

ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу студента 5 курса
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина
Инзам Никиты Дмитриевича «Развитие силовых способностей у подростков
15-16 лет средствами пауэрлифтинга»

Выполненная Инзам Н.Д. выпускная квалификационная работа «Развитие силовых способностей у подростков 15-16 лет средствами пауэрлифтинга», относится к числу актуальных исследований в области развития силовых способностей обучающихся. Развитие силовых качеств положительно сказывается на физической подготовленности обучающихся и овладению более сложными по структуре двигательными действиями. Проявление мышечной силы зависит от многих факторов, в том числе от возрастных и половых особенностей развития организма.

Мышечная сила является основной составляющей в развитии двигательных способностей обучающихся и обеспечивается сложными физиологическими механизмами. Это требует от учителей физической культуры и тренеров знаний физиологических основ проявления мышечной силы для подбора соответствующих средств и методов ее развития. Этому и посвящена выпускная квалификационная работа, в которой автор сделал попытку использовать занятия пауэрлифтингом для развития силовых возможностей обучающихся.

В работе в соответствие с темой логично определены объект, предмет, цель и задачи исследования, что позволило автору выпускной квалификационной работы сформулировать гипотезу исследования и подтвердить ее полученными результатами.

Инзам Н.Д. по теме выпускной квалификационной работы провел необходимый анализ научной и научно-методической литературы, изучил состояние разработанности исследуемой проблемы в вопросах

особенностей развития силовых качеств у обучающихся. По результатам теоретического анализа литературных источников автором работы было установлено, что развитию мышечной силы с использованием упражнений системы пауэрлифтинга уделяется недостаточное внимание. Этот пробел автор ВКР попытался восполнить результатами собственных исследований и ему это, на наш взгляд, удалось.

При анализе литературных источников Инзам Н.Д. проявил самостоятельность и теоретическую подготовленность, что позволило ему основные методические основы выпускной квалификационной работы убедительно подтвердить результатами исследования соответствующих авторов.

При проведении исследования Назим Н.Д. проявил высокую самостоятельность в организации педагогического эксперимента, а также разработке комплекса физических упражнений для развития силовых способностей у обучающихся. При этом автор работы исходил из особенностей индивидуального развития двигательных качеств занимающихся в спортивной секции, что позволило значительно повысить эффективность используемых средств и методов в тренировочном процессе.

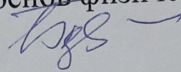
На заключительном этапе опытно-экспериментальной работы было установлено, что в экспериментальной группе по сравнению с контрольной произошли более значимые изменения в развитии мышечной силы, что подтверждает выдвинутую автором гипотезу исследования.

При выполнении выпускной квалификационной работы Инзам Н.Д. показал необходимый уровень психолого-педагогической и методической подготовки, что позволило ему успешно решить поставленные в работе задачи исследования.

Содержание выпускной квалификационной работы дает основание сделать вывод о том, что она является законченным исследовательским трудом, выполненным автором самостоятельно. Работа отвечает

требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам, и имеет практическую значимость.

В связи с этим рекомендую Инзам Н.Д., выполнившего самостоятельно работу «Развитие силовых способностей у подростков 15-16 лет», допустить к защите перед Государственной аттестационной комиссией. Работа заслуживает высокой оценки.

Научный руководитель:
профессор кафедры медико-биологических основ физической культуры
и безопасности жизнедеятельности  Бордуков М.И.

10.06.19 -