

ЗАНЯТИЯ ВОЛЕЙБОЛОМ КАК СРЕДСТВО МНОГОСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Мубаракшина Алена

Научный руководитель: В.В. Кудрявцева

Актуальность

Для активного освоения общечеловеческих ценностей занятия спортом являются одним из главных факторов.

Волейбол, как спортивная игра оказывает положительное воздействие как на здоровье человека, так и развивает их качества.

Цель исследования

Выявление и анализ особенностей влияния занятий волейболом на развитие как физических, так и личностных качеств.

База исследования

Центр физкультурно-спортивной
деятельности
Марийского государственного
университета

Выборку составили 39 студентов

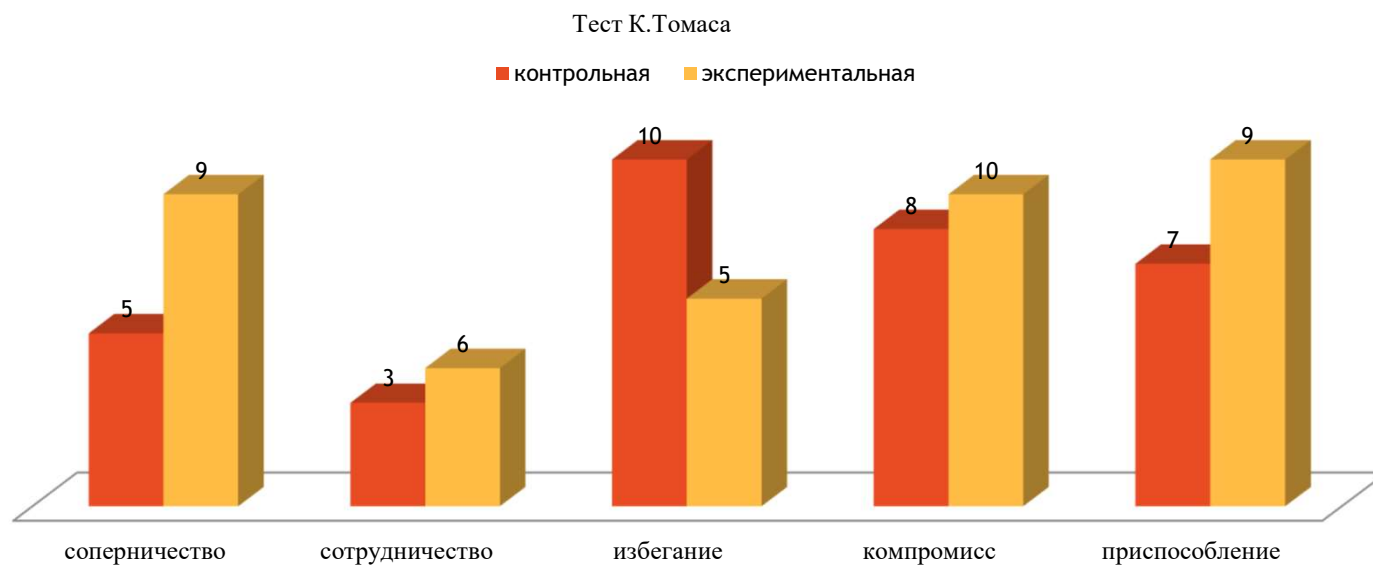
Методы исследования

- ▶ тестирование физических качеств;
- ▶ опросник К. Томаса.

Результаты исследования

Таблица 1 – Показатели результатов тестирования уровня физической подготовленности

Тесты	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Бег 2000 м. (сек).	13,2	16,5
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз)	35	27
Прыжок в длину с места (см.)	148	128



Типы поведения испытуемых экспериментальной группы в конфликте:

- ▶ соперничество - 9 испытуемых, что составляет 22% от всей группы;
- ▶ сотрудничество - 6 испытуемых, что составляет 18% испытуемых от всей группы.
- ▶ избегание - 5 испытуемых, что составляет 20% испытуемых от всей группы;
- ▶ компромисс - 10 испытуемых, что составляет 27% испытуемых от всей группы;
- ▶ приспособление - 9 испытуемых, что составляет 13% испытуемых от всей группы;

Выводы

Результаты проделанной работы показывают разницу уровня развития физических способностей и личностных качеств девушек, которые занимаются в секции волейбола и тех, кто занимается только физической культурой в учебное время.

Можно сделать вывод о том, что у волейболисток более развиты такие качества, как ответственность, организованность, стрессоустойчивость. Также они более активны и решительны.

Благодарю

за

ВНИМАНИЕ

