

ЗАКЛЮЧЕНИЕ КОМИССИИ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА Д 311.010.01

по защите докторских и кандидатских диссертаций на базе
ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург»
по предварительному рассмотрению диссертации Козлова Сергея Сергеевича на тему: «Рекреационно-оздоровительная физическая культура женщин-учителей первого периода зрелого возраста», представленной на соискание ученой степени кандидата наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки)

Козлов Сергей Сергеевич является соискателем кафедры теории и методики легкой атлетики ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург».

Работает генеральным директором Унитарного предприятия Национального олимпийского комитета Республики Беларусь «Спортивно-оздоровительный комплекс «Олимпийский».

Диссертация выполнена на кафедре теории и методики легкой атлетики ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург».

Научный руководитель Костюченко Валерий Филиппович, ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», кафедра теории и методики легкой атлетики, профессор.

Соискатель имеет 31 опубликованную работу, в том числе по теме диссертации – 31 работа, их них 5 публикаций в рецензируемых научных журналах по перечню ВАК РФ (3 в БД Scopus, 1 в БД Web of Science).

Основные публикации в рецензируемых научных журналах:

1. Козлов, С.С. Физкультурно-оздоровительные занятия с женщинами зрелого возраста с учетом их психофизических особенностей/ О.В. Максимук, Е.П. Врублевский, С.С.Козлов// Наука і освіта. – 2012. - №4. – С.122-124.
2. Козлов, С.С. Методика физкультурно-оздоровительных занятий для женщин зрелого возраста/ Г.В. Загороднюк, В.Ф. Костюченко, М.Н. Ларионова С.С.Козлов// Теория и практика физической культуры. – 2014. - №2. – С.41 - 45.
3. Козлов, С.С. Сравнительный анализ применения индивидуализированных двигательных нагрузок в оздоровительных занятиях с женщинами зрелого возраста/ В.Ф. Костюченко, С.С. Козлов, Г.В.Руденко// Теория и практика физической культуры. – 2014. - №7. – С. 103 – 104.
4. Козлов, С.С. Индивидуально-дифференцированная организация трени-

рующих воздействий на занятиях степ-аэробикой с женщинами среднего возраста/ С.С.Козлов, В.В.Василец, Е.П.Врублевский// Теория и практика физической культуры. – 2015. - №8. – С.50-53.

5. Козлов, С.С. Особенности мотивационно-ценностной направленности женщин-учителей зрелого возраста к занятиям оздоровительными упражнениями/ В.Ф. Костюченко, С.С. Козлов, Е.П. Врублевский// Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта, №5 (147)-2017.- С.78-81

В диссертации отсутствуют недостоверные сведения об опубликованных соискателем ученой степени работах. В научных работах соискателя в полной мере отражены результаты диссертационного исследования.

Комиссия диссертационного совета отмечает, что на основании выполненных соискателем исследований:

В работе научно обоснован метод реализации индивидуально-дифференцированного подхода проведения физкультурно-оздоровительных занятий, основанный на избирательном подборе средств, рациональном нормировании различных двигательных нагрузок, в зависимости от состояния, позволяющий управлять морфофункциональным совершенствованием организма женщин зрелого возраста с целью укрепления их здоровья, формирования устойчивой мотивации к регулярным занятиям и достигать высокого уровня их физической подготовленности.

Обоснован алгоритм организационно-педагогических условий, необходимых для построения индивидуализированных программ оздоровительных занятий, включающих в себя разные виды фитнес-тренировок в виде блоков физических упражнений, которые легко комбинируются друг с другом, в зависимости от желаемого воздействия на телосложение занимающихся, текущего состояния и специфики биоритмики организма женщин-учителей 25-35 лет, способствует компенсации их низкой производственной двигательной активности.

Теоретическая значимость исследования обоснована:

- применительно к проблеме исследования грамотно подобран и использован спектр теоретических и эмпирических методов исследования;
- предложением использования в качестве эффективной основы оздоровления женщин-учителей первого периода зрелого возраста разнообразных программ рекреационных занятий и теоретическом обосновании научно-методического подхода к проектированию подобных программ;
- получением новых знаний о возможности комплексного использования средств фитнеса для морфофункционального развития организма женщин 25-35 лет в зависимости от индивидуального протекания их специфического биологического цикла;

- дифференциацией содержания физкультурно-оздоровительных занятий в зависимости от направленности тренирующих воздействий и индивидуальных особенностей занимающихся;

- получением новых данных о влиянии различных фитнес-тренировок на кумулятивный эффект адаптации организма женщин зрелого возраста.

Данное исследование также конкретизирует знания в области физического воспитания женщин-учителей зрелого возраста, способствует более продуктивному решению вопросов компенсации низкой производственной двигательной активности, что обеспечивает теоретико-методологическую основу построения здоровьесберегающих алгоритмов содержания и форм занятий с женским контингентом.

Значение полученных соискателем результатов исследования для практики подтверждается тем, что: разработаны положения, которые могут быть использованы при формировании программно-нормативных документов по рациональному планированию процесса занятий оздоровительной физической культурой с женщинами 25-35 лет; разработаны методики общения к здоровому стилю жизни женщин первого периода зрелого возраста; разработан алгоритм построения комплексных программ занятий, который может быть экстраполирован при построении фитнес-программ в оздоровительных центрах, использован в образовательном процессе студентов ВУЗов, инструкторов по фитнесу, на курсах повышения квалификации. Существует принципиальная возможность экстраполяции выводов и практических рекомендаций на другие профессиональные и возрастные контингенты.

Практическая значимость результатов исследований, проведенных автором, подтверждается соответствующими актами об их внедрении в практику работы спортивно-оздоровительных комплексов, фитнес- и шейпинг-клубов, а также в процесс вузовской подготовки педагогов по физической культуре.

Оценка достоверности результатов выявила, что: обоснованность основных результатов исследования подтверждается: продолжительностью исследования (8 лет, первые публикации по теме исследования датированы 2009 г.), большим массивом исследуемого материала (более 250 испытуемых), его объективностью, корректной обработкой количественных показателей с использованием методов математической статистики, с последующей логической интерпретацией полученных результатов; тщательностью анализа и обобщения сведений специальной литературы, решением исследовательских задач, обусловленных требованиями практики, комплексным характером методик исследования, адекватных его цели и задачам, непосредственной организацией и непосредственным участием автора в опытно-экспериментальной работе, положительными результатами экспериментальной работы и внедрением результатов исследования в практику рекреацион-

но-оздоровительной работы и образовательный процесс специалистов, что подтверждено актами внедрения.

Основные теоретические положения, практические разработки, выводы и рекомендации были представлены на ряде международных, национальных и региональных научных и научно-практических конференциях и семинарах. Все это подтверждает высокий уровень **достоверности**, сделанных автором выводов и обобщений.

Личный вклад соискателя состоит в выборе и обосновании темы диссертации, в формулировке целей и задач, теоретической разработке основных идей и концептуально-методологических положений по исследуемой проблеме, в разработке тренировочных планов и контрольных тестов, обработке экспериментальных данных, анализе и обобщении их результатов, проведении педагогического эксперимента, изложения результатов исследования, а также подготовке и публикации научных статей, обобщающих результаты диссертационной работы.

Диссертация Козлова Сергея Сергеевича на тему: «Рекреационно-оздоровительная физическая культура женщин-учителей первого периода зрелого возраста», является завершённой научно-квалификационной работой, в которой на основании проведенных автором исследований обоснован метод реализации индивидуально-дифференцированного подхода при проектировании кондиционных занятий с женщинами-учителями первого периода зрелого возраста на основе их мотивационных приоритетов, особенностях морфофункционального состояния, уровня физической подготовленности и гормонального фона.

Диссертация имеет важное социально-педагогическое значение для теории и практики физической культуры и носит прикладной характер. По своей актуальности, теоретической и практической значимости, степени обоснованности, достоверности и новизне научных положений и выводов диссертация соответствует требованиям п. 9, 10, 11, 13, 14 «Положение о порядке присуждения ученых степеней», утвержденного Постановлением Правительства РФ № 842, от 24.09.2013 года, предъявляемых к диссертациям на соискание ученой степени кандидата наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

ОФИЦИАЛЬНЫМИ ОППОНЕНТАМИ РЕКОМЕНДУЮТСЯ:

Румба Ольга Геннадьевна, доктор педагогических наук, профессор.
Место работы: Федеральное государственное казённое военное образовательное учреждение высшего образования «Военный институт физической культуры» Министерства обороны Российской Федерации.

Должность: доцент кафедры теории и организации служебно-прикладной физической подготовки, физической культуры и спорта.

Контактный телефон: +7-911-726-83-88; *Электронная почта:* RumbaOlga@yandex.ru

Шифр и наименование научной специальности: 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Публикации по тематике оппонируемой диссертации в рецензируемых научных изданиях за последние 5 лет:

1. О выразительности, артистизме, эмоциональности в гимнастике / Л.А. Карпенко, О.Г. Румба // Вестник спортивной науки, 2013, №3. С. 14-17. (журнал из перечня ВАК РФ)
2. Improving the quality of the female gymnasts' feet performance by the means of traditional choreography / O.G. Rumba // Science of Gymnastics Journal, 2013, vol. 5, num. 3, P. 19-29. (журнал индексируется международной системой цитирования Scopus)
3. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике : Учебное пособие / под общей ред. Л.А. Карпенко, О.Г. Румба. М.: Советский спорт, 2014. 264 с.
4. Назначение и вариативность музыкального сопровождения соревновательных программ в художественной и спортивной гимнастике / О.Г. Румба, Ю.Р. Нигматулина // Теория и практика физической культуры, 2016. №2. С. 77-79. (журнал из перечня ВАК РФ, индексируется международной системой цитирования Scopus)
5. Computer simulation of junior gymnasts' training process / O.M. Khudolii, O.V. Ivashchenko, S.S. Iermakov, O.G. Rumba // Science of Gymnastics Journal, 2016, vol. 8, num. 3, P. 215-228. (журнал индексируется международной системой цитирования Scopus)
6. Анализ музыкального сопровождения соревновательных программ по художественной и спортивной гимнастике в период с 2000 по 2015 годы / О.Г. Румба, Л.А. Карпенко, Ю.Р. Нигматулина // Культура физическая и здоровье, 2016. №1(56), С. 68-71. (журнал из перечня ВАК РФ)
7. Содержание и направленность подготовки гимнасток в упражнениях на бревне на этапе углублённой специализации с учётом индивидуальных особенностей / А.А. Горелов, Е.Н. Артёмова, О.Г. Румба // Теория и практика физической культуры, 2017. №3. С. 66-68. (журнал из перечня ВАК РФ, индексируется международной системой цитирования Scopus)
8. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике / под общей ред. Л.А. Карпенко, О.Г. Румба. М.: Советский спорт, 2014. 264 с.

Венгерова Наталья Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент.
Место работы: Федеральное государственное бюджетное образовательное

учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный экономический университет»

Должность: профессор кафедры физической культуры

Контактный телефон: 8-962-690-26-77; *Электронная почта:* natal-yavengerova@yandex.ru

Специальность по диссертации: 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

Тема диссертации: «Влияние двигательных режимов ритмической гимнастики на состояние здоровья и физическую работоспособность студенток»

Публикации по тематике оппонируемой диссертации в рецензируемых научных изданиях за последние 5 лет:

1. Венгерова, Н.Н. Современные аспекты непрерывного физкультурного образования: монография// Н.Н. Венгерова.- СПб: НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2013.- 117 с.;
2. Венгерова, Н.Н. Технология педагогического проектирования физкультурно-оздоровительных занятий со студентками специальной медицинской группы/ Н.Н. Венгерова, О.Н. Степанова, С.В. Савин.//Научно-метод. журнал «Физическая культура, спорт-наука и практика».- Краснодар: Кубанский ГУ ФК, спорта и туризма, 2014.- С. 16-21;
3. Венгерова, Н.Н. Интегративный подход в организации физической подготовки школьниц 12-14 лет/ Н.Н. Венгерова//Вестник ВятГГУ.- 2014.- №7.- С. 126-129;
4. Венгерова, Н.Н. Концептуальный подход и алгоритм педагогического проектирования физкультурно-оздоровительных занятий / Н.Н. Венгерова, О.Н. Степанова// Теория и практика физической культуры, 2015.- №2, С. С. 60-63;
5. Венгерова, Н.Н. Конструирование двигательных программ с использованием информационных и физкультурно-оздоровительных технологий/ Н.Н. Венгерова, Л.В. Люйк //Европейский журнал социальных наук, 2015. - № 5.- С. 116-121;
6. Венгерова, Н.Н. Семантический анализ определения понятия «педагогические технологии»/ Н.Н. Венгерова// Научный журнал «Общество: социология, психология, педагогика», 2017.- №1.- С. 83-87.

ВЕДУЩАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ – Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена», 191186, Санкт-Петербург, Набережная реки Мойки, д. 48. E-mail.: decanat-fk@yandex.ru. Тел.: (812) 490-42-49.

Публикации по тематике оппонируемой диссертации в рецензируемых научных изданиях за последние 5 лет:

1. Сайкина, Е.Г. Фитнес-технологии: понятие, разработка и специфические особенности / Е.Г. Сайкина // Вестник спортивной науки. – 2016. – № 1. – С. 50–53.
2. Сайкина, Е.Г. Комплексное воздействие фитнес-технологий для повышения умственной и физической работоспособности студентов / В.И. Бочарова, Е.Г. Сайкина // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – 6. – С. 519.
3. Сайкина, Е.Г. Внедрение фитнес-технологий в процессе общей физической подготовки юных спортсменов сложнокоординационных видов спорта / Е.Г. Сайкина, С.С. Ячменев // Фундаментальный исследования. – 2013. – №10-8. – С. 1810–1813.
4. Кадыров, Р.М. Разработка тестов для оценки анаэробных способностей военнослужащих / Р.М. Кадыров, Д.А. Солнцев, В.В. Лавриненко, С.В. Левин // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №2. – С. 30-32.
5. Кадыров, Р.М. Подбор батареи тестов для оценки физической подготовленности на основе факторной информативности / Р.М. Кадыров, И.И. Михаил // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №9. – С. 62-65.
6. Пономарев Г.Н. Влияние тотальных размеров тела и содержание жира в организме на показатели физической подготовленности студенток / Г.Н. Пономарев, О.А. Богданов, Л.П. Ципин // Теория и практика физической культуры, 2014. №10. – С. 15-18.
7. Комиссарова, Е.Н. Адаптация опорно-двигательного аппарата спортсменов к двигательным действиям: Монография / Е.Н. Комиссарова, Т.В. Панасюк, П.В. Родичкин, Г.Н. Пономарев: СПб.: Изд-во ЛЭТИ им. В.И. Ульянова (Ленина) (Санкт-Петербург), 2017.- 175 с.
8. Родичкин, П.В. Биоимпедансный анализ состава тела у девушек 17-18 лет с учетом типа телосложения для индивидуального подбора упражнений / П.В. Родичкин, Е.Н. Комиссарова, Ю.А. Клюс // Теория и практика физической культуры. – 2016. - №8. – С.44 - 46.
9. Пономарев, Г.Н. Применение упражнений анаэробного характера для коррекции жировой массы школьников на уроках по физической культуре / Г.Н. Пономарев, Н.Л. Волкова // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», №3 (133) – 2016. - С. 189 -193
10. Пономарев, Г.Н. Построение физического воспитания школьников с избыточной массой тела / Г.Н. Пономарев, Н.Л. Волкова // Культура физическая и здоровье. – 2017. -№2(62). – С.92-95

Установить срок защиты «22» февраля 2018 года.

Автореферат диссертации может быть рекомендован в печать. Автореферат на отзыв рекомендуется разослать в организации по утвержденному списку.

Диссертация Козлова Сергея Сергеевича на тему: «Рекреационно-оздоровительная физическая культура женщин-учителей первого периода зрелого возраста», может быть рекомендована к защите в диссертационном совете Д 311.010.01 ФГБОУ ВО «НГУ имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

Председатель комиссии
доктор педагогических наук,
профессор

Терехина Раиса Николаевна

Члены комиссии:

доктор педагогических наук,
профессор

Курамшин Юрий Федорович

доктор психологических наук,
профессор

Мосунов Дмитрий Федорович