

РЕЦЕНЗИЯ

на магистерскую диссертацию
магистранта 2 курса Департамента спортивных единоборств
Кривова Андрея Андреевича
на тему «РЕГУЛИРОВАНИЕ ВЕСА В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ»

Единоборства – вид спорта, который требует от спортсмена соответствия точно определенным весовым категориям. Большинство спортсменов, особенно юных, «гоняют» вес перед соревнованиями, часто форсированно, что отрицательно сказывается не только на спортивном результате, но и на здоровье. Поэтому проблема регулирования веса борцов перед соревнованиями, поиска путей решения снижения веса без причинения вреда здоровью, без потери сил во время соревновательной деятельности, которой посвящена работа А.А. Кривова, очень актуальна.

Разносторонне изучив и проанализировав большое количество научно-методической отечественной литературы крупнейших ученых, Андрей Андреевич сделал правильный вывод о недостаточной разработанности данной темы. В рамках первой главы раскрыты особенности греко-римской борьбы как вида спорта, проблема снижения веса в спортивной борьбе в целом.

В магистерской диссертации правильно определены цель и задачи, верно выделены объект и предмет исследования. Используя современные методы и приемы, автор добился цели и решил поставленные задачи исследования. А.А. Кривовым выявлены особенности «снижения» веса в единоборствах посредством анкетирования (n=50) спортсменов различной квалификации, в том числе Заслуженных мастеров спорта.

Следует подчеркнуть, что особо значимой частью магистерской диссертации являются разработанные рекомендации для спортсменов, которые использовались в экспериментальной работе. В результате исследования выявлено, что применение разработанных рекомендаций по

снижению веса и питанию значительно упростило регулирование веса для спортсменов, тем самым, повысило их шансы на удачное выступление в соревновательной деятельности, без снижения работоспособности.

Выводы, сформулированные в результате исследовательской работы, соответствуют поставленным задачам. Особо хочется отметить один из выводов, сделанный А. А. Кривовым по итогам проведенных исследований – рациональное регулирование веса спортсмена-единоборца является важным аспектом его предсоревновательной подготовки и залогом успешного выступления на соревнованиях, а также существенным фактором его спортивного долголетия.

Магистерская диссертация Кривова Андрея Андреевича на тему «Регулирование веса в греко-римской борьбе» соответствует всем требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам, может быть допущена к защите и заслуживает положительной оценки.

Старший тренер сборной команды
Красноярского края по спортивной борьбе
(дисциплина «греко-римская борьба»)
Академии борьбы
имени Д.Г. Миндиашвили



подпись/

В. В. Пушнов