

Рецензия
на магистерскую диссертацию магистранта 3 курса
Департамента спортивных единоборств
ФГБОУ ВО «Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева»
Синатулина Сергея Владимировича
на тему «Развитие скоростно-силовой выносливости юношей 16-17 лет,
занимающихся в секции боевого самбо,
посредством комплекса упражнений со свободными отягощениями»

Современный спорт, особенно спорт высших достижений — это большие физические нагрузки на организм в ходе тренировочного процесса и во время соревнований.

Спортсмен боевого самбо претерпевает объемные скоростно – силовые нагрузки, к которым необходимо адаптироваться, преодолевая утомление, от скоростно – силовой выносливости зависит успех исхода соревнований.

Поиск новых средств для развития скоростно – силовой выносливости, в сочетании с уже существующими, делает эту проблему весьма актуальной.

В первой главе магистерской диссертации С.В.Синатулин описывает анатомо–физиологические особенности юношей 16–17 лет, характеристику скоростно–силовой выносливости, методику развития скоростной и силовой выносливости, особенности двигательной деятельности занимающихся боевым самбо

Во второй главе подробно описаны методы и организация исследований по выявленной проблеме. Выбранные автором методы исследования решают поставленные в диссертационной работе задачи.

В третьей главе автор предложил для развития скоростно – силовой выносливости у юношей, занимающихся в секции боевого самбо, использовать разработанный им комплекс упражнений со свободными отягощениями и проверил его эффективность в педагогическом эксперименте.

Магистерская диссертация С.В. Синатулина «Развитие скоростно-силовой выносливости юношей 16-17 лет, занимающихся в секции боевого самбо, посредством комплекса упражнений со свободными отягощениями» соответствует необходимым требованиям, может быть допущена к защите и заслуживает положительной оценки.

Рецензент:

директор Краевого государственного бюджетного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва имени Б.Х. Сайтиева», заслуженный тренер России



Райков В.К.