

## **РЕЦЕНЗИЯ**

### **на магистерскую диссертацию**

Петрушина Андрея Владимировича

На тему: «Особенности изменения двигательных способностей у юношей и девушек старших классов при подготовке к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» средствами кроссфит»

### **представленной к защите**

По направлению подготовки: 44.04.01 педагогическое образование

Направленность (профиль): «Здоровьесберегающие технологии и физическая культура»

Магистерская диссертация выполнена на актуальную на сегодняшний день тему, поскольку проблема физической подготовленности учащихся старших классов до сих пор нуждается в разработке. Автором предложены комплексы упражнений из системы кроссфит для повышения физической подготовленности, для успешной сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».

В ходе выполнения работы автором был осуществлен методологический анализ более 80 источников научного материала, проведено контрольное тестирование по выявлению уровня физической подготовленности обучающихся старших классов с учетом гендерных различий. Материал выпускной квалификационной работы логически структурирован и изложен в научном стиле, имеет практическую значимость.

В первой главе представлен теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы системы физической подготовки кроссфит, обозначена структура, функции и основные характеристики. В работе рассмотрены особенности истории и возрождения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». Выявлены возрастно-гендерные различия и особенности в старшем школьном возрасте.

Во второй главе были освещены методы исследования и в полной мере представлена организация работы.

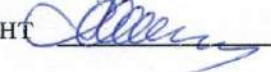
В третьей главе проведено тестирование и проанализированы результаты уровня физической подготовленности юношей и девушек, с последующем применением комплексов упражнений кроссфит. По

результатам эксперимента подтверждена эффективность разработанных комплексов упражнений на основе кроссфит, позволяющие повысить физические качества, требующие для успешной сдачи комплекса «ГТО».

В диссертации корректно определены цель и задачи, адекватно выделены объект и предмет исследования. Выводы сформулированы в результате исследовательской работы, соответствуют поставленным задачам.

Диссертационное исследование Петрушина Андрея Владимировича на тему: «Особенности изменения двигательных способностей у юношей и девушек старших классов при подготовке к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» средствами кроссфит» соответствует предъявляемым требованиям, может быть допущена к защите и заслуживает высокой оценки.

Рецензент:

Доктор педагогических наук, доцент  Янова Марина Геннадьевна

«18» июня 2019 год