

Рецензия на магистерскую работу на тему «Совершенствование методики физической подготовки волейболисток 14-15 лет на основе развития быстроты» студентки Астратовой Ю.В.

В данной работе рассматриваются теоретические и методические аспекты развития скоростных качеств юных волейболисток 14-15 лет. Эта тема очень актуальна в современном волейболе, т.к. в настоящее время волейбол развивается за счет увеличения скорости. Автор осветил наиболее интересные подходы, выработанные тренерами по развитию данного физического качества. Была рассмотрена методика развития скоростных способностей юных волейболисток в разрезе проявлений качеств:

- быстрота реакции (простая и сложная). Сложная может быть реакция на движущейся объект (мяч, партнеры, соперники) и реакция выбора (когда из нескольких разновидностей технического приёма, нужно выбрать один, наиболее эффективный в данный момент);

- скорость одиночного движения;

- способность к быстрому началу движения (ускорения);

- способность к быстроте перемещений.

Автор диссертации проанализировал большое количество теоретического материала. Уровень исследования достаточно высок как в теоритическом плане, так и в методологическом.

Педагогический эксперимент был реализован в три этапа:

- констатирующий. Было проведено тестирование скоростных качеств спортсменов на начальном этапе;

- формирующий. Проведен цикл занятий в двух группах – экспериментальной и контрольной с применением разных подходов;

- контрольный. Проведено повторное тестирования развития скоростных качеств спортсменов и проведена математико-статистическая обработка полученных данных.

Тема работы раскрыта полностью. Автор достиг поставленных целей и выполнил поставленные задачи в полной мере.

Диссертация оформлена в соответствии с существующими нормами. Все заявленные разделы выделены верно.

Данное исследование может быть рекомендовано для использования в работе тренеров в детско-юношеских школах.

Работа студентки Астратовой Ю.В. на тему «Совершенствование методики физической подготовки волейболисток 14-15 лет на основе развития быстроты» - законченная работа, которая соответствует специальности студента. Работа заслуживает оценки «отлично».

Тренер-преподаватель отделения
волейбола МАУ "СШОР" Юность"



А.В.Куприянов