

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»  
Институт повышения квалификации и переподготовки  
Факультет повышения квалификации специалистов образования**

**ЩЕРБАКОВ  
ЮРИЙ АНАТОЛЬЕВИЧ**

**ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ  
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ  
(НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНОЙ ИГРЫ НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС)**

Квалификационная работа

Минск, 2017

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b>	3	
<b>ГЛАВА 1</b>	<b>ВЗАИМОЗАВИСИМОЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ОСНОВЕ</b>	5
1.1	Взаимосвязь физической и интеллектуальной деятельности человека.	5
1.2	Особенности мотивации школьников к настольному теннису	7
1.3	Настольный теннис в системе физического воспитания.	10
<b>ГЛАВА 2</b>	<b>ДИАГНОСТИКА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ</b>	11
2.1.	Методы диагностики интеллекта	11
2.2	Педагогический эксперимент в практической деятельности	14
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b>		19
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b>		21
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>		

## ВВЕДЕНИЕ

Главная функция физической культуры - укрепления здоровья, развития двигательных способностей человека, развития спорта, повышение спортивных достижений. Значительную часть времени школьники проводят в неблагоприятных для здоровья условиях: у телевизора, компьютера, а так же заняты выполнением домашних заданий. В результате этого снижается уровень их двигательной активности, повышается психическая нагрузка на организм, вызывая психоэмоциональные нарушения и стрессы. Кроме того, отмечается снижение интереса к занятиям физической культуры у детей старших классов.

Настольный теннис - один из самых доступных видов спорта для культивирования в общеобразовательной школе: вместе могут заниматься девочки и мальчики, высокие и низкорослые, физически крепкие и ослабленные ребята, и даже ученики, имеющие некоторые физические недостатки. Обладая притягательностью игр вообще, настольный теннис имеет такие преимущества, как укрепление мышц, стабилизацию кровяного давления, нормализует деятельность кровообращения и других жизненно важных систем человеческого организма. Игра в настольный теннис по праву может называться универсальным средством, снимающим усталость и напряжение.

Цель работы: повышение интеллектуальных способностей, путём развития физических и личностных качеств, овладение способами оздоровления и укрепления организма посредством занятий настольным теннисом.

Объект исследования: образовательный процесс по предмету «Физическая культура и здоровье» учащихся 7-8 классов общеобразовательной школы.

Предмет исследования: организация интегрированного подхода в преподавании предмета «Физическая культура и здоровья» на основе игры в настольный теннис.

Задачи:

1. Раскрыть сущность понятий – интеллект, интеллектуальные способности.
2. Создать условия для обучения и совершенствования технических и тактических действий в настольном теннисе.

3. Разработка методики тестирования интеллектуальных способностей занимающихся.
4. Организовать исследования по изучению влияния нестандартного подхода при развитии физических качеств и умственного мышления на основе элементов тенниса.

Методы исследования:

1. Научного исследования.
2. Алгоритмического исследования.
3. Метод практического применения.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Амелин, А.Н. Современный настольный теннис / А.Н.Амелин. — М., 1982.3-7с.
2. Бальсевич, В.К., Лубышева, Л.И. Физическая культура: молодежь и современность //Теория и практика физической культуры. - 1995. - № 4. - с.2-8.
3. Барчукова Г. В. Анализ соревновательной деятельности в настольном теннисе // Теория и практика физической культуры. — 1982. — № 5.- 15С.
4. Виноградов М.И. Физиология трудовых процессов. - JL: изд. Ленинградского университета, 1958. - 461 с.
5. Волков Н.И. Взаимосвязь некоторых физиологических параметров с ЧСС в процессе мышечной работы //Материалы X Всесоюзной научн.конф. по физиологии, морфологии, биомеханике и мышечной деятельности. - М., 1968. - с.39.
6. Годик М.А., Барамидзе А.М., Киселева Т.Г. Стретчинг. Подвижность, гибкость, эlegantность. - М.: Советский спорт, 1991. - 96 с.
7. Дуркин А.К. Научно-методические основы формирования у школьников интереса к физической культуре: Дисс. докт.пед.наук. - Архангельск, 1995. - 573 с.
8. Барчукова Г. В. Современные подходы формирования технико-тактического мастерства игроков в настольный теннис: учеб.пособие для студентов и слушателей института повышения квалификации и переподготовки кадров РГАФК / РГАФК / Г. В. Барчукова. — М., 1997.-22с.
9. Богушас В. Настольный теннис: вчера, сегодня, завтра / В. Богушас. — Вильнюс, 1981.-5с.
10. Воронин Е. В. Влияние скоростных психомоторных показателей на выбор тактики игры в настольном теннисе // Теория и практика физической культуры. — 1983. — № 10.-7с.
11. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учеб.пос. для Инст.физ.культ. - М.: Физкультура и спорт. - 1991. - 543 с.
12. Усмангалиев М.Ж. Методические особенности совершенствования точности и быстроты двигательных действий в настольном теннисе: Автореф. дис. канд. пед. наук / ГЦОЛИФК. — М., 1991.-4с.
13. Серова Л. К. Умей владеть ракеткой / Л. К. Серова, Н. Г. Скачков. — Ленинград, 1989.-5с.
14. Пилюян Р.А. Мотивация спортивной деятельности . - М.: Физкультура и спорт. - 1984. - 104 с. (Наука - спорту. Психология).

- Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов [Текст] /
15. Л.Ф.Бурлачук. – СПб.: Питер, 2006. – 352 с.  
Интеллект / Психологический словарь. [Электронный ресурс]. –  
Режим доступа: <http://psi.webzone.ru/st/042900.htm>
  16. Классификация и характеристика методик для диагностики  
интеллекта [Электронный ресурс]. – Режим доступа:  
<http://hghltd.yandex.net/yandbtm?lang=ru&fmode=envelope&tld=ru&text>
  17. Назарова Т.Х. Психодиагностические структуры интеллектуальных  
способностей и их коррекция [Электронный ресурс] / Т.Х. Назарова. –  
Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/522306/>

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ