

## **РЕЦЕНЗИЯ**

**на магистерскую диссертацию Трифанова Степана Александровича,  
представленную к защите по направлению подготовки  
49.04.01 физическая культура, направленность (профиль)  
образовательной программы  
«Научно-методическое сопровождение спортивной подготовки»  
на тему «Повышение уровня специальной физической подготовки  
баскетболистов учебно-тренировочной группы на основе направленного  
развития тонических и фазических мышц»**

Магистерское исследование Трифанова Степана Александровича, посвящено усовершенствованному тренировочному подходу на основе направленного развития тонической и фазической мускулатуры. Данный подход позволяет усилить постуральный баланс спортсменов во время игры и повысить уровень развития взрывной силы, таким образом повысить уровень специальной физической подготовленности баскетболистов 14–15 лет.

Теоретический анализ литературных источников, позволил выявить противоречия, для разрешения которых определены задачи исследования. Таким образом, актуальность исследования и степень разработанности проблемы позволили магистранту выстроить методологический аппарат, определив объект, предмет, гипотезу исследования. Магистерская диссертация состоит из введения, трех глав, выводов, списка используемой литературы. Представленный в работе материал структурирован оптимально, выстроен логично.

Во введении автор обосновывает актуальность выбранной темы, определяет объект, предмет и методы исследования, ставит цель и задачи, выдвигает гипотезу исследования. Первая глава посвящена теоретическому анализу состояние исследуемой проблемы, описаны особенности физического развития баскетболистов 14-15 лет, влияние физической подготовки на технику игры.

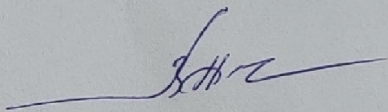
Во второй главе автор перечисляет методы исследования и поэтапно описывает организацию исследования. Третья глава посвящена экспериментальному обоснованию и описанию комплексов упражнений на

направленное развитие тонической и фазической мускулатуры, а также варианты их модификации.

Магистерская диссертация Трифанова Степана Александровича является законченным самостоятельным исследованием. Работа хорошо структурирована. В ней достаточно хорошо представлен научный аппарат: цель, предмет, гипотеза и методы исследования. В соответствии с целью исследования сформулированы основные задачи. В целом рецензируемая работа соответствует требованиям, предъявляемым к магистерским диссертациям. Теоретическая и практическая части заслуживают положительной оценки.

Рецензент:

доктор педагогических наук,  
профессор кафедры педагогики



В.А. Адольф