

## ОТЗЫВ

**научного руководителя на диссертационную работу  
Манько Людмилы Геннадьевны «Развитие гибкости у гимнасток 10-12  
лет на основе сопряжённой физико-технической подготовки»,  
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**

Жёсткая конкуренция на мировой гимнастической арене постоянно требует разработки современных технологий подготовки российских гимнастов высшего уровня. Дальнейшее увеличение объёма учебно-тренировочных нагрузок уже не повышает эффективности подготовки высококвалифицированных гимнастов и гимнасток, а может привести только к серьёзной, критической перегрузке их опорно-двигательного аппарата и неминуемому росту травматизма. В связи с этим технологической основой подготовки гимнастов в России стала концепция интегральной подготовки, разработанная лучшим тренером в истории мировой гимнастики Л.Я. Аркаевым. Наибольшего эффекта при реализации данной концепции удаётся достичь благодаря объединению, или сопряжению, технической и физической подготовки. Сам термин «сопряжённая физико-техническая подготовка» был обоснован Л.Я. Аркаевым при разработке им теории и технологии подготовки гимнастов высшей квалификации. Для того, чтобы эта технология успешно работала, необходимо чтобы основные её положения были положены и в концепцию подготовки гимнасток 10-12 лет, тренирующихся и выступающих по программе первого спортивного разряда, на этапе углублённой специализации. Сопряжённой физико-технической подготовки гимнасток 10-12 лет по целенаправленному развитию гибкости и было посвящено диссертационное исследование Л.Г. Манько. В связи с этим актуальность проведенного соискателем научного исследования не вызывает сомнений.



В представленной диссертационной работе Л.Г. Манько теоретически обоснована и в результате проведённого педагогического эксперимента доказана эффективность разработанной ей методики сопряжённой физико-технической подготовки по целенаправленному развитию гибкости у гимнасток 10-12 лет, выступающих по программе первого спортивного разряда. Особо следует отметить, что всю практическую часть исследования соискатель провела в СДЮШОР Пушкинского района Санкт-Петербурга, тренером которой она является, а экспериментальной группой в ходе педагогического эксперимента была непосредственно её учебная группа гимнасток.

Научная новизна исследования заключается в систематизации средств хореографической и сопряжённой физико-технической подготовки применительно к каждому гимнастическому снаряду; определении модельных требований и разработке «гомогенного тестового профиля»; разработке методики сопряжённой подготовки и внедрении её в учебно-тренировочный процесс гимнасток, выступающих по программе первого спортивного снаряда. Отмечая личный вклад соискателя, нужно сказать, что профессиональная деятельность Л.Г. Манько более десяти лет связана с работой в качестве хореографа и тренера (практически сразу с момента поступления в НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург) в СДЮШОР Пушкинского района Санкт-Петербурга, которая и являлась «основной площадкой» её научного исследования. За прошедшее время Л.Г. Манько стало одной из лучших судей по спортивной гимнастике не только в России, но и в мире, имеет звание судьи международной категории, что, несомненно, способствовало более комплексному подходу к проведённому исследованию.

Л.Г. Манько как автор, представленного к защите, диссертационного исследования, принимала непосредственное и активное участие в разработке документов планирования учебно-тренировочного процесса в своей спортивной школе, в которых были учтены практические рекомендации, сформулированные в процессе научного исследования. Характеризуя



внимание, на её активную позицию в отстаивании своих взглядов как тренера, так и судьи на соревнованиях любого ранга – от Первенства Санкт-Петербурга до чемпионата Европы или Азиатских игр, а также высокую требовательность, предъявляемую к результативности своей собственной профессиональной деятельности. Желание лучше понять, всесторонне изучить и найти пути решения проблем совершенствования учебно-тренировочного процесса гимнасток 10-12 лет на этапе углублённой специализации определило выбор темы данной диссертации.

В заключение необходимо отметить не только большое прикладное значение проведённого Л.Г. Манько исследования, но и его значимость для научного роста соискателя, в процессе которого она овладела современной методологией научного исследования, научилась выдвигать, обосновывать и проверять научную гипотезу и получать на этой основе новые знания.

По мнению научного руководителя, диссертационная работа Манько Людмилы Геннадьевны «Развитие гибкости у гимнасток 10-12 лет на основе сопряжённой физико-технической подготовки» заслуживает положительной оценки, а сама соискатель – присуждения искомой учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Научный руководитель:  
профессор, доктор педагогических наук,  
профессор кафедры физического воспитания  
Санкт-Петербургского государственного  
института кино и телевидения  
Заслуженный тренер России



А.А. Сомкин