

РЕЦЕНЗИЯ

на выпускную квалификационную работу (магистерскую диссертацию)
магистранта 2 курса

Департамента спортивных единоборств
ФГБОУ ВО «Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева»

Тарасенко Александра Викторовича

**«ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7-8 КЛАССОВ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХОККЕЕМ»**

Автором выбрана актуальная тема для современного уровня развития скоростно-силовой подготовки обучающихся 7–8 классов, занимающихся хоккеем. Это обусловлено высокими требованиями, предъявляемыми к физической подготовленности игроков разной квалификации, качеству и эффективности построения тренировочного плана и процесса в целом. Все это требует поиска новых, более рациональных путей подготовки спортсменов к соревнованиям, поиску новых средств и методов повышения специальной скоростно-силовой подготовленности обучающихся.

В работе А. В. Тарасенко выявлены основные средства повышения уровня скоростно-силовой подготовки в хоккее, которыми пользуются тренеры, а также эффективность их применения. Автор разделил подготовительную часть на две группы: вне льда и на льду. Также исследовал общее количество времени, уделяемое на подготовительную часть, вне льда и на льду, в частности. Автором был разработан специальный протокол, в который заносились все упражнения, выполняемые спортсменами на тренировках и длительность их выполнения. Затем упражнения были сгруппированы по примерному подобию. В процентном соотношении было выявлено распределение времени подготовительной части на льду и вне льда. Автор сделал вывод, что в подготовительной части на льду дублируются упражнения, которые уже были в упражнениях вне льда, тем самым объясняет, что тренировочный процесс является не идеальным.

В работе автор экспериментально обосновал эффективность использования разработанной им методики повышения уровня скоростно-силовой подготовленности обучающихся 7–8 классов, занимающихся хоккеем.

Автором на основе экспериментальной работы разработаны практические рекомендации, направленные на повышение скоростно-силовой подготовленности обучающихся, которые вполне могут быть использованы действующими тренерами.

Магистерская диссертация, представленная на рецензию, выполнена на 76 листах, проанализировано 74 литературных источника. В работе исследованы вопросы об основных видах подготовки хоккеистов, организации тренировочного процесса в хоккее, особенностях методики повышения скоростно-силовой подготовленности хоккеистов.

Выпускная квалификационная работа (магистерская диссертация) А. В. Тарасенко на тему «Повышение уровня скоростно-силовой подготовленности обучающихся 7–8 классов, занимающихся хоккеем» соответствует требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам, рекомендуется к защите и заслуживает оценки «отлично».

Рецензент
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теоретических основ
физического воспитания
ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П. Астафьева»

