

Отзыв

руководителя о работе обучающегося 5 курса
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина,
Ульяновой Алины Александровны
в период подготовки выпускной квалификационной работы
на тему: «Совершенствование личности человека средствами проекта
саморазвития «Путь к себе»

Ульянова Алина Александровна является студенткой 5 курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина. С первого курса зарекомендовала себя ответственной и целеустремлённой студенткой. Ежегодно участвовала в конференциях со своими исследованиями по проблеме личностного роста человека.

Каждый человек сам себя строит и выбирает свой жизненный путь, сам выстраивает свои отношения с другими людьми, наконец, сам совершает и исправляет ошибки. Задача семьи, образовательных учреждений состоит не в прямом воздействии на личность растущего человека с целью добиться желаемых результатов, а в создании необходимых условий для самостроительства, самоформирования и самовоспитания, в актуализации механизмов самопознания и саморазвития.

Одним из самых и сложных в жизни человека является выбор пути, по которому он идёт. Часто люди задумываются, идут ли они правильным путём. И всегда есть возможность скорректировать свой жизненный маршрут в зависимости от имеющихся в данный момент условий и резервов. И в течение всей жизни можно заниматься саморазвитием.

Алина Александровна проанализировала 110 литературных источников по теме исследования. Провела анкетирование, в котором приняли участие 102 человека. Был проведён опрос-беседа ($n = 20$) с целью выявления текущих целей и методов познания и развития себя. Был разработан проект саморазвития личности «Путь к себе», включающий 22 инструмента саморазвития.

В рамках реализации проекта саморазвития «Путь к себе» были реализованы коуч-сессии, консультации психолога, тренировки по разным видам спорта, наставничество. Осуществлялась поддержка на протяжении всего периода реализации проекта. Всего в реализации проекта приняли участие 60 человек в возрасте от 18 до 40 лет. Полученные результаты обработаны средствами математической статистики.

Выпускная квалификационная работа студентки 5 курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина Ульяновой Алины Александровны на тему «Совершенствование личности человека средствами проекта саморазвития «Путь к себе» является законченным исследованием, соответствует требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка, рекомендуется к защите и заслуживает оценки «отлично».

Руководитель:
доктор педагогических наук,
профессор кафедры ТОФВ



Д.А. Завьялов