

**Уважаемый пользователь!**

Обращаем ваше внимание, что система Антиплагиус отвечает на вопрос, является тот или иной фрагмент текста заимствованным или нет. Ответ на вопрос, является ли заимствованный фрагмент именно плагиатом, а не законной цитатой, система оставляет на ваше усмотрение.

## Отчет о проверке № 7118829

Дата выгрузки: **2022-06-10 15:04:13**  
Пользователь: **ma1984xxx@gmail.com ID: 7118829**

Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат»  
на сайте [www.antiplagius.ru/](http://www.antiplagius.ru/)

### Информация о документе

№ документа: **7118829**  
Имя исходного файла: **Выпускная квалификационная работа.pdf**  
Размер файла: **1.5 МБ**  
Размер текста: **87933**  
Слов в тексте: **13328**  
Число предложений: **1123**

### Информация об отчете

Дата: Отчет от **2022-06-10 15:04:13** - Последний готовый отчет  
Оценка оригинальности: **78.3%**  
Заемствования: **21.7%**

Оригинальность: **78.3%**

Заемствования: **21.7%**

### Источники:

Доля в тексте	Ссылка
18.4%	<a href="https://studopedia.ru/7_28145_sila-i-osnovi-metodiki-ee-vospitaniya.html">https://studopedia.ru/7_28145_sila-i-osnovi-metodiki-ee-vospitaniya.html</a>
16.2%	<a href="https://infourok.ru/opredelenie-ponyatiya-sila-vidi-silovyh-sposobnostey-sredney-shkoly">https://infourok.ru/opredelenie-ponyatiya-sila-vidi-silovyh-sposobnostey-sredney-shkoly</a>

*Н. И. Казакевич*  
14.06.22г.

### Информация о документе:

министерство науки и высшего образования российской федерации федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования красноярский государственный педагогический университет им вп астафьева кгпу им вп астафьева институт физической культуры спорта и здоровья им ис ярыгина выпускающая кафедра медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности косарев александр владимирович выпускная квалификационная работа развитие силовых качеств у обучающихся средней школы на уроках физической культуры средством пауэрлифтинга направление подготовки 440305 педагогическое образование с двумя профилями подготовки направленность профиль образовательной программы физические культура и безопасность жизнедеятельности допускаю к защите ио зав кафедрой кпн доцент казакевич нн научный руководитель дпн пономарев вв дата защиты обучающийся косарев ав оценка красноярск 2022 содержание введение 3 глава 1 теоретические основы необходимости развития силовых качеств у обучающихся средней школы 5 11 физическое качества и их значение для человека 5 12 силовые качества в физической подготовке обучающихся средней школы 8 13 пауэрлифтинг как эффективное средство развития силовых качеств у обучающихся в школе 14 глава 2 методы и этапы исследования 21 21 организация и этапы исследования 21 22 методы и результаты исследования 22 глава 3 комплексы упражнений на развитие силовых качеств у обучающихся на основе пауэрлифтинга 36 31 силовая подготовка в пауэрлифтинге 36 32 методы развития специальных физических способностей 49 33 теоретический и статистический анализ 56 заключение 63 список использованной литературы 66 приложения 74 введение актуальность каждый человек обладает определенными физическими возможностями они реализуются в определенных движениях которые отличаются рядом характеристик как качественных так и количественных сила является основополагающим физическим качеством человека сила в пауэрлифтинге важна тем что этот спорт **направлен** на поднимание максимально возможного веса снаряда на одно повторение многие исследования показывают что развитие силовых