

Отзыв

на выпускную квалификационную работу Петрика Александра Андреевича студента 2 курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина на тему «РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МУЖЧИН В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ»

В современном мире проблема совершенствования физической подготовленности мужчин требует новых решений в теории и практике физического воспитания. Актуальность данной проблемы обусловлена неуклонным снижением уровня развития силовых способностей мужчин. Значительная роль, по утверждению ряда исследователей (С.Х. Варзиев, М.Б. Ингерлейб, С.В. Новаковский и других) в практической реализации развития силовых способностей принадлежит фитнесу. Фитнес как средство здоровьесбережения является одним из самых популярных и востребованных видов двигательной активности. Успех фитнес-тренировок как вида здоровьесберегающей деятельности связан с огромным выбором фитнес-программ.

В работе определена цель научного исследования, а также сформулированы гипотеза и задачи научного исследования. Во время учебы в университете А.А. Петрик самостоятельно проводил исследование на базе тренажерного зала и анализировал научно-методическую литературу по проблеме исследования.

В исследовании, проведенном автором, было задействовано необходимое количество испытуемых, что свидетельствует об организаторских способностях автора и его компетентности по данному вопросу. Работа носит экспериментальный характер и выполнена на основании научных исследований, проведенных соискателем, и результатов педагогического эксперимента. В выводах раскрываются основные положения, сформулированные в задачах исследования.

В целом, выпускная квалификационная работа студента 2 курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С.Ярыгина А.А. Петрика является самостоятельным, целостным, законченным исследованием. Работа