

РЕЦЕНЗИЯ

на магистерскую диссертацию
магистранта 2 курса Департамента спортивных единоборств
Трофимова Ильи Андреевича
на тему «Совершенствование методов воспитания выносливости
и скоростно-силовых способностей младших школьников,
занимающихся дзюдо»

Современные правила соревнований по борьбе дзюдо запрещают технические действия, связанные с захватами за ноги. В связи с этим дзюдоисты вынуждены пользоваться в основном классическими бросками, а это требует мощных рывково-скоростных движений, которых можно достичь благодаря высокому уровню развития скоростно-силовой подготовленности. В связи с этим проблема физической подготовленности в борьбе дзюдо, в частности, скоростно-силовых качеств, затронутая в работе И.А. Трофимова, является актуальной.

В первой главе магистерской диссертации работы И.А. Трофимов подробно описал современный тренировочный процесс дзюдоистов. Показал способность проводить исследования на основе имеющихся литературных данных по традиционным подходам к тренировочному процессу детей младшего школьного возраста.

Во второй главе подробно описаны методы и организация проведения исследований по выявленным проблемам. Выбранные автором методы исследования в полной мере решают поставленные в диссертационной работе задачи.

В третьей главе описано внедрение в тренировочный процесс дзюдоистов нового метода тренировки, заключающегося во взаимодействии акробатической и технической подготовки, который позволит повысить скоростно-силовые качества и выносливость борцов младшего школьного возраста.

Исследование И.А. Трофимова несет теоретическую и практическую значимость с точки зрения дальнейшего применения его результатов в подготовке младших школьников. Благодаря новым решениям, тренеры по дзюдо и специалисты в сфере физической культуры и спорта смогут разнообразить тренировочный процесс и повысить физические качества и спортивный результат своих воспитанников.

Магистерская диссертация И.А. Трофимова «Совершенствование методов воспитания выносливости и скоростно-силовых способностей младших школьников, занимающихся дзюдо» соответствует необходимым требованиям, предъявленным к магистерским диссертациям, может быть допущена к защите и заслуживает высокой оценки.

Рецензент:
Заслуженный тренер России по дзюдо
Тренер-преподаватель СШОР по дзюдо,
г. Красноярск



А.И. Васильев