

Отзыв

на выпускную квалификационную работу студента 5 курса заочного обучения Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева Гамолина Константина Валерьевича выполненную по теме «Разработка комплекса упражнений АФК для реабилитации людей возраста 40-60 лет с поясничным остеохондрозом»

Тема работы актуальна, отвечает профилю будущей профессии, соответствует состоянию и перспективам развития и совершенствования процесса по курсу АФК.

В работе проведено изучение научно-методической литературы по физической реабилитации людей в возрасте 40-60 лет при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника; произведена оценка психофизического состояния людей с помощью анкетирования, опроса, тестирования; разработан комплекс упражнений для реабилитации людей с поясничным остеохондрозом.; поставлен эксперимент; испытана и оценена эффективность разработанного комплекса упражнений для физической реабилитации людей возраста 40-60 лет с поясничным остеохондрозом. На основании проведенного анализа студент обосновал и разработал практические рекомендации по повышению продуктивности комплекса упражнений адаптивной физической культуры для реабилитации людей в возрасте 40-60 лет при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника, которые успешно реализует в своей повседневной деятельности в государственном бюджетном учреждении социального обслуживания.

Автор на основании результатов проведенной работы пришел к заключению, что разработанный комплекс упражнений адаптивной физической культуры для людей с поясничным остеохондрозом эффективен и позволяет за короткий период времени достичь устранения боли, улучшить физическое состояние, укрепить мышечный корсет, вернуть эластичность мышцам, связкам, и может быть использован в учреждениях социального обслуживания, образовательных учреждениях.

При выполнении выпускной квалификационной работы Константин Валерьевич проявил трудолюбие и самостоятельность, ответственность и добросовестность, достаточно высокий уровень знаний по избранной теме и навыки организаторской и исследовательской деятельности, умение изучать и обобщать документы министерства образования и науки, литературные источники, решать практические задачи, делать выводы и вносить предложения.

Квалификационная работа Константина Валерьевича Гамолина соответствует требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам бакалавра по адаптивной физической культуре, отличается целенаправленностью, логической последовательностью изложения материала, доказательностью выводов и обоснованностью предложений, грамотностью оформления.

Научный руководитель _____



Кужугет Артыш Аракчаевич
к.б.н., доцент кафедры теории
и методики медико-биологических
основ и безопасности жизнедеятельности