

ОТЗЫВ

официального оппонента на диссертацию Костова Федора Федоровича «Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов», представленную на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Актуальность исследования. Вся спортивная деятельность – это череда стрессовых воздействий на организм спортсмена, с пиковыми нагрузками в период соревнований. При этом, кроме физического компонента стресса как инструмента тренировочных воздействий, присутствует психологический стресс. Суммация перегрузок адаптационного потенциала может приводить к его истощению и развитию реактивной астении, что негативно сказывается на соревновательной результативности, затрудняя демонстрацию наивысших личных достижений. Решением данной проблемы является коррекция психоэмоциональной устойчивости спортсмена в рамках донозологической профилактики.

Тема диссертационной работы Костова Федора Федоровича является актуальной и важной для теории и практики физического воспитания спортсменов.

Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертационной работе соискателя. К числу существенных научных результатов, полученных автором, можно отнести следующие:

- эмпирически проверено применение авторской анкеты и психодиагностических методик в профилактике реактивной астении у спортсменов;
- научно разработано и обосновано использование в тренировочном процессе сочетания приемов прогрессивной нервно-мышечной релаксации,

дыхательных упражнений, мысленных образов покоя и боевой готовности в целях повышения психоэмоциональной устойчивости и профилактики реактивной астении;

- обоснован объём, интенсивность, очередность и направленность психологических средств профилактики реактивной астении у спортсменов 13-15 лет, занимающихся на этапе начальной спортивной специализации;

Степень обоснованности использованных методов, достоверности результатов, научных положений, заключений и рекомендаций:

Достоверность научных положений и выводов диссертации определяется адекватным объемом выборки, методологически правильно выполненных методик психологических и педагогических исследований.

Работа отвечает принципам методологического единства в решении поставленных задач. Основные положения диссертации, выводы и практические рекомендации, последовательно обсуждаются и обосновываются в тексте работы, полностью соответствуют ее содержанию, подтверждены правильными методами статистики и качественными иллюстрациями.

Достоверность и обоснованность результатов и выводов диссертационной работы определяется логически обоснованной программой исследования, обеспечивается достаточным объемом экспериментального материала, четкостью поставленных задач и применением адекватных задачам методов исследования, репрезентативностью полученных экспериментальных данных, корректностью их математико-статистической обработки и качественной интерпретацией полученных результатов исследования.

Значимость для развития соответствующей отрасли науки и практики полученных автором результатов, заключается в следующем:

- в дополнении теории и методики спортивной тренировки новыми научными знаниями и представлениями об особенностях использования средств психокоррекции в тренировочном процессе юных спортсменов;
- в обосновании методики профилактики реактивной астении у спортсменов 13-15 лет, занимающихся легкой атлетикой и биатлоном;
- в определении оптимального сочетания и последовательности средств психокоррекции в тренировочном процессе юных спортсменов для повышения их психоэмоциональной устойчивости.

Практическая значимость заключается в том, что:

- разработана и апробирована экспериментальная методика профилактики реактивной астении у спортсменов;
- разработанные практические рекомендации позволяют тренерскому составу более рационально планировать различные средства психологической подготовки юных спортсменов;
- результаты исследования могут использоваться в учебно-тренировочном процессе легкоатлетов и биатлонистов, а также в рамках подготовки тренерского и педагогического состава.

Автореферат соответствует основным идеям и выводам диссертации. При позитивной, в целом, оценке работы необходимо обратить внимание диссертанта на возникшие **вопросы и замечания**:

1. Почему в работе не раскрывался вопрос индивидуализации средств профилактики реактивной астении?
2. Чем обусловлен выбор именно представителей легкой атлетики и биатлона для участия в исследовании?
3. Требует пояснения алгоритм самостоятельного применения спортсменами методики профилактики реактивной астении.

В то же время следует отметить, что высказанные замечания не носят принципиального характера и не влияют на общую положительную оценку работы, поскольку поставленные задачи исследования полностью решены.

Рекомендации. Диссертационная работа Костова Федора Федоровича «Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов» может быть рекомендована к использованию в образовательной программе института физической культуры и спорта РГПУ им. А. И. Герцена; НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; тренерским составом по направлениям легкой атлетики и биатлоном, а также возможна дальнейшая разработка проблемы научным коллективом кафедры теории и организации физической культуры РГПУ им. А. И. Герцена.

Заключение. Диссертационная работа Костова Федора Федоровича «Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов», представленная на соискание ученой степени кандидата психологических наук, является самостоятельной, научно-квалификационной работой, в которой на основании всестороннего исследования большого объема фактического материала решена актуальная научная задача профилактики реактивной астении у спортсменов.

По актуальности исследовательской задачи, научной новизне, теоретической и практической значимости полученных результатов, их обоснованности, возможного практического исследования, диссертационная работа Костова Ф.Ф. «Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов», является законченной квалификационной работой. Она отвечает требованиям «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства РФ от 24.09.2013 года № 842, п. 9, 10, 11, 13, 14, предъявляемых к кандидатским диссертациям, а её автор Костов Федор Федорович заслуживает присуждения ученой степени кандидата психологических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика

физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Официальный оппонент:

Кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский горный университет», 199106, Санкт-Петербург, ВО 21 линия, д. 2, тел. 8(950)-040-01-61 Izotov_1974@mail.ru

18.05.2020



Е.А. Изотов

Подпись Изотова Е.А.
Удостоверена 18.05.2020



Управление
персоналом
Изотов Е.А.