Міністерство освіти і науки України

Департамент науки і освіти

Харківської обласної державної адміністрації

Комунальний заклад

«Харківська гуманітарно-педагогічна академія»

Харківської обласної ради

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(повне найменування вищого навчального закладу)

Факультет фізичного виховання і мистецтв

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

Кафедра теорії і методики фізичного виховання

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

## Пояснювальна записка

до кваліфікаційної (магістерської) роботи

. магістр \_

(освітній ступінь)

На тему: **ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ КЗ «ХГПА»**

Виконав: студент групи 611 ф

спеціальності

017 «Фізична культура і спорт»

(шифр і назва напряму підготовки, спеціальності)

Сизько В. Є. .

(прізвище та ініціали)

Керівник . Шестерова Л. Є. .

(прізвище та ініціали)

Рецензент . Пятницька Д.В. .

(прізвище та ініціали)

Харків – 2019

**АНОТАЦІЯ**

Актуальність теми дослідження полягає в необхідності пошуку сучасних шляхів підвищення фізичної підготовленості здобувачів освіти закладів вищої освіти.

В роботі розглядається вплив занять фізичним вихованням, організованих із застосуванням методу колового тренування, на рівень розвитку фізичних якостей студенток I курсу.

**Мета дослідження –** оптимізуватипроцес розвитку фізичних якостей студенток I курсу на заняттях з фізичного виховання.

**Завдання дослідження:**

1. На основі аналізу літературних джерел узагальнити теоретико-методичні аспекти розвитку фізичних якостей.
2. Визначити рівень розвитку фізичних якостей студенток I курсу.
3. Розробити програму розвитку фізичних якостей студенток I курсу на заняттях з фізичного виховання методом колового тренування та перевірити її ефективність.

Наприкінці дослідження не виявлено достовірних відмінностей в показниках розвитку фізичних якостей у здобувачів освіти контрольної та експериментальної груп. Разом з тим у здобувачів освіти експериментальної групи відмічався більш значний приріст показників у порівнянні з контрольною. Найбільша різниця зафіксована в результатах нахилу тулуба вперед з положення сидячи, в підніманні тулуба в сід за 1 хв. та у згинанні розгинанні рук в упорі лежачи.

**Ключові слова:** заняття з фізичного виховання, студенти, фізична підготовленість, колове тренування.

Сизько В. Є. Вплив занять фізичним вихованням на фізичну підготовленість студентів КЗ «ХГПА**» :** пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи магістера спец. 017 «Фізична культура і спорт» / В. Є. Сизько ; Комун. закл. «Харків. гуманір.-пед. акад.» Харків. облради ; наук. керівник Шестерова Л. Є. – Харків, 2019.