

ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Шаравьевой Алисы Валерьевны на тему: «Комплексное использование средств аквафитнеса в оздоровительной тренировке женщин 35-45 лет», представленной на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

Глобальное развитие общества приводит к высокой социальной значимости здоровья женщин, выполняющих общекультурные, воспитательные, репродуктивные, производственные и другие функции. Вместе с тем, как отмечает соискатель, наблюдается значительное ухудшение физического состояния женщин, их уровня физической подготовленности, следовательно, аквафитнес становится оптимальной оздоровительной тренировкой аэробной направленности для женщин, особенно зрелого возраста.

В своем исследовании автор осуществляет поиск диверсификации средств аквафитнеса для женщин 35-45 лет; демонстрирует средства аквафитнеса для развития физических качеств, составляет программы занятий и обосновывает педагогические условия улучшения морфофункционального состояния женщин. В связи с этим актуальность диссертации не вызывает сомнения.

В автореферате убедительно представлена цель, задачи, объект и предмет исследования. Выдвинутая автором гипотеза представляется обоснованной. Исследование А.В. Шаравьевой имеет определенную теоретическую значимость, в которой дается экспериментальное подтверждение комплексного использования средств аквафитнеса при организации оздоровительной тренировки; обоснование классификации средств аквафитнеса по направленности и воздействию на организм занимающегося, которые объединены в девяти программах аквафитнеса в качестве эффективной основы оздоровительной тренировки женщин 35-45 лет.

Научная новизна представленного исследования заключается в разработке методики комплексного использования средств аквафитнеса в оздоровительной тренировке с женщинами 35-45 летнего возраста; разработке классификации упражнений (средств) аквафитнеса по признакам: развитие физических качеств и координации движений, воздействие на мышечные группы, характер двигательной деятельности; воздействие инвентаря; определении комплекса педагогических условий совершенствования тренировочного процесса по аквафитнесу: осуществление системы мониторинга физического состояния женщин до, после и во время тренировочного процесса; применение индивидуально-типологической карты здоровья женщин с целью контроля физического и функционального состояния и приобщения к регулярным занятиям; внедрение теоретических занятий, консультаций.

Рецензируемая работа отличается практической значимостью, заключающейся в разработке методики комплексного использования средств аквафитнеса в оздоровительной тренировке, которая способствует повышению морфофункционального состояния, укреплению и сохранению здоровья женщин 35-45 лет, внедрена в практику физкультурно-оздоровительной работы бассейнов г. Чайковский, а так же в образовательный процесс студентов ФГБОУ ВО «Чайковский государственный институт физической культуры», ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова».

Результаты опытно-экспериментальной работы свидетельствуют об эффективности разработанной методики комплексного использования средств аквафитнеса. Следует отметить, что проведенное исследование вносит существенный вклад в теорию и методику оздоровительной физической культуры. По результатам диссертационного исследования соискателем опубликовано 29 работ, среди которых 8 статей в изданиях, рекомендованных ВАК, в двух учебных пособиях для студентов институтов физической культуры.

Представленный автореферат позволяет сделать вывод, что исследование, проведенное А. В. Шаравьевой, является самостоятельной, оригинальной работой и соответствует критериям, установленным «Положением о присуждении научных степеней», утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24.09.2013 п. 9-14, предъявляемым к кандидатским диссертациям, Алиса Валерьевна Шаравьева заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

Кандидат педагогических наук,
доцент по специальности 13.00.04 –
Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной
физической культуры,
доцент кафедры теоретических основ
физической культуры
ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный
педагогический университет им.Козьмы Минина»
(Мининский университет)

А.В.Стафеева

/ Анастасия Владимировна Стафеева

Адрес : 603005, Нижегородская область, город Нижний Новгород, улица Ульянова, 1

e-mail: Staffanastasiya@yandex.ru
телефон: +79159411181

