

ОТЗЫВ

на автореферат диссертации ДИАКОНИДЗЕ Юлии Александровны на тему: «Организация и содержание групповых занятий фитнесом силовой направленности с женщинами 21-35 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

Современное развитие общества предъявляет высокие требования к социальной значимости здоровья женщин, особенно среднего (репродуктивного) возраста, их работоспособности, так как, они выполняют общекультурные, воспитательные, производственные и другие функции. Вместе с тем, как отмечает соискатель, наблюдается значительное ухудшение физического состояния женщин, снижение двигательной активности, следовательно, групповые программы фитнеса силовой направленности становятся оптимальным видом физкультурно-оздоровительной деятельности, которые способны решать основные задачи фитнес-тренировки, особенно для женщин 21-35 лет.

В своем исследовании автор осуществляет поиск современных подходов к организации и содержанию физкультурно-оздоровительного процесса силовой направленности в условиях фитнес-клуба, разрабатывает годовое планирование с использованием 3-х и более групповых программ 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. В работе Ю.А. Диаконидзе представлено экспериментальное подтверждение использования средств силовой направленности при организации оздоровительной тренировки; обоснование применения дифференцированного подхода к групповым программам фитнеса с учетом индивидуальных соматических особенностей и физкультурно-оздоровительной мотивации, что в совокупности отражает научно-теоретическую значимость исследования.

Научная новизна педагогического исследования заключается в совершенствовании планирования групповых занятий фитнесом силовой направленности с применением дифференцированного подхода к организации и содержанию групповых занятий с женщинами 21-35 лет, а также целесообразности его применения в годичном макроцикле.

Рецензируемая работа отличается выраженной практической значимостью, заключающейся в разработке и научном обосновании эффективной методики групповых занятий силовым фитнесом, направленной на повышение физической подготовленности, формирование физкультурно-оздоровительной мотивации, оптимизацию компонентного состава тела женщин 21-35 лет, что подтверждается результатами ее внедрения в практику фитнес-центра «САПА-фитнес» (г. Смоленск) и фитнес-клуба «Гольфстрим» (г. Смоленск).

Выводы диссертации обоснованы полученными результатами. Автореферат дает полное представление о диссертации, хорошо иллюстрирован. Результаты опытно-экспериментальной работы свидетельствуют об эффективности авторской методики групповых занятий фитнесом силовой направленности. Следует отметить, что проведенное исследование вносит существенный вклад в теорию и методику оздоровительной физической культуры. По результатам диссертационного исследования соискателем опубликовано 25 работ, среди которых 5 статей в изданиях, рекомендованных ВАК, в двух учебных пособиях для студентов институтов физической культуры.

Представленный автореферат позволяет сделать вывод, что исследование, проведенное Ю.А. Диаконидзе, 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, Юлия Александровна Диаконидзе 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) за:

- выявление основ варьирования нагрузки при организации групповых физкультурно-оздоровительных занятиях силовой направленности в условиях фитнес-клуба у женщин 21-35 лет, которые представлены результатами соматодиагностики, тестографии, оценки уровня физического состояния.

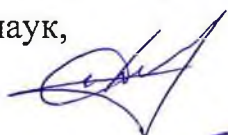
- научное обоснование самооценки женщин 21-35 лет как необходимого критерия при формировании физкультурно-оздоровительной мотивации;

- научное обоснование дифференцированного подхода как основы экспериментальной авторской методики, который реализуется с учетом содержания и направленности программ силового фитнеса, индивидуальных

показателей двигательных, соматических особенностей женщин 21-35 лет и физкультурно-оздоровительной мотивации при управлении группой;

- научное обоснование методики групповых занятий фитнесом силовой направленности с учетом соматотипа и физкультурно-оздоровительной мотивации женщин 21-35 лет способствующей повышению показателей их физической подготовленности, уровня физического состояния, обеспечивающей положительную динамику показателей компонентного состава тела и формирование осознанного отношения к рациональной двигательной активности, а также устойчивой физкультурно-оздоровительной мотивации к систематическим занятиям.

Декан факультета физической культуры и спорта учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова», кандидат педагогических наук, доцент



Денис Эдуардович Шкирьянов

01.04.2020



Сведения:

Место работы: учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»

Телефон: 8 (0212) 679313; +37533 3179505

Адрес, место работы: Республика Беларусь, 210038, г. Витебск, улица Чапаева, 30

E-mail: ffkisp@vsu.by; shkireanov@gmail.com