

О Т З Ы В

официального оппонента

на диссертацию Серовой Татьяны Васильевны «*Методика физической подготовки студентов высших учебных заведений к выполнению норм комплекса ГТО с использованием средств оздоровительной аэробики*», представленную 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 темы исследования и её соответствие отрасли науки.

Актуальность проведенного исследования неоспорима и обосновывается социокультурным запросом российского общества, сформулированным в Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ до 2020 года, где в качестве важного целевого ориентира указано увеличение доли обучающихся и студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности данной категории населения, до 80 процентов к 2020 году. Достижение этой цели возлагается, в первую очередь, на процесс организации занятий физической культурой со студентами в ВУЗах, притом, что это в существенной мере осложняется такими уже общеизвестными фактами, как угрожающий рост заболеваемости среди учащейся молодежи, снижение их физической и умственной работоспособности на фоне неуклонного прогрессирования дефицита двигательной активности и пролонгированного падения интереса к занятиям физической культурой. Несомненно, что ведущее место в комплексе оздоровительных мероприятий для студентов должно отводиться занятиям по физической культуре.

Однако данные научных исследований убеждают в том, что основными недостатками традиционной системы физического воспитания в вузе, влияющими на негативное отношение к занятиям физическими упражнениями, начиная уже со школьной скамьи, являются консервативность и авторитарность занятий, однообразие и шаблон в проведении занятий, низкая моторная плотность, отсутствие необходимого тренировочного эффекта. Указанное обуслов-

ливают необходимость внедрения в учебно-тренировочный процесс студенческой молодежи современных направлений физической культуры, которые пользуются большой популярностью, характеризуются доступностью, эмоциональностью, многообразием средств и методов проведения, возможностью разнообразного воздействия на занимающихся и эффективным решением различных задач.

Сегодня одним из наиболее эффективных и доступных для самого широкого круга потребителей путей оздоровления и повышения физической подготовленности, является сфера фитнес-услуг. Именно в фитнес-индустрии появляется большинство инновационных физкультурно-оздоровительных технологий, которые успешно интегрируют из данной отрасли во все виды физической культуры и внедряются, в частности, в физкультурное образование.

Автор предположила, что важной составляющей успеха в достижении цели повышения у студенток уровня физической подготовки к выполнению нормативов комплекса ГТО и роста интереса к занятиям физической культурой, несомненно, является комплексность применения инновационных средств фитнеса. Несомненной заслугой Т.В. Серовой является то, что из множества направлений фитнеса она отобрала наиболее доступные, эффективные, пользующиеся популярностью у студентов направления оздоровительной аэробики.

Следует отметить, что существующая в этой области практика, отражённая в результатах работ многих исследователей, уже доказала эффективность применения различных видов аэробики на занятиях физической культурой со студентами. Тем не менее, можно констатировать, что сегодня не существует научно-обоснованной методики применения оздоровительных видов аэробики на занятиях со студентами для подготовки их к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Учитывая сказанное, следует отметить своевременность и несомненную актуальность исследования, проведённого Серовой Т.В., направленного на научное обоснование и разработку методики физической подготовки студенток высших учебных заведений к выполнению норм комплекса ГТО с использова-

нием средств оздоровительной аэробики. В связи с этим, выбор темы, объекта и предмета исследования является востребованным и обоснованным.

Таким образом, представленное диссертационное исследование в полной мере соответствует отрасли «Педагогические науки» по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации. Обоснованность результатов основных положений, выводов и рекомендаций диссертации обеспечивается опорой на теоретические основы физической культуры и оздоровительной тренировки; реализацией теоретических и методологических подходов в соответствии с поставленной целью; значительным по объему теоретико-экспериментальным материалом, объективностью и обоснованностью выводов.

Следует отметить, что, планируя свою работу, автор, на основании изучения научных исследований и многолетнего опыта практики, сделала теоретико-методологический анализ современного состояния изучаемого вопроса, позволившего сформулировать гипотезу и цель исследования. Руководствуясь целью работы и содержанием гипотезы, были поставлены задачи, которые целенаправленно решались в процессе исследовательской работы.

Необходимо подчеркнуть, что в ходе исследования автором найден оптимальный баланс между фундаментальным подходом к решению поставленных задач и практическим внедрением полученных результатов. Высокой оценки заслуживает уровень планирования и организации проведённого исследования, подбор тестовых заданий, адекватных поставленным задачам работы, логика построения экспериментов, корректность обработки результатов, которые позволили получить объективную и статистически достоверную информацию.

Достоверность научных положений и выводов подтверждается соответствием методологических и теоретических оснований исследования и их взаимосвязанностью с экспериментальной частью работы, единой логикой решения поставленных задач проведенного исследования, использованием современных

информационных технологий при выполнении тестовых заданий, математико-статической достоверностью результатов диссертационной работы.

Несомненным достоинством работы является её научная, теоретическая и практическая значимость.

К наиболее существенным научным результатам исследования, полученным лично соискателем, можно отнести: разработку и научное обоснование методики физической подготовки студенток к выполнению норм комплекса ГТО средствами оздоровительной аэробики на занятиях физической культурой в высших учебных заведениях.

К новым научным фактам относятся: полученные в ходе исследования данные по пульсовой нагрузке упражнений различной направленности комплекса ГТО (силовой, скоростно-силовой, аэробной), с использованием современной компьютерной технологии Polar Team 2; выявленные особенности изменения функциональных показателей (ЧСС) при выполнении нормативов комплекса ГТО разной направленности; научное обоснование выбора средств оздоровительной аэробики для физической подготовки студенток к выполнению норм комплекса ГТО.

К относительно новым фактам можно отнести доказательство о влиянии занятий оздоровительными видами аэробики на улучшение функциональных возможностей организма занимающихся, повышение физической подготовленности и интереса к занятиям физической культурой.

Значимость для науки и практики полученных автором результатов, обеспечивается теоретической и практической значимостью работы.

Теоретическая значимость исследования заключается в проведении теоретического анализа сложившейся ситуации в физическом воспитании студентов, раскрытии проблем и противоречий. Полученные результаты исследования обогащают теорию и методику физической культуры и фитнеса, расширяют и углубляют научные представления о:

- целесообразности научного обоснования методики физической подготовки студенток вуза к выполнению норм комплекса ГТО с использованием

средств оздоровительной аэробики и экспериментальном подтверждении ее эффективности;

- формировании положительной мотивации к занятиям физической культурой, повышении физической подготовленности студенток к сдаче нормативов ГТО;

- об углублении научных знаний о специфике построения и организации учебно-тренировочного процесса по оздоровительным видам аэробики со студентками высших учебных заведений

- об особенностях пульсовой нагрузки при выполнении упражнений различной направленности комплекса ГТО.

Практическая значимость работы обусловлена полученными в исследовании данными, бесспорно, имеющими прикладное значение и представляющими ценный материал для специалистов по физической культуре. Она обусловлена важностью представленных заключений, выводов и практических рекомендаций, разработанных в ходе исследования. Разработанная методика может быть использована в практике преподавания физической культуры в вузе для оптимизации процесса физического воспитания, повышения мотивации студенток к занятиям и повышения уровня их физической подготовленности.

Особую ценность представляет широкое применение результатов диссертационного исследования Т.В. Серовой в практике работы со студентами, что подтверждается 3 актами внедрения в различных ВУЗах Санкт-Петербурга.

Апробация работы подтверждена в ходе обсуждения полученных результатов в профессиональном сообществе и их внедрении в практику работы ВУЗов. Результаты исследования отражены в 30 публикациях, из них - 5 статей в ведущих рецензируемых журналах, рекомендуемых ВАК Министерства образования и науки Российской Федерации. 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.

Работа состоит из введения, четырёх глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка использованной литературы, приложений. Основная часть работы изложена на 204 листах компьютерного текста и содержит 31 таблицу, 30 рисунков и 12 приложений. Библиографический список содержит 334 наименований литературных источников, из которых 9 на иностранных языках.

Главы в диссертации изложены логично и последовательно, что, безусловно, подтверждает умение автора ориентироваться в научно-методической литературе, владение проблематикой исследуемой темы, а также указывает на широкий кругозор и личный практический опыт.

Заключение и выводы имеют научно-практическое значение, отражают результаты исследования и, в целом, отвечают на поставленные в диссертации задачи. Работа хорошо оформлена, написана научным языком и легко читается. Таблицы и рисунки придают конкретику выполненной работе и достаточную информативность. Представленные приложения дополняют результаты исследования и 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, ориентироваться в научной литературе, выбирать адекватные методы исследования, анализировать полученные данные.

Рекомендации по использованию результатов и выводов диссертации. Полученные автором результаты могут быть рекомендованы к использованию в занятиях по физической культуре, в секциях по различным направлениям фитнеса, общей физической подготовке и подготовке к выполнению учебных нормативов и нормативов комплекса ГТО со студентками высших учебных заведений, колледжей. Они представляют существенный интерес для профессионального сообщества и могут использоваться на курсах повышения квалифика-

ции и профессиональной переподготовки преподавателей различных образовательных учреждений.

Несмотря на очевидные достоинства диссертационной работы Т.В. Серовой, следует обратить внимание на *следующие замечания*:

1) Отдельные методологические характеристики сформулированы не вполне удачно. Первая задача, на наш взгляд, не отражает идей, нуждающихся в защите, а подтверждает объективно существующую закономерность и результаты сложившейся практики, вторая задача несколько перегружена. В связи с этим, эти задачи более целесообразно было бы скорректировать и объединить в одну.

2) В научной новизне исследования указано, что выявлены условия, обеспечивающие повышение уровня физической подготовленности студентов и являющиеся предпосылками выполнения норм комплекса ГТО, однако в работе они не раскрыты и в выводах не представлены.

3) Анализ литературы, представленный в первой главе, достаточно точно определяет поставленную проблему, однако параграф 1.3 «Оздоровительная аэробика как средство повышения уровня физической подготовленности студенческой молодежи» раскрыт недостаточно полно, в виде перечисления фактов, полученных в ходе исследований различных авторов, без их сравнительно-сопоставительного анализа. На наш взгляд, здесь следовало бы применить такой метод теоретического анализа как анализ показателей эффективности факторов, а также использовать методы сопоставления, синтеза, аналогии. Наличие большого числа исследований по оздоровительной аэробике и определению ее влияния на организм занимающихся вполне позволяет использование данных методов научного познания, что добавило бы выполненной работе большей теоретической глубины.

4) Количество выводов в работе несколько избыточно, они представлены довольно объемно. Избранный автором для формулирования выводов описательный стиль изложения нуждается в конкретизации и сокращении.

5) Диссертация несколько перегружена рисунками (30) и таблицами (31). Некоторые таблицы следует убрать в приложение, а рисунки (по отдельным показателям тестов) объединить.

Однако следует отметить, что высказанные замечания носят рекомендательный характер и не снижают общей положительной оценки диссертационной работы Т.В. Серовой.

Важно отметить, что подобное исследование является не только конкретным доказательством широких возможностей использования средств оздоровительной аэробики в практике физического воспитания студентов, но и существенно расширяет значение диссертационной работы как наглядного примера для решения аналогичных вопросов с использованием фитнес-технологий для разного контингента занимающихся.

Использование материалов диссертации как в теоретическом, так и в практическом плане, обогатит спортивную науку, а разработанная экспериментальная методика существенно поможет специалистам по физической культуре не только в процессе занятий со студентами, но и даст посыл на новые исследования в области современных оздоровительных технологий фитнеса и их применения для актуальных на современном этапе разноплановых задач.

Заключение.

Диссертационная работа Серовой Татьяны Васильевны *«Методика физической подготовки студенток высших учебных заведений к выполнению норм комплекса ГТО с использованием средств оздоровительной аэробики»* соответствует паспорту специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (пункты 2.2, 3.2.4, 3.4). Диссертация по своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне, достоверности полученных данных отвечает требованиям пп. 9-11,13-14 Положения о присуждении учёных степеней, утверждённого постановлением Правительства Российской Федерации от 24.09.2013 г. №842, предъявляемым к диссертациям на соискание учёной степени кандидата наук. В диссертации и основных публикациях автора

соблюдены требования, установленные п.10, 11, 13, 14 означенного Положения. Работа полностью соответствует профилю Совета Д 311.010.01. Её автор, Серова Татьяна Васильевна заслуживает присуждения искомой учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Официальный оппонент:

Доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры гимнастики и фитнес-технологий
Института физической культуры и спорта
ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический
университет им. 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. Тореца, д.26, кв. 59, тел. 8 (905) 214-28-22

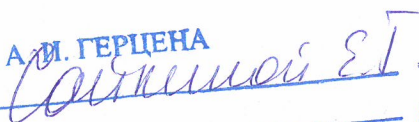
Телефон: +7-905-214-28-22

электронная почта: safidance@ya.ru

Подпись официального оппонента:  / Сайкина Е.Г. /

РГПУ им. А. И. ГЕРЦЕНА

подпись



удостоверяю 301 2020 года

Отдел персонала и социальной работы
управления кадров и социальной работы



Ведущий документовед
отдела персонала и социальной
работы

 А.Д. Пызина