

## РЕЦЕНЗИЯ

на магистерскую диссертацию Новожиловой Марины Андреевны, представленную к защите по направлению подготовки 44.04.01 педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта, на тему:

### **«Методические приемы обучения плаванию в ластах на длинные дистанции подростков 14-15 лет»**

Магистерское исследование Новожиловой М.А. посвящено теоретическому анализу, разработке программы учебно-тренировочных мероприятий для обучения и повышения результативности плавания в ластах на длинные дистанции, занимающихся среднего школьного возраста.

Теоретический анализ литературных источников позволил выявить проблемные моменты в подготовке спортсменов-стайеров, анатомо-физиологические и психологические особенности обучающихся, а также методы, применяемые для разработки комплекса упражнений, с целью использования его в учебно-тренировочном процессе по подводному спорту. Таким образом, актуальность исследования и степень разработанности проблемы позволили магистранту выстроить методологический аппарат, определив цель, задачи, объект, предмет, гипотезу, методы, научную новизну и практическую значимость. Магистерская диссертация состоит из введения, трех глав, заключения и библиографического списка. Представленный в работе материал структурирован последовательно, выстроен логично.

Во введении автор обосновывает актуальность выбранной темы, определяет цель, задачи, объект, предмет, методы, научную новизну, практическую значимость и выдвигает гипотезу исследования. Первая глава посвящена теоретическим аспектам подготовки подростков в циклических видах спорта, в ней раскрыты основные средства и методы подготовки к длинным дистанциям спортсменов среднего школьного возраста. Описывается анатомо-физиологические особенности обучающихся, методы психологической и тактической подготовки пловцов-подводников, а также представлены особенности скоростного плавания в ластах как вида спорта. Во

второй главе автор перечисляет методы исследования и поэтапно описывает их организацию. Третья глава посвящена разработке, теоретическому обоснованию и апробации комплекса учебно-тренировочных мероприятий для повышения тактической, психологической и функциональной подготовке пловцов-подводников 14-15 лет. В заключении автор обобщает результаты исследования и делает выводы, свидетельствующие о достижении цели исследования и решения поставленных задач, дает практические рекомендации.

Положения, выносимые на защиту: разработанный комплекс учебно-тренировочных мероприятий, направленный на повышение уровня тактической, психологической и тактической подготовки для успешного прохождения дистанции 1500 метров плавание в ластах. Комплекс упражнений включал в себя плавательные серии на скорости и темпе соревновательной дистанции, а так же применение системы визуальных сигналов.

Магистерская диссертация Новожиловой М.А. является законченным самостоятельным исследованием. Работа написана грамотно и хорошо структурирована. В ней четко представлен научный аппарат: цель, задачи, объект, предмет и гипотеза исследования. В соответствии с целью исследования сформулированы основные задачи. В целом рецензируемая работа соответствует требованиям, предъявляемым к магистерским диссертациям, и заслуживает положительной оценки, а ее автор присуждения квалификации «магистр».

Рецензент:

кандидат педагогических наук, профессор  
заместитель директора Муниципального  
бюджетного учреждения «Спортивная  
школа олимпийского резерва по дзюдо»,  
Заслуженный тренер РСФСР



П.В. Трутнев