особенно детей снизились. Следствием гипокинезии и гиподинамии стало увеличение количества заболеваний сердечнососудистой системы, опорно-двигательного аппарата и т.д. [23].

Решением данной проблемы общества может стать активное распространение и строительство фитнес-центров. Деятельность фитнес-центров соответствует современным представлениям о физическом воспитании, характеризующемся применением современных методик, которые успешно используются в сфере фитнеса во многих развитых странах мира.

В настоящее время, тенденции развития фитнес индустрии притягивают все больше внимания общества, в основном взрослого контингента к занятиям. При этом следует отметить, что некоторые фитнес-центры начинают практиковать занятия с детьми дошкольного возраста. Наши наблюдения, основанные на анализе посещаемости фитнес-центров, позволили выявить **противоречие** между широким распространением фитнеса в физическом воспитании и отсутствием соответствующих фитнес-методик для детей дошкольного возраста.

Выявленное противоречие дало основание сформулировать **проблему исследования:** как необходимо строить занятия фитнесом с детьми старшего дошкольного возраста в условиях фитнес-центра?

Объект исследования – формирование двигательных качеств у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания в условиях фитнес-центра.

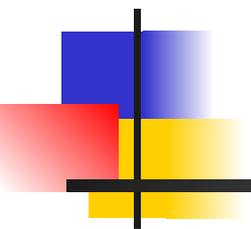
Предмет исследования – экспериментальная методика воспитания двигательных способностей у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания в условиях фитнес-центра.

Цель исследования – разработать и апробировать методику воспитания двигательных способностей у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания в условиях фитнес-центра.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретико-практические основы организации, содержания и методики проведения занятий фитнесом с детьми старшего дошкольного возраста.
2. Разработать и апробировать методику воспитания двигательных способностей у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания в условиях фитнес-центра.
3. Экспериментально установить эффективность применения разработанных комплексов по фитнесу с детьми старшего дошкольного возраста в условиях фитнес-центра.

Гипотеза исследования – применение разработанной экспериментальной методики позволит достоверно повысить показатели двигательных качеств детей старшего дошкольного возраста, посещающих фитнес-центр.



Оформление основного текста

ГЛАВА 1. ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА КАК ФОРМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

(1 пустая строка)

1.1. Возрастные особенности детей среднего дошкольного возраста

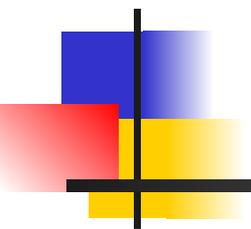
Характеристика возрастных особенностей развития детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) необходима для правильной организации образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы) [12].

(1 пустая строка)

(1 пустая строка)

1.2. Возрастные особенности детей среднего дошкольного возраста

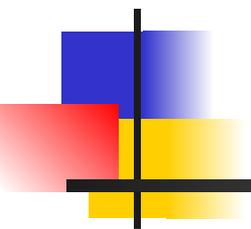
Характеристика возрастных особенностей развития детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) необходима для правильной организации образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).



Таблицы

Таблица 1 - Результаты исследовательской работы

№	Тест	Единица измерения	Сентябрь-2011 г.			Май-2012 г.		
			Контрольная группа	Экспериментальная группа	Достоверность	Контрольная группа	Экспериментальная группа	Достоверность
1	Экскурсия грудной клетки	см	4,8±0,3	4,7±0,2	P>0.05	4,9±0,2	5,5±0,2	P<0.05
2	ЖЕЛ в покое	мл	668,5±62,6	674,3±58,3	P>0.05	756,8±36,5	865,5±43,7	P<0.05
3	Количество простудных заболеваний	раз	2,4±0,5	2,5±0,3	P>0.05	1,9±0,4	1,7±0,3	P>0.05



Рисунки

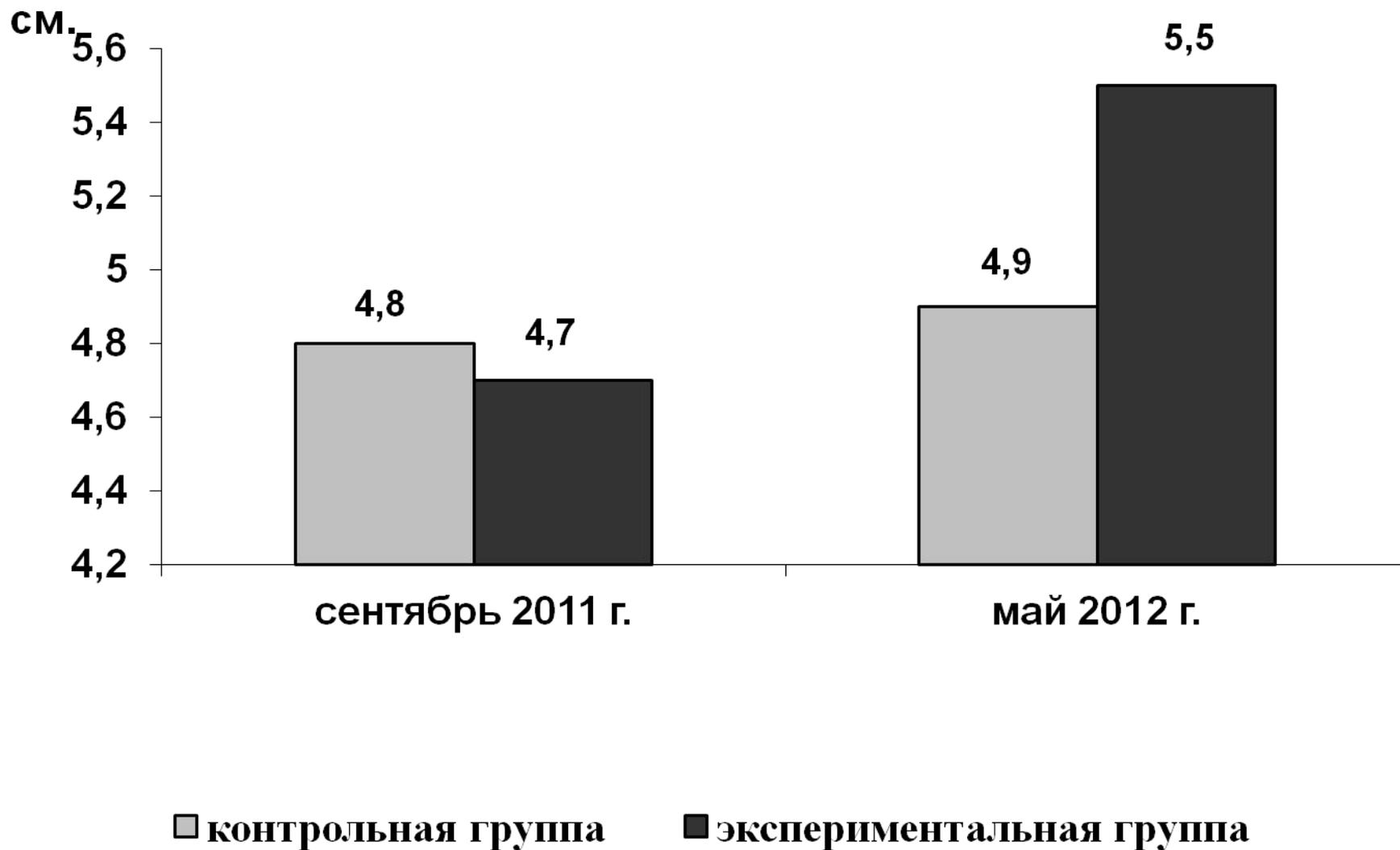
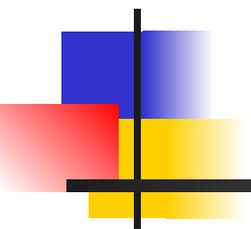


Рисунок 1 - Изменения экскурсии грудной клетки



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты научно-исследовательской работы, направленной на разработку и апробацию методики воспитания двигательных способностей у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания в условиях фитнес-центра, позволяют сформулировать следующие выводы:

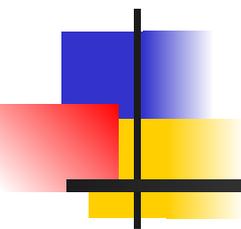
1. Анализ доступной нам литературы показал, что специалисты в области дошкольного физического воспитания считают применение компонентов фитнеса в занятиях с детьми дошкольного возраста одним из важнейших компонентов двигательного режима, позволяющий решать оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи. В практике дошкольных учреждений на протяжении многих лет активно используются не только традиционные занятия по физической культуре, но и различные виды фитнеса, адаптированные для детей старшего дошкольного возраста. Положительные результаты применения в дошкольных учреждениях стали стимулом для организации в фитнес-центрах дошкольных групп. Однако на сегодняшний день нет четких научно-практических рекомендаций о том, как должна строиться работа с дошкольниками в условиях фитнес-центра. В свою очередь условия и режим фитнес-центров оказывают отпечаток на организацию и содержание занятий с дошкольниками.

2. На основании изученных литературных источников нами была разработана методика занятий фитнесом, направленная на физическое развитие, двигательную подготовленность старших дошкольников, а также их оздоровление и воспитание потребности к систематическим занятиям физической культурой, в частности фитнесом.

3. Результаты исследования практически подтвердили эффективность применения занятий фитнесом с детьми дошкольного возраста в условиях фитнес-центра тем фактом, что функциональные показатели и двигательная подготовленность детей, за время проведения исследования не понизились, а продолжали улучшаться. При этом у всех дошкольников к концу исследования наблюдается искреннее желание заниматься фитнесом.

Результатом научно-исследовательской работы стало подтверждение поставленной в начале исследования гипотезы о том, что применение разработанной экспериментальной методики позволит достоверно повысить показатели двигательных качеств детей старшего дошкольного возраста, посещающих фитнес-центр.

Предполагаемая практическая значимость работы заключается в возможности использования результатов исследования для более эффективной организации и проведения занятий фитнесом с детьми старшего дошкольного возраста в условиях фитнес-центра.



Список использованных источников

ОДНОТОМНЫЕ ИЗДАНИЯ

1 автор

Семенов, В.В. Философия: итог тысячелетий. Философская психология / В.В Семенов. - Пушино: ПНЦ РАН, 2000. - 64 с.

2 и 3 автора

Ерина, Е.М. Обычаи поволжских немцев / Е.М. Ерина, В.А. Салькова. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Готика, 2002 . - 102 с.

Агафонова, Н.Н. Гражданское право: учеб. пособие для вузов / Н.Н. Агафонова, Т.В. Богачева, Л.И. Глушкова; под общ. ред. А.Г. Калпина. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - М.: Юрист, 2002. - 542 с.

4 автора

Гражданское право: учеб. пособие для вузов / Н.Н. Агафонова, Т.В. Богачева, Л.И. Глушкова, А.Г. Калпина. - М.: Юрист, 2002. - 542 с.

более 4авторов

История России: учеб. пособие для студентов всех специальностей / В.Н. Быков и [др.]; отв. ред. В.Н. Сухов. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб.: СПбЛТА, 2001. - 231 с.

Под редакцией

Объединенная Германия: десять лет: темат. сб. / Рос. акад. наук, Ин-т науч. информ. по обществ. наукам; отв. ред. и сост. А.А. Амплеева. - М.: ИНИОН, 2001 - 273 с.

Составитель

Золотой ключик: сказки рос. писателей / Составитель И. Полякова. - М.: Оникс, 2001 - 381 с.

СБОРНИКИ

Вопросы инженерной сейсмологии: сб. науч. тр. / Рос. акад. наук., Ин-т физики Земли. - М: Наука, 2001.- Вып. 1
Воспитательный процесс в высшей школе России: материалы конференции / редкол.: А.Б. Борисов и [др.] -
Новосибирск: НГАВТ, 2001 - 157 с.

ДИССЕРТАЦИИ

Белозеров, И.В. Религиозная политика Золотой Орды на Руси в XIII- XIV вв.: дис. ... канд. ист. наук / Белозеров
Иван Валентинович. - М., 2002. – 215 с.

ПАТЕНТНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

Пат. 2187888 Российская Федерация, МПК Н 04 В 1/38, Н 04 J 13/00. Приемопередающее устройство / Чугаева
В.И.; заявитель и патентообладатель Воронеж. науч.-исслед. ин- т связи. - №2000131736/09; заявл. 18.12.00;
опубл. 20.08.02, Бюл. №23(II ч.). - 3 с.

МНОГОТОМЫЕ ИЗДАНИЯ

Издания в целом

Гиппиус, З.Н. Сочинения: в 2 т. / Зинаида Гиппиус. - М: Лаком-книга, 2001.

ОТДЕЛЬНЫЙ ТОМ

Гиппиус З.Н. Сочинения: в 2 т. / З. Гиппиус. - М: Лаком-книга, 2001. - 2 т.

Казьмин, В.Д. Справочник домашнего врача. В 3 ч. Ч. 2. Детские болезни / В. Казьмин. - М: АСТ: Астрель, 2002
- 503 с.

СТАТЬИ

Двинянинова Г.С. Комплемент: коммуникативный статус или стратегия в дискурсе / Г.С. Двинянинова //
Социальная власть языка: сб. науч. тр. - Воронеж, 2001. - С. 101-106.

Михайлов, С.А. Езда по- европейски // С. Михайлов // Независимая газ. - 2002. - 17 июня.

Боголюбов, А.Н. О вещественных резонансах в волноводе с неоднородным заполнением / А.Н. Боголюбов, А.Л.
Делицын, М.Д Малых // Вест. Моск. унта. Сер. 3, Физика. Астрономия. - 2001. - №5. - С. 23-25