

**БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ.М.АКМУЛЛЫ  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**  
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

**Петров Иван Иванович**

**ВОСПИТАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ  
КАЧЕСТВ ОБУЧАЮЩИХСЯ 12-13 ЛЕТ  
ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СЕКЦИИ ПО  
ФУТБОЛУ**

Научный руководитель:  
д.п.н., профессор Г.М. Юлманова

# Гипотеза исследования

предполагалось, что процесс воспитания физических качеств у школьников 12-13 лет, будет проходить более эффективно, если в учебно-тренировочный процесс по мини-футболу внедрить составленные комплексы упражнений

- **Объект исследования:** учебно-тренировочный процесс, направленный воспитание физических качеств у мини-футболистов 12-13 лет.
- **Предмет исследования:** составленные комплексы упражнений, направленные воспитание физических качеств у мини-футболистов 12-13 лет.
- **Цель исследования:** определить эффективность разработанного комплекса упражнений, направленного на воспитание физических качеств школьников 12-13 лет, занимающихся в секции по мини-футболу.

## Задачи исследования:

- Проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования.
- Определить ведущие физические качества у мини-футболистов 12-13 лет.
- Составить комплексы, направленные на воспитание физических качеств школьников 12-13 лет, занимающихся мини-футболом.
- Экспериментально доказать эффективность составленных комплексов упражнений, направленных на воспитание физических качеств у мини-футболистов 12-13 лет.

# Методы исследования

1. Анализ и обобщение данных литературных источников.
2. Анкетный опрос.
3. Педагогический эксперимент.
4. Контрольное тестирование.
5. Методы математической статистики.

Изменение показателей контрольных тестов в ЭГ и КГ после эксперимента,  
 $M \pm m$

Эксперимент	Набивание футбольного мяча правой и левой ногой за 30 секунд, раз		
	ЭГ	КГ	p
Первое тестирование (до эксперимента)	28,0±0,26	28,1±0,5	p>0,05
Второе тестирование (после эксперимента)	34,2±0,39	29,0±0,42	p<0,05
Эксперимент	Челночный бег с ведением мяча ногами 3x10 м, сек		
	ЭГ	КГ	p
Первое тестирование	16,22±0,11	16,06±0,16	p>0,05
Второе тестирование	14,63±0,13	15,83±0,14	p<0,05
$P_{1-2}$	p<0,05	p>0,05	
Эксперимент	5-секундный бег, раз		
	ЭГ	КГ	p
Первое тестирование	13,0±0,4	12,9±0,4	p>0,05
Второе тестирование	15,8±0,3	14,5±0,4	p<0,05
$P_{1-2}$	p<0,05	p<0,05	

БЛАГОДАРЮ ЗА  
ВНИМАНИЕ!