

ОТЗЫВ

официального оппонента

на диссертацию **Шпагина Сергея Владимировича** «Содержание и направленность оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста», представленную на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры в Совет Д 212.261.05 по защите докторских и кандидатских диссертаций на базе ФГБОУ ВО «Гамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина».

Актуальность темы исследования и её соответствие отрасли науки.

В современный период общественного развития вопросы старения населения стоят остро практически во всех странах мира. В связи с этим различные организационные структуры находятся в постоянном поиске путей и способов не только удлинения периода активности в пожилом возрасте, но и способности мобильно перестраиваться к стремительно меняющимся общественным запросам. По данным Организации Объединённых Наций в области народонаселения (ЮНФПА), в ближайшие 10 лет в мире число людей старше 60 лет превысит один миллиард, что требует от государств и граждан страны усилия по перестройке общества, чтобы соответствовать реалиям демографии 21-го века.

В соответствии с современными направлениями государственной политики Российской Федерации в отношении к старшему поколению нашей страны, теорией и методикой физического воспитания, оздоровительной физической культуры пожилых людей - важной задачей является использование средств и методов поддержания их физической активности, морально-духовного долголетия, социальной активности и интереса к жизни.

Период жизни людей пожилого возраста чаще всего связан с бытовыми вопросами, социального и личного характера, экономическими и медицинскими проблемами. Инертность, малая двигательная активность приводят к снижению качества жизни. В свою очередь увеличение двигательной активности способствует сохранению и укреплению здоровья, повышению адаптационных возможностей организма, снижению рисков травм и обострения хронических, возрастных заболеваний, улучшению психоэмоционального состояния человека.

Однако в настоящее время методики в области оздоровительной физической культуры для людей пожилого возраста разработаны недостаточно,

что определило актуальность исследования и позволило автору сформулировать гипотезу, поставить цель и определить пути её достижения.

Обозначив проблемы, которые подробно раскрыты диссертантом, изучив нормативную документацию и существующие теоретические, практические способы их решения, специалистами предпринята попытка решения противоречия между современной необходимостью повышения качества жизни женщин пожилого возраста посредством сохранения и повышения уровня их здоровья, с одной стороны, и недостаточной разработанностью программ их оздоровительной физической культуры с индивидуальным учётом состояния здоровья, функциональных возможностей и физического развития организма с другой стороны.

Диссертация Шпагина Сергея Владимировича представляет собой исследование, направленное на научное обоснование комплексной программы оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста, предусматривающей учёт и состояние здоровья, функциональных характеристик и физической подготовленности, что соответствует паспорту специальности – 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации, обеспечивается соблюдением общенаучных и методологических принципов научно-педагогического исследования. Не вызывает сомнений объективность и достоверность положений, выносимых на защиту, которые сочетают в себе новые доказательства эффективности использования видов двигательной деятельности для женщин пожилого возраста с учётом дифференцированного подхода.

Диссертант квалифицированно выявляет и формулирует проблему исследования, определяет объект, предмет, цель и задачи. Всё это позволяет характеризовать научно понятийный аппарат, как продуманный и обоснованный. Работа имеет структурное единство и системность подходов. Теоретическая часть исследования логично взаимосвязана с программой опытно-экспериментальной работы. Структура диссертации определена логикой исследования, поставленным задачам и состоит из введения, четырёх глав, заключения, практических рекомендаций, списка использованной литературы, приложения. Основная часть работы изложена на 144 листах компьютерного текста, эмпирический материал представлен в 17 рисунках, 29 таблицах, что обеспечивает полное и ясное восприятие результатов проведённого исследования. Список использованной литературы содержит 175 наименований литературных источников, 27 их которых на иностранном языке. Приложение

представлено двумя документами: бланком анкеты социологического опроса об отношении женщин пожилого возраста к занятиям оздоровительной физической культурой, к ценностям здорового образа жизни и опросника участников эксперимента по итогам занятий оздоровительной физической культурой.

Наиболее существенными результатами данной научной работы являются итоги педагогического эксперимента. **Обоснованность и достоверность** научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации, обеспечена теоретическим анализом; чёткостью концептуального аппарата; применением адекватных методов исследования; широкой эмпирической базой исследования; продолжительностью экспериментальных исследований и корректной математической обработкой полученных результатов.

К **новым научным фактам**, полученным в диссертационном исследовании Шпагина С.В., относятся: результаты теоретического анализа и обобщения литературы по проблеме оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста; данные об установленных факторах, оказывающих влияние на двигательную активность женщин пожилого возраста; данные об оптимальных возрастных группах женщин пожилого возраста для занятий оздоровительной физической культурой, с учетом здоровья, функционального состояния и физической подготовленности; экспериментальные данные о влиянии авторской программы оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста, предусматривающей учет их состояния здоровья, функциональных характеристик и физической подготовленности на повышение качества их жизни.

Теоретическое значение диссертационного исследования Шпагина С.В. заключается в том, что оно расширяет и углубляет современную теорию и методику оздоровительной физической культуры новыми знаниями: о содержании и направленности комплексной программы оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста; о значении и эффективности применения средств оздоровительной физической культуры в решении задач повышения качества жизни женщин пожилого возраста средствами двигательной активности; о дополнении теоретических положений, раскрывающих возможности определения оптимальных физических нагрузок женщин пожилого возраста, предусматривающих учёт состояния здоровья, функциональных характеристик и физической подготовленности.

Практическая значимость авторской работы обусловлена полученными в исследовании данными и основанными на них практическими рекомендациями, которые имеют прикладное значение и представляют ценный

материал для специалистов в области физической культуры, студентов по укрупнённой группе специальностей «Физическая культура и спорт».

Результаты исследования могут быть использованы в фитнес-центрах и спортивных клубах, специализирующихся в области оздоровительной физической культуры для женщин пожилого возраста.

Кроме того, диссертационное исследование может быть использовано на курсах повышения квалификации и профессиональной переподготовке специалистов в сфере оздоровительной физической культуры.

Личный вклад соискателя заключается в выборе и обосновании темы диссертации, формулировке цели и задач, планировании и осуществлении эксперимента, обработке экспериментальных данных, анализе и обобщении их результатов, проведении педагогического эксперимента, изложении результатов исследования, а также подготовке и публикации 10 научных статей, обобщающих результаты исследования, 4 из которых представлены в рецензируемых журналах ВАК РФ.

Автору удалось провести интересное научное исследование, аргументировать и подтвердить заявленные теоретические предположения в ходе практической апробации авторской методики. Несмотря на общее положительное впечатление от диссертационной работы С.В. Шпагина, следует обратить внимание на следующие её недостатки:

1. Наряду с освещением состояния здоровья, функциональных характеристик и физической подготовленности женщин пожилого возраста, стоило бы представить их психологическую составляющую до и после эксперимента, прирост знаний, навыков здорового образа жизни, изменения жизненных интересов.

2. Отдельные таблицы, представленные в работе (№ 11, 12, 13, 15, 17) не сопровождаются рисунками, что усложняет восприятие результатов педагогического эксперимента.

3. Автору удалось получить много интересных данных по разным аспектам оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста и конкретизация практических рекомендаций на основании этих данных, несомненно, была бы более полезной и востребованной.

4. К таблицам №25, 26, 27 (глава 3.) уместным были бы конспекты занятий или отдельное описание упражнений, комплексов упражнений по применяемым в программе видам двигательной активности.

Следует отметить, что указанные замечания в целом не снижают научную и практическую ценность диссертации. Высказанные замечания носят дискуссионный, уточняющий характер и не снижают общей положительной оценки диссертации С.В. Шпагина.

Закключение. Диссертационная работа Шпагина Сергея Владимировича «Содержание и направленность оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста» является законченной самостоятельной научно-квалификационной работой, в которой содержится решение актуальной задачи связанной с разработкой методики оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста. Объем проведенного исследования, его актуальность, научная новизна, теоретическая и практическая значимость позволяют утверждать, что представленная диссертация «Содержание и направленность оздоровительной физической культуры женщин пожилого возраста» соответствует паспорту специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры и отвечает требованиям п.9 Положения о присуждении учёных степеней, утверждённого постановлением Правительства Российской Федерации от 24.09.2013 г. №842, предъявляемым к диссертациям на соискание учёной степени кандидата наук. В диссертации и основных публикациях автора соблюдены требования, установленные п.10, 11, 13, 14 означенного Положения. Работа полностью соответствует профилю Совета Д 212.261.05, а её автор, Шпагин Сергей Владимирович, заслуживает присуждения искомой учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Официальный оппонент:

заведующий отделения физической культуры ОГАПОУ «Белгородский педагогический колледж», кандидат педагогических наук

Жован Галина Федоровна

10 ноября 2018 г.

Подпись к.п.н., Жован Г.Ф. заверяю. Специалист по кадрам Жован Г.И. Бессергина
Директор Областного государственного автономного профессионального
образовательного учреждения «Белгородский педагогический колледж»



Елена Александровна Попова

Сведения об официальном оппоненте:

Фамилия, имя, отчество: Жован Галина Федоровна

Ученая степень: кандидат педагогических наук

Специальность: 13.00.08 - теория и методика профессионального образования

Место работы: Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Белгородский педагогический колледж»

Должность: заведующий отделением физической культуры

Адрес: 308024, Центральный федеральный округ, город Белгород, ул. Мокроусова, дом 19, кв. 53;

Телефон: +7 980 522 29 82

E-mail: jowan@mail.ru