

**Минобрнауки России**  
**Юго-Западный государственный университет**

Кафедра физического воспитания

**ОТЗЫВ**

руководителя о выпускной квалификационной работе  
дипломная работа

(указать нужное: дипломная работа, дипломный проект)

Студента Габьевой Александры Александровны

(фамилия, имя, отчество)

Группы 61-ФАМ направления подготовки (специальности) \_\_\_\_\_

49.04.01 Физическая культура

На тему: Круговая тренировка как метод развития силовой выносливости у спортсменов, занимающихся грэпплингом

1. Объем работы: количество страниц 173. Графическая часть \_\_\_\_\_ листов.

2. Цель и задачи исследования: Цель исследования – разработка методики развития силовой выносливости у спортсменов старшего школьного возраста, занимающихся грэпплингом с использованием метода круговой тренировки на этапе спортивной специализации.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть содержание процесса физической подготовки в спортивной борьбе.

2. Выявить особенности физического развития в старшем школьном возрасте. Раскрыть сущность круговой тренировки.

3. Разработать методику развития силовой выносливости у спортсменов, занимающихся грэпплингом в старшем школьном возрасте с использованием метода круговой тренировки и определить её эффективность

3. Актуальность, теоретическая, практическая значимость темы исследования:

Актуальность исследования. В схватке на ковре борцам приходится преодолевать активное сопротивление. Без способности длительно вести силовую борьбу нельзя одержать победу, поэтому совершенствование методики развития силовой выносливости является актуальной проблемой.

Теоретическая значимость исследования заключается в научно обоснованной разработке системы развития силовой выносливости у спортсменов, занимающихся грэпплингом в возрасте 16–17 лет с использованием метода круговой тренировки на этапе спортивной специализации.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработана эффективная методика развития силовой выносливости у спортсменов, занимающихся грэпплингом в возрасте 16–17 лет с использованием метода круговой тренировки на этапе спортивной специализации.

4. Соответствие содержания работы заданию (полное или неполное): полное

5. Основные достоинства и недостатки работы: достоинством данной работы является ее практическая значимость для оптимизации процесса подготовки спортсменов, занимающихся грэпплингом

6. Степень самостоятельности и способности к исследовательской работе (умение и навыки искать, обобщать, анализировать материал и делать выводы): Габьева А.А. при подготовке выпускной квалификационной работы находила информацию, обобщала и анализировала материал, делала выводы.

7. Оценка деятельности студента в период выполнения работы (степень добросовестности, работоспособности, ответственности, аккуратности и т.п.):