

**Анализ сравнения результатов контрольных нормативов
группы тренировочного этапа первого года обучения (ТЭ– 1)**

№ п/п	Фамилия Имя	Год рождения	Прыжок в длину с места (см)			Сгибание разгибание рук в упоре лежа (разы)			Бег 100 м (сек)		
			Май 2014г.	Сентябрь 2014г.	Май 2015г.	Май 2014г.	Сентябрь 2014г.	Май 2015г.	Май 2014г.	Сентябрь 2014г.	Май 2015г.
1.	Баталов Артур	2002	164	161	170	38	36	43	16,3	16,7	16,1
2.	Борзых Веселина	2004	150	147	155	26	24	31	17,0	17,2	16,8
3.	Галанова Екатерина	2004	148	145	159	20	18	25	17,5	17,8	17,2
4.	Гармаш Роман	2004	163	162	176	31	30	38	17,8	18,0	17,5
5.	Дудкин Владислав	2003	175	170	187	35	31	40	17,3	17,5	16,9
6.	Мосницкая Анастасия	2004	140	137	150	18	15	22	18,0	18,2	17,8
7.	Мукминов Марк	2004	170	168	177	30	27	33	17,9	18,0	17,6
8.	Нигматуллина Милана	2004	156	153	169	20	17	26	17,5	17,6	17,1
9.	Осипов Алексей	2002	173	168	180	27	24	39	16,3	16,4	16,0
10.	Телегина Инна	2003	170	166	174	29	25	37	16,9	17,0	16,2
11.	Уляшева Жанна	2003	172	168	182	33	30	42	16,6	16,7	16,0
12.	Чехлов Егор	2004	193	189	202	35	33	45	16,5	16,7	16,0
13.	Чехлов Михаил	2006	143	140	158	19	17	25	17,9	18,0	17,7

продолжение

№ п/п	Фамилия Имя	Год рождения	Подтягивание (разы)			Кросс 1 км		
			Май 2014г.	Сентябрь 2014г.	Май 2015г.	Май 2014г.	Сентябрь 2014г.	Май 2015г.
1.	Баталов Артур	2002	7	5	10	4:28,1	4:31,0	4:10,2
2.	Борзых Веселина	2004	0	0	1	5:30,2	5:38,9	4:42,3
3.	Галанова Екатерина	2004	0	0	0	5:47,1	6:00,0	5:21,0
4.	Гармаш Роман	2004	4	3	6	5:27,5	5:40,9	4:10,9
5.	Дудкин Владислав	2003	3	3	5	4:45,8	4:58,2	4:28,0
6.	Мосницкая Анастасия	2004	0	0	1	5:48,8	5:50,0	5:30,0
7.	Мукминов Марк	2004	1	0	3	5:10,4	5:18,1	4:45,5
8.	Нигматуллина Милана	2004	0	0	0	5:01,2	5:10,8	4:48,3

9.	Осипов Алексей	2002	6	5	10	5:05,0	5:20,7	4:46,0
10.	Телегина Инна	2003	1	0	3	5:10,1	5:19,9	4:48,0
11.	Уляшева Жанна	2003	7	6	10	4:29,0	4:32,8	4:05,0
12.	Чехлов Егор	2004	6	5	7	4:02,3	4:12,6	3:45,0
13.	Чехлов Михаил	2006	2	2	4	6:00,1	6:12,5	5:42,0

Уровень физического развития юных спортсменов является важным критерием при комплексной оценке усвоения и спортивного роста занимающихся. На физическое здоровье занимающихся влияют наследственность, состояние окружающей среды, социально-экономические факторы, условия учебы и быта, питание, уровень двигательной активности. Изменения действия данных факторов на развитие человека привели к серьезным последствиям, и, прежде всего к резкому возрастанию количества детей с аномалиями в физическом и психическом развитии. В созданных условиях проблема охраны здоровья детей школьного возраста является важной задачей не только медицины, но и таких сфер, как дополнительное образование и физическая культура. В сохранении и укреплении здоровья важную роль играет мониторинг их физического развития и, который позволяет решать такие важные задачи, как укрепление здоровья, выявление индивидуальных особенностей физического развития, выбор и обоснование эффективности применяемых методик тренировочного процесса, достижение запланированных спортивных результатов детьми. Динамика физического развития группы тренировочного этапа первого года обучения (ТЭ – 1) показала наличие устойчивой тенденции к улучшению показателей физического развития. По данным таблицы видно, что такие физические качества, как быстрота (определяющаяся по времени пробегания 100 м) возросла в конце учебного года (май 2015г.) по сравнению с началом учебного года (сентябрь 2014г.) и концом предыдущего года (май 2014г.), но показатели в сентябре снизились по сравнению с маем 2014г. – это обусловлено периодом отдыха детей в летние каникулы, т.е. растренированности (снижение двигательной активности, тонуса мышц). Та же тенденция наблюдается и в результатах других показателей: скоростно-силовые качества определяются с помощью прыжка в длину с места (выявляется по длине прыжка в см); силовая выносливость и силовые качества (физическое развитие верхнего плечевого пояса и мышц рук) определяются с помощью 2 упражнений: отжимание и подтягивание (анализируются по количеству раз повторений данного упражнения). Одно из основных качеств – это выносливость определяется путем кроссового бега на 1 км. В ходе данного теста возможен был переход на шаг, но все справились и без данной возможности, что уже является хорошим показателем. У всех низилось и время пробегания данной дистанции, это свидетельствует о наличии положительной динамики роста физического развития и спортивной подготовленности занимающихся.

Анализ сравнения результатов позволяет так же судить об эффективности тренировочного процесса и используемых методик. Так же данный анализ способствует выявлению слабых сторон физического развития каждого ребенка в отдельности и возможности вариации применяемых методик, по проблеме устранения слабых сторон. Исходя из результатов анализа перед началом учебного года составляются индивидуальные планы подготовки на текущий спортивный сезон (с учетом слабых и сильных сторон занимающихся).

Дата: « 20 » мая 2015г.

Тренер-преподаватель: _____ / Горбунова Е. С. /