

ОТЗЫВ

официального оппонента на диссертацию Перевозниковой Наталии Игоревны на тему: «**Игровая фитнес-технология в системе двигательной активности мужчин зрелого возраста**», представленную к защите на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности: 13.00.04.- теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Актуальность. Негативные тенденции резкого ухудшения состояния здоровья человечества в связи с ограничением двигательной активности, нерациональным питанием, вредными привычками, стрессами, загрязнением окружающей среды, ставят перед необходимостью изыскивать наиболее эффективные способы для их предотвращения.

Сохранение здоровья и физической работоспособности взрослого населения и в частности, мужчин зрелого возраста, имеет огромное общественное значение. Эта категория граждан обладает большим трудовым и жизненным опытом, представляющим особую ценность для общества в целом.

В зрелом возрасте, большинство мужчин сталкивается с множеством проблем, связанных со здоровьем, карьерой, отношениями с близкими, что служит дополнительными факторами рисков психическому, физическому и социальному благополучию.

Существенным потенциалом для оздоровления человека обладают средства физической культуры. Они способствуют росту физической активности мужчин, снижают риск сердечно-сосудистых заболеваний, содействуют профессиональному¹ долголетию, профилактике инволюционных изменений организма, повышают личностную самооценку и пробуждают радость к жизни.

Вместе с тем, особенности проведения оздоровительных занятий у мужчин зрелого возраста остаются малоисследованными. Анализ научно-методической литературы показывает, что на сегодняшний день физическая и функциональная подготовка рассматриваемого контингента нуждается в научно обоснованном программном и организационно-методическом обеспечении, учитывающем их возрастные особенности и предпочтения видов двигательной активности.

Настоящее видение проблемы указывает на необходимость разработки инновационных оздоровительных технологий, программ для данного контингента занимающихся. Одним из возможных путей решения данной проблемы, может являться фитнес, через спектр предлагаемых населению фитнес-услуг, свободу выбора, современное оборудование и особое внимание к человеку.

Фитнес следует рассматривать как инновацию в области оздоровительной

физической культуры, ее массовый формат, значимое социокультурное явление, целенаправленный процесс систематических занятий с оздоровительной направленностью.

Охватывая различные формы двигательной активности, фитнес удовлетворяет потребности различных социальных групп населения в физкультурно-оздоровительной деятельности за счет разнообразия фитнес-программ, их доступности и эмоциональности занятий. Обладая значительными адаптационными и интегративными возможностями, фитнес имеет полифункциональное значение для различных сфер общественной жизни. Это способствует внедрению его технологий во все виды физической культуры: физкультурную рекреацию, физкультурную реабилитацию, физкультурное образование и спорт.

Учитывая сказанное, следует отметить своевременность и несомненную актуальность исследования, проведенного Н.И. Перевозниковой, направленного на разработку организационно-методических и содержательных аспектов игровой фитнес-технологии для занятий с мужчинами зрелого возраста.

В работе Перевозниковой Н.И. предпринята попытка систематизировать теоретические знания в области теории и практики оздоровительной физической культуры и фитнеса и, на основании этого разработать и теоретически обосновать игровую фитнес-технологию с использованием средств баскетбола, что позволит повысить двигательную активность, физическую подготовленность мужчин зрелого возраста и будет способствовать сохранению их здоровья.

Все это, на наш взгляд, может представлять особый интерес как для специалистов по физической культуре, тренеров, фитнес-инструкторов, так и для научного сообщества.

В связи с этим, выбор темы, объекта и предмета исследования является востребованным и обоснованным.

Среди существующих исследований многих известных авторов (Борилкевич В.Е., Григорьев В.И., Лисицкая Т.С., Сомкин А.А. Филиппов С.С., Пономарев Г.Н., Кузьмина С.В., Фирилева Ж.Е. и многие др.), занимающихся обоснованием теоретико-методических основ фитнеса и разработкой фитнес-программ для детей, молодежи, женщин разных возрастов, практически отсутствуют работы по разработке и научному обоснованию фитнес-программ для мужчин зрелого и пожилого возраста, что указывает на новизну полученных фактов в данном исследовании.

На основании этого, можно считать научную новизну достоинством представленной работы.

Научная новизна диссертационного исследования заключается в том, что впервые разработана и научно обоснована игровая фитнес-технологии на основе упражнений баскетбола для мужчин зрелого возраста.

К научным результатам исследования, полученных лично соискателем относится:

- проведение анализа фитнес-индустрии на современном этапе, выявление недостатков и существующих проблем, определение дальнейших перспектив развития фитнеса в России;

- обоснование организационно-методических, технико-тактических, содержательных характеристик игровой фитнес-технологии;

- определение динамики изменений морфофункционального состояния мужчин 21-40 лет, доказательство относительной однородности занимающихся баскетболом по показателям кардио-респираторной выносливости и определения возможности их объединения для занятий в одной группе;

- обоснование целесообразности индивидуально-дифференцированного подхода как рациональной организации оздоровительных занятий баскетболом с мужчинами зрелого возраста.

- определение эффективности игровой фитнес-технологии и ее влияние на организм занимающихся в условиях фитнес-клуба.

Теоретическая значимость исследования заключается: в обогащении знаний о теории и методике оздоровительной физической культуры; в расширении имеющихся представлений о теоретико-методических основах фитнеса; в углублении знаний о конкретизации подходов к разработке и научному обоснованию фитнес-технологий, получению новых научных фактов о влиянии на организм мужчин первого и второго зрелого возраста игровых занятий с элементами баскетбола, об особенностях методики организации и проведения оздоровительных занятий с разновозрастными группами в фитнес-клубах.

Практическая значимость работы обусловлена полученными в исследовании данными, бесспорно, имеющими прикладное значение и представляющими ценный материал для специалистов по физической культуре, тренеров, фитнес-инструкторов, который должен быть изучен и рекомендован к применению.

Практическая значимость определяется важностью представленных заключений, выводов и практических рекомендаций. Полученные результаты работы могут быть рекомендованы для разработки программ курсов повышения квалификации специалистов по игровым видам спорта, фитнес-инструкторов.

Несомненный интерес для многих специалистов будет представлять разработанная и научно-обоснованная автором фитнес-технология на основе баскетбола, которая может быть реализована в различных условиях – фитнес-клубах, в занятиях у студентов, в физической рекреации спортсменов и т.д.

Заслуживает стремление автора реально, а не декларативно содействовать внедрению полученных результатов исследования, не только в в сферу фитнес-индустрии, но и в научное сообщество через выступления на научно-практических конференциях различного уровня, написание учебных пособий и научных статей.

Апробация работы осуществлялись в фитнес-клубах Спортлайф (Континент) и (Меркурий) Приморского района Санкт - Петербурга в 2008–

-2015гг., подтверждена участием в научно-практических конференциях межвузовского, всероссийского и международного уровней. Результаты исследования отражены в 22 публикациях, из них 6 статей в ведущих рецензируемых журналах, рекомендуемых ВАК Министерства образования и науки Российской Федерации и 2 учебных пособиях. Опубликованные работы соответствуют основной проблематике диссертации.

На основании указанного, избранную тему диссертационного исследования следует считать актуальной, содержащей элементы научной новизны и имеющей теоретическое и практическое значение.

Достоверность полученных результатов диссертационного исследования обеспечена полнотой изучения предмета исследования, реализацией теоретических и методических подходов в соответствии с поставленной целью; значительным по объему экспериментальным материалом, объективностью выводов. Высокой оценки заслуживает уровень планирования и организации проведённого исследования, применение разнообразных методов исследования, адекватных поставленным задачам работы, корректность обработки результатов, которые позволили получить статистически достоверную информацию.

Заслуживает внимания широкий спектр исследуемых показателей функционального, психологического состояния занимающихся, их технико-тактической подготовленности, полученных автором, что придает многомерность проведённому исследованию.

Личный вклад автора исследования выражается в научном поиске и обобщении информации, взаимосвязанном применении как методов теоретического анализа изучаемой проблемы, так и эмпирических методов; в непосредственном участии в процессе экспериментальной работы на всех его этапах; в получении исходных данных; в апробации результатов исследования, подготовке основных публикаций по выполненной работе в рецензируемых журналах, сборниках научных статей, учебных пособиях, материалах научных конференций.

Диссертация состоит из введения, четырех глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Объем работы составляет 183 страницы компьютерного текста и включает 15 рисунков, 20 таблиц, 15 приложений. Список литературы насчитывает 212 источников, в том числе 13 публикаций на иностранных языках.

Планируя свою работу, Н.И. Перевозникова на основании изучения научных исследований, опыта существующей практики и собственного педагогического опыта сделала теоретико-методический анализ состояния изучаемого вопроса, позволившего аргументированно раскрыть суть поставленной в исследовании проблемы и на основании этого сформулировать гипотезу и цель исследования.

Руководствуясь целью работы и содержанием гипотезы, были поставлены задачи, которые последовательно решались в процессе исследования.

Обзор литературы отличается полнотой. Проанализировано 212 работ, среди которых немаловажное место занимают труды зарубежных авторов (13), что бесспорно подтверждает умение автора ориентироваться в научно-методической литературе, владение проблематикой исследуемой темы, а также указывает на практический опыт автора.

Заслуживают особого внимания данные полученные в ходе анкетирования мужчин зрелого возраста по ряду вопросов, в частности, о мотивации к физкультурно-спортивной деятельности, что чрезвычайно важно в условиях необходимости решения одной из магистральных задач реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ до 2020 года – привлечения к систематическим занятиям физической культурой и спортом различных страт российских граждан, существенный прирост занимающихся различными видами двигательной активности.

Заключение и выводы имеют научно-практическое значение, отражают результаты исследования и, в целом, отвечают на поставленные в диссертации задачи.

Таблицы и рисунки придают выполненной работе достаточную информативность. Представленные 15 приложений дополняют организационно-исследовательский материал.

Автореферат отражает суть научно-теоретических и практических результатов, полученных автором в ходе исследования.

Содержание диссертации свидетельствует о способностях автора ставить и разрабатывать достаточно серьёзные научные задачи, выбирать адекватные методы исследования, анализировать полученные данные.

Несмотря на достоинства диссертационной работы, считаем необходимым акцентировать внимание на **некоторых** замечаниях и **дискуссионных моментах**:

1. В методологических характеристиках диссертации встречаются некоторые несоответствия. Так в теме работы заявлена игровая технология в системе двигательной активности, и объектом исследования является система двигательной активности, однако в других методологических характеристиках она не отражена, а в самой работе недостаточно раскрыта, а лишь представлена отдельными фрагментами.

2. На наш взгляд, научная и теоретическая и практическая значимость представлена достаточно скромно, имеются смысловые повторы, некоторые положения научной новизны (№4), теоретической значимости (№3) и практической значимости (№1) не достаточно раскрыты в работе. В тоже время некоторые результаты остались без внимания автора.

3. В работе встречаются терминологические разночтения и смешение понятий, что затрудняет чтение работы и искажает смысловое значение некоторых терминов (автор разрабатывает фитнес-технологию, однако в при -

ложении П дано содержание методики, а в приложении Л представлена игровая фитнес-программа и др.).

4. В IV главе некоторые результаты исследования представлены только как факты без их обсуждения. В связи с этим вызывает сомнения результат достоверного снижения личностной тревожности занимающихся, установленный автором, так как в психологических исследованиях ученых принято считать именно личностную тревожность наиболее трудно поддающуюся коррекции, по сравнению с реактивной (ситуативной). В таких случаях необходимо более развернутое обоснование средств авторской разработки и механизма их воздействия на данные показатели.

5. На стр. 88 автор указывает результаты опроса мужчин зрелого возраста, который позволил выявить ряд проблем качества занятий спортивными играми в фитнес-клубах. Однако никаких математических расчетов, как и опросника, в работе не представлено.

6. Следует отметить, что в работе встречаются различные редакционные погрешности.

- к наиболее существенным относится некоторое невнимание автора к культуре цитирования публикаций исследователей, отдельные несоответствия приведенных текстов (Так, Н.А. Пономарев (2002) в труде «Философия и научная картина мира», не приводил данных исследований по увеличению числа фитнес-клубов, не рассматривал в своей работе сферы индустрии в целом. Рассуждения автора о пользе фитнес-технологий со ссылкой на мнения Гужаловского А.А., Бальсевича В.К. (стр. 47-48) также вызывают сомнения и др.);

- некоторые рисунки представляются избыточными и дублируют содержание текста (рис.6, 7, 8, 9). В работе встречаются опечатки, орфографические и стилистические ошибки, что затрудняет ее восприятие.

Однако следует отметить, что высказанные замечания не снижают научную, теоретическую и практическую значимость работы, а носят рекомендательный характер.

Заключение

В целом диссертационная работа Перевозниковой Наталии Игоревны является самостоятельной, завершённой научно-квалификационной работой, содержащей решение актуальной научной задачи и имеющей научное, теоретическое и практическое значение.

Диссертационная работа Перевозниковой Наталии Игоревны на тему: **«Игровая фитнес-технология в системе двигательной активности мужчин зрелого возраста»**, по своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне, достоверности полученных данных отвечает требованиям пп. 9-11, 13-14 «Положения о присуждении учёных степе-

ней» Постановления Правительства Российской Федерации от 24.09. 2013 г. № 842 по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры, предъявляемым к кандидатским диссертациям. Работа полностью соответствует профилю Диссертационного Совета Д.311.010.01.

Её автор – Перевозникова Н.И. заслуживает присуждения учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

Доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры гимнастики и фитнес-технологий
ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический
университет имени А.И. Герцена»

Адрес: 192007, Санкт-Петербург, Лиговский проспект, д.275, корпус 1
тел.: 490-42-47; сайт университета: <http://www.herzen.spb.ru>

Сайкина Елена Гавриловна

Адрес: 194021, Санкт-Петербург,
пр.М.Тореза, д.26, кв. 59, тел.: 8 (905) 214-28-22
электронная почта: safidance@ya.ru



19 «сентября» 2017 г.

РГПУ им. А. И. ГЕРЦЕНА

подпись Сайкина Е

Елена Гавриловна

19 СЕН 2017

Удостоверяю «...»

...сонала и социальной работы

...кадров и социальной работы



документов
персонала
Сайкина