

Отзыв

руководителя о работе обучающегося 5 курса
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина,
Шиляева Себастьяна Сергеевича
в период подготовки выпускной квалификационной работы
на тему: «Программа тренировочного процесса легкоатлетов 18-19 лет на основе
индивидуального подхода»

Шиляев Себастьян Сергеевич является студентом 5 курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина. С первого курса зарекомендовал себя ответственным студентом.

Легкая атлетика – олимпийский вид спорта, включающий в себя бег, ходьбу, прыжки и метания. Объединяет следующие дисциплины: беговые виды, спортивную ходьбу, технические виды (прыжки и метания), многоборья, пробеги (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности). Один из основных и наиболее массовых видов спорта.

Легкая атлетика имеет большое прикладное значение, ведь с ее помощью развиваются основные физические качества – выносливость, сила, скорость, гибкость, что широко применяются в повседневной жизни, в частности – в трудовой деятельности. Настоящая работа посвящена составлению программы тренировочного процесса легкоатлетов 18-19 лет на основе индивидуального подхода.

Осуществление педагогических наблюдений за форматом проведения тренировок по легкой атлетике в МБУ ДЮСШ имени Д. Ф. Кудрина г. Зеленогорска спортсменов 18-19 лет имело целью анализ содержания тренировочного процесса по легкой атлетике.

В проведенном Себастьяном Сергеевичем педагогическом эксперименте приняли участие 20 человек 18-19 лет, занимающихся легкой атлетикой. Педагогический эксперимент проходил на базе МБУ ДЮСШ имени Д. Ф. Кудрина. Педагогический эксперимент был направлен на исследование эффективности разработанной программы тренировочного процесса легкоатлетов 18-19 лет на основе индивидуального подхода. Все полученные материалы статистически обработаны и доказана эффективность разработанной программы тренировочного процесса легкоатлетов 18-19 лет на основе индивидуального подхода.

Выпускная квалификационная работа студента 5 курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина Шиляева Себастьяна Сергеевича на тему «Программа тренировочного процесса легкоатлетов 18-19 лет на основе индивидуального подхода» 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 высокой оценки.

Руководитель:

доктор педагогических наук,
профессор кафедры МПСДиНВС



М.Г. Янова