



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ДЕПАРТАМЕНТА СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ

## Развитие быстроты у юношей 13-14 лет в футболе

Выполнил: Шатонский Ю.Е.  
Научный руководитель: Крылов М.С

Москва, 2017

**Цель исследования заключается в разработке методики по совершенствованию развития быстроты футболистов 13-14 лет**

**Задачи исследования:**

- ◎1. Изучить контингент испытуемых 13-14 лет;
- ◎2. Совершенствование методики развития быстроты;
- ◎3. Проверить эффективность нашей методики.



# Методы исследования

- ▣ 1. Анализ специальной научной литературы по теме исследования;
- ▣ 2. Педагогические наблюдения;
- ▣ 3. Педагогический эксперимент;
- ▣ 4. Тестирование;
- ▣ 5. Математическая обработка данных тестирования.



# Содержание исследования

**Место проведения тестирования:** Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы «Центр спорта и образования «Чертаново» Департамента спорта и туризма города Москвы.

**Период:** ноябрь 2016г.- апрель 2017г.

**Для исследования были отобраны:** 10 мальчиков 13 летнего возраста

**Анализ документов:** планы, программы, используемые средства, методы, методики, участие в проведении тренировок.

**Всего отобрано:** 10 испытуемых

**Заранее были выбраны:** помещение (место для выполнения тестов), помощники (2 человека); оговорены: снаряжение тестируемого и средства, необходимые для проведения тестов.

**Соблюдены одинаковые условия тестирования:** : время дня и время приема пищи.



# План проведения занятий

Для проверки нашей  
методики мы  
использовали тест

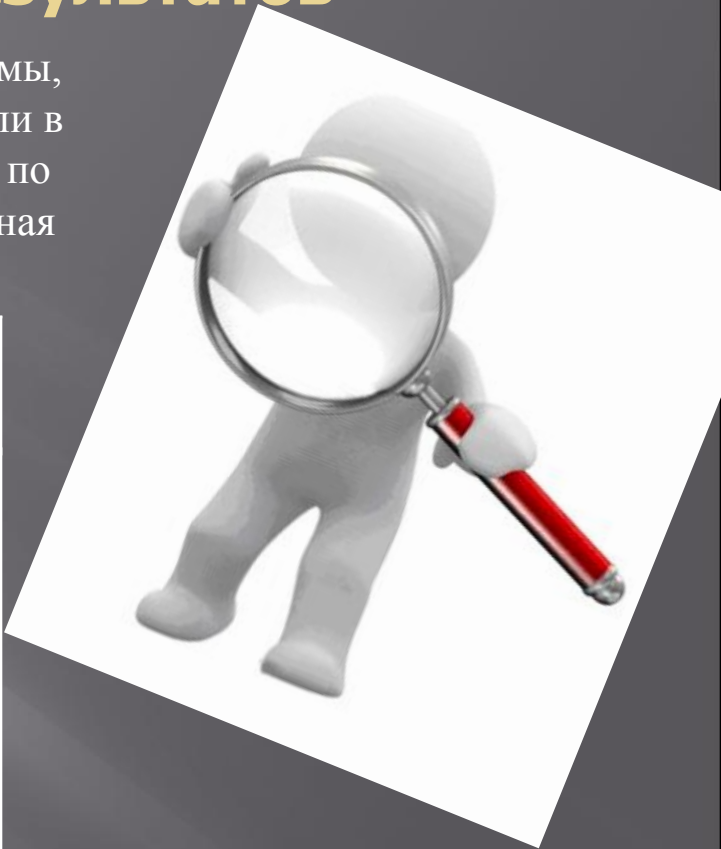
- а) «Бег 30 метров»
- б) «Бег 60 метров»
- с) «Челночный бег 3х10»



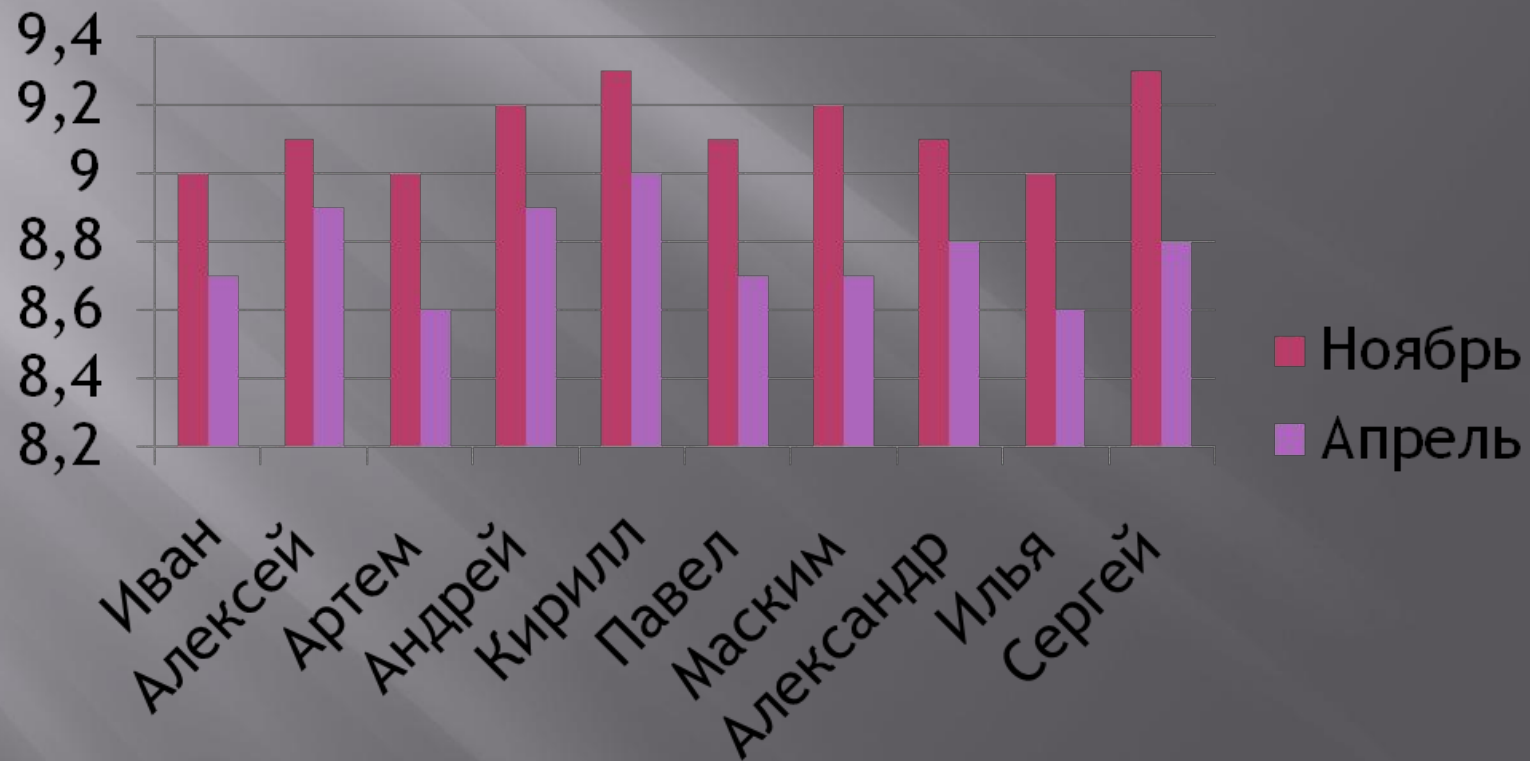
## Анализ полученных результатов

- Как видно из результатов построенной нами гистограммы, показатели в ноябре 2016 года чуть хуже, чем показатели в апреле 2017 года. Тем самым, проверяя нашу методику по критерию Стьюдента  $t > t_{гр.}$ , мы видим, что разработанная нами методика оказалась эффективной.

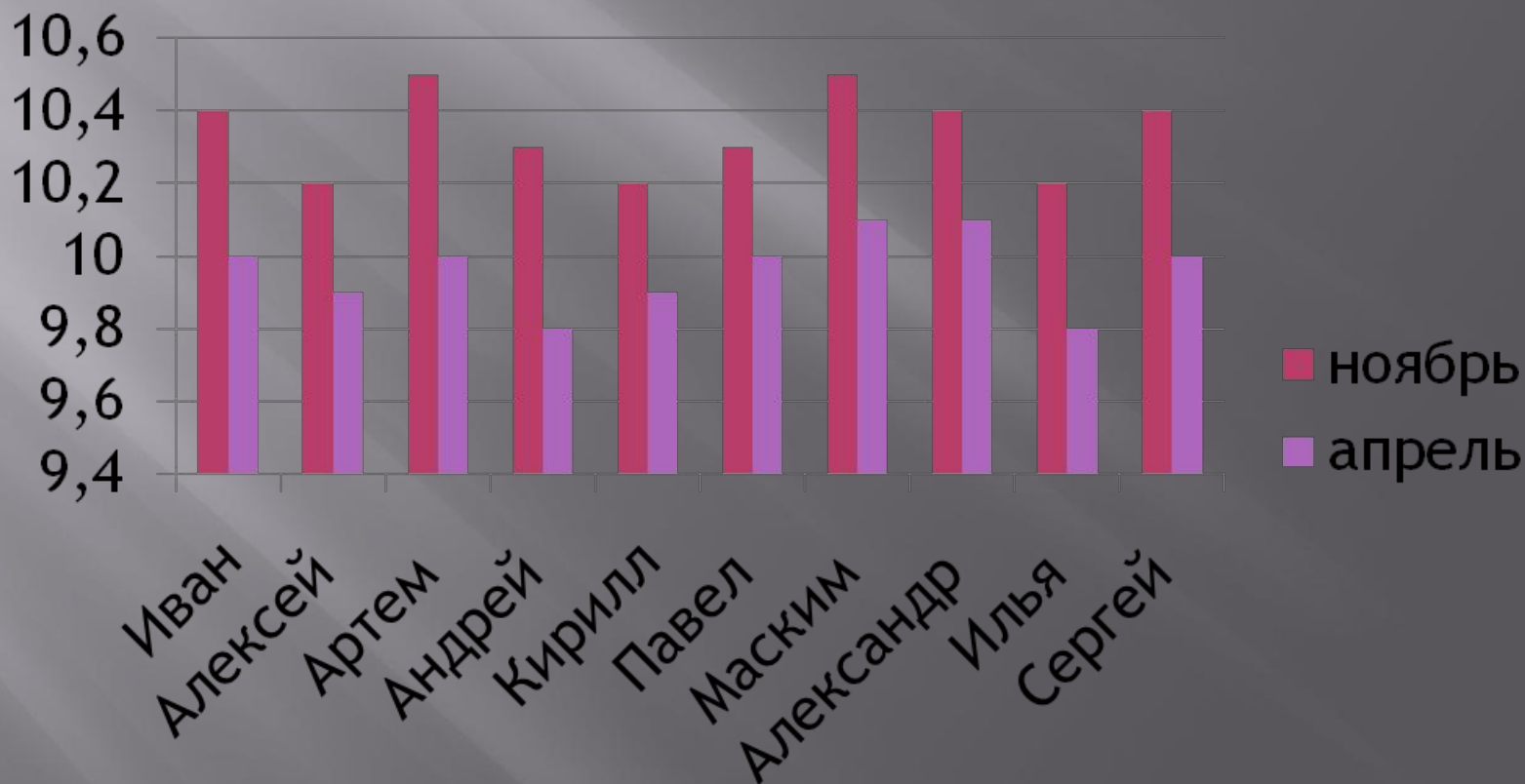
Тест	Месяц , год	x	m	t	t гр.
Бег 30 Метров	Ноябрь, 2016	5,8	0,03	7,5	2,10
	Апрель, 2017	5,5	0,03		
Бег 60 метров	Ноябрь, 2016	10,3	0,04	6	
	Апрель, 2017	10,0	0,03		
Челночн ый бег 3x10	Ноябрь, 2016	9,1	0,03	6	
	Апрель, 2017	8,8	0,04		



# Результаты тестирования «Челночный бег 3x10».

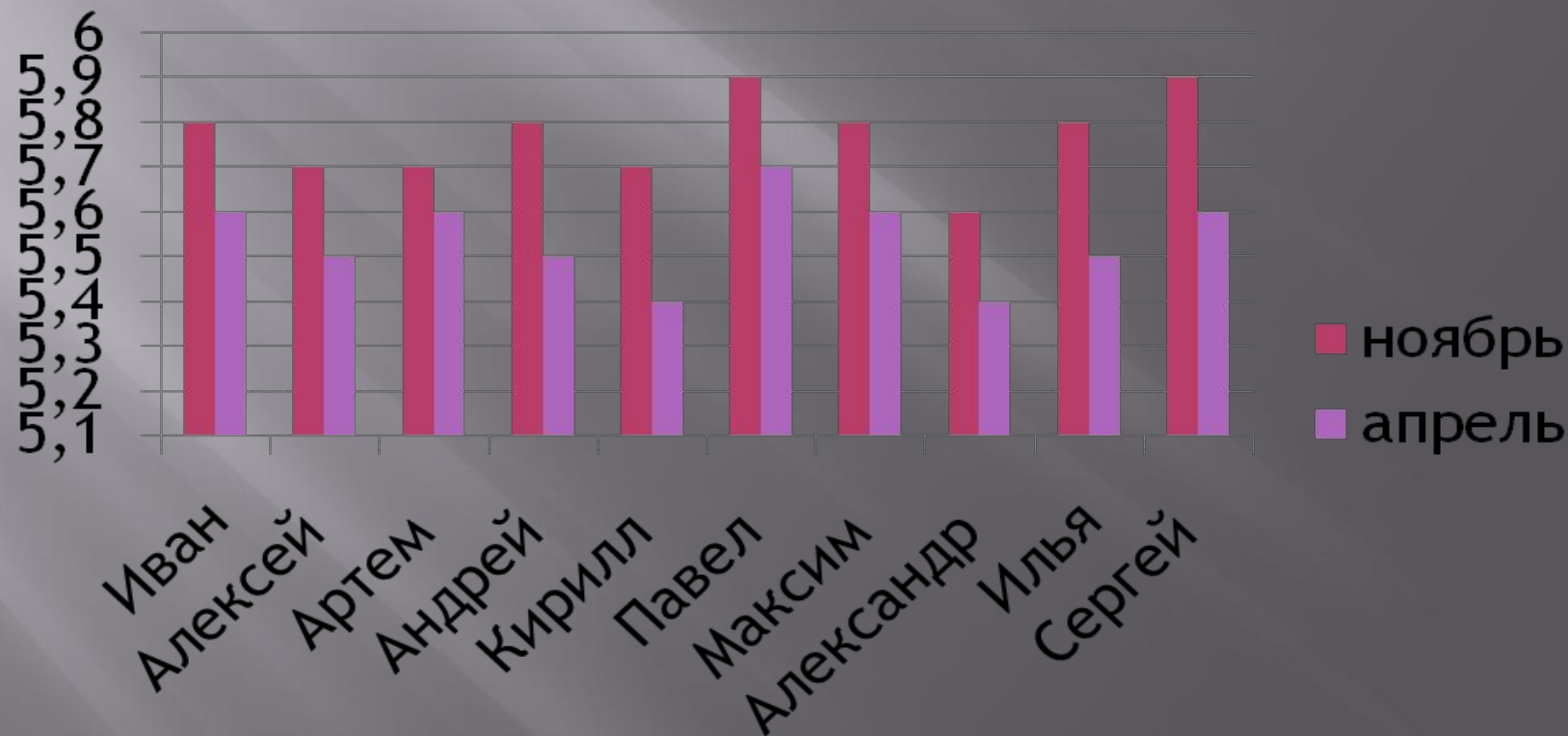


# Результаты тестирования «Бег 60 метров».





# Результаты тестирования «Бег 30 метров».



Спасибо за внимание