

## ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу обучающегося по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование по направлению (профиль) образовательной программы физическая культура ИФКСИЗ им. И.С. Ярыгина КГПУ им. В.П. Астафьева Гадаскина Антона Вячеславович

### «РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 15-16 ЛЕТ ВО ВНЕУЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (НА ПРИЕМЕ БОРЬБЫ)»

Гибкость является практически основным физическим качеством, немим фундаментом, на котором строится вся жизнедеятельность. Ведь недостаточная подвижность в суставах ограничивает уровень проявления силы, скорости и координационных способностей, приводит к ухудшению внутримышечной координации и снижению экономичности работы. Поэтому актуальность выбранной темы дипломной работы не вызывает сомнения. Эксперимент проводился с обучающимися 15-16 летнего школьного возраста в течение учебного года.

Работа состоит из введения; трех глав, выводов, списка использованной литературы и приложений, изложенных на страницах в приложении.

Исследование построено логически грамотно. Уровень исследования достаточно высок, как в теоретическом плане, так и в методологическом. Им был произведен комплекс специализированных упражнений для развития гибкости у обучающихся старшего школьного возраста. Содержание работы соответствует теме. Материал изложен логично и конструктивно. Разделы взаимосвязаны, что говорит о цельном подходе к исследованию.

Обучающиеся с удовольствием прижили на его уроки. Антон имеет высокий уровень коммуникативных и организаторских способностей, пользуется авторитетом у учащихся. Занимался работой с большим интересом, энтузиазмом и огромным желанием.

С введением комплекса специализированных упражнений на развитие гибкости на третий урок физической культуры, обучающиеся стали чувствовать себя уверенней, более подвижней, повысилась эмоциональный фон уроков и желание обучающихся заниматься. Это помогает удерживать дисциплину и концентрировать внимание обучающихся. Результаты исследования могут быть использованы учителями физической культуры на своих уроках для развития физических качеств.

Представленная выпускная квалификационная работа полностью соответствует требованиям, предъявляемым к выпускной квалификационной работе в Красноярском государственном педагогическом университете им. В.П. Астафьева. Работа может быть представлена к защите и заслуживает положительной оценки.

Научный руководитель  
доцент кафедры методики обучения спортивных дисциплин и национальных видов спорта  
Ветрова И.В.

