

Таким образом, актуальность исследования и степень разработанности проблемы позволили магистранту выстроить методологический аппарат, определив объект, предмет, задачи исследования.

Магистерская диссертация состоит из введения, трех глав, выводов, списка используемой литературы. Представленный в работе материал структурирован оптимально и логично.

Во введении автор обосновывает актуальность выбранной темы, определяет объект, предмет и методы исследования, ставит цель и задачи, выдвигает гипотезу исследования.

Первая глава посвящена основным факторам, влияющим на развитие специальной работоспособности спортсменов в тренировочном процессе, а так же механизмам адаптации организма к физическим нагрузкам и их специфика в зависимости от характера двигательной деятельности, функциональной диагностики спортсменов в тренировочном процессе.

Во второй главе автор перечисляет методы исследования и поэтапно описывает организацию исследования.

Третья глава посвящена исследованию двигательных способностей и психофизиологических показателей спортсменов бобслеистов на различных этапах тренировочного процесса.

В заключение обучающейся обобщает результаты исследования и делает выводы, свидетельствующие о достижении цели исследования и решении поставленных задач.

**Научная новизна исследования:** теоретическое и практическое обоснование оптимизации тренировочного процесса спортсменов-бобслеистов с использованием