

ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу
обучающегося по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина
Хорошко Константина Витальевича

на тему: «Развитие скоростно-силовых качеств юниоров 16-18 лет в скелетоне»

Объем выпускной квалификационной работы составляет 58 страниц печатного текста в переплете и включает введение, три главы, заключение, список литературы и приложения.

Основное исследовательское предложение студента — внедрение комплекса кроссфит-упражнений в тренировочный процесс юных скелетонистов (16–18 лет).

Экспериментальная часть исследования проведена в естественных условиях тренировок на олимпийской трассе «Санки» (г. Сочи) с участием 12 спортсменов указанной возрастной группы. В рамках работы выполнено диагностическое тестирование по пяти ключевым параметрам физической подготовленности.

На основе глубокого анализа научно-методической литературы и знания системы кроссфит, студент четко сформулировал цель и задачи работы, направленные на развитие скоростно-силовых качеств у скелетонистов.

Поэтапная реализация исследования позволила Хорошко К.В. провести статистически обоснованный анализ результатов контрольного тестирования, сравнив показатели экспериментальной и контрольной групп.

Хорошко К.В. продемонстрировал умение работать с научными источниками, интегрировать их в текст исследования и применил фундаментальный подход, основанный на принципах развития силовых способностей, при выборе тренировочных методик и валидных тестов.

Представленная работа полностью соответствует требованиям Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина к выпускным квалификационным работам, рекомендуется к защите и заслуживает положительной оценки.

Научный руководитель:
доктор педагогических наук,
профессор кафедры ТОФВ



Л.К. Сидоров