

ОТЗЫВ

официального оппонента Штода Марины Леонидовны, кандидата педагогических наук, доцента о диссертации Манаковой Ярославой Александровны «Содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста», представленной на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по научной специальности 5.8.4. – Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Актуальность диссертационного исследования, выполненного Манаковой Ярославой Александровной, не вызывает сомнений. Серьезная озабоченность государства вопросами обеспечения качества жизни населения проявляется в постановке задач поддержания оптимального физического и психологического самочувствия граждан, укрепления их здоровья, повышения работоспособности. Теоретики и практики физической культуры, а также государственные деятели признают ключевую значимость двигательной активности, систематических занятий физическими упражнениями как действенного комплексного немедицинского средства решения вышеозначенных задач. Следовательно, проблема определения содержания двигательной активности для организации занятий физической культурой разных категорий граждан является актуальной, а ее решение – социально значимым.

Очевидно, что для разных демографических групп: существуют различные причины, актуализирующие необходимость организации их двигательной активности и определяющие ее целевые ориентиры; объективированы специфические факторы, позитивно и негативно влияющие на возможность организации двигательной активности и ее эффективность; характерны особые жизненные обстоятельства, параметры сложившегося образа жизни, от которых существенно зависит выбор востребованных и применимых средств физической культуры и организационных основ их использования при организации двигательной активности и т.д. Работающие женщины предпенсионного возраста образуют специфический контингент населения, у которого вышеуказанные параметры имеют выраженную

специфику, включая и особенности соматического, физического, социально-психологического состояния.

Вышесказанное подтверждает актуальность, государственную и общественную значимость диссертационного исследования Я.А.Манаковой, в котором поставлена и решена проблема определения эффективного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста. Указанная проблема логично выведена автором из обоснованного противоречия между объективной потребностью в эффективной организации занятий физической культурой с женщинами предпенсионного возраста для поддержания оптимального физического состояния и социально-психологического самочувствия и недостаточностью научных знаний о содержании двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, обеспечивающей реализацию данной потребности. Необходимость ее разрешения обусловила постановку цели исследования - разработать и экспериментально обосновать содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста. Область и маршрут научного поиска в рамках разрешения проблемы грамотно обозначены объектом (двигательная активность женщин второго периода зрелого возраста) и предметом (содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста) исследования. Стратегия исследования очерчена гипотезой, которой соответствует тактическое планирование научной работы, представленное задачами исследования.

Степень обоснованности и достоверности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации, полнота содержания. Анализ диссертации позволяет констатировать необходимый уровень фундаментальности, теоретической и эмпирической обоснованности проведенного исследования. Методологические основы диссертации отражают все значимые для предмета исследования научные подходы, принципы, идеи. Теоретическая база работы охватывает концепции и теории, раскрывающие предметную область в рамках объекта исследования, с учетом предположений,

зафиксированных в выдвинутой гипотезе. Поставленные и решенные задачи задают возможности планомерного достижения цели исследования и проверки выдвинутой гипотезы. Проведенные теоретические, проектировочные, диагностические и экспериментальные исследовательские действия логичны, взаимосвязаны и оправданы поставленными задачами. Методы исследования соответствуют поставленным задачам и обеспечивают их решение.

Содержание диссертационной работы четко и логично структурировано (введение, три главы, заключение, практические рекомендации, библиография, приложения), изложено на 192 страницах, включает 48 таблиц; список литературы состоит из 209 источников (4 – на иностранных языках), в приложения включены четыре наименования, содержащие диагностический и методический инструментарий исследования.

В первой главе диссертации детально раскрыты теоретико-методологические основы моделирования содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, а именно: возрастные особенности женщин предпенсионного возраста (характеристики и взаимосвязи физического состояния и социально-психологического самочувствия), задающие целевые ориентиры для отбора содержания двигательной активности; теоретически доказанные и экспертно-оцененные положения о принципах, методах, формах организации двигательной активности взрослых категорий граждан в сопряжении с выдвинутыми целевыми ориентирами, обобщение которых воплотилось в организационно-педагогических условиях организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста; доказанные в исследованиях предшественников и подтвержденные пилотными экспериментами средства физической культуры, потенциально ресурсные для оптимизации показателей физического состояния и социально-психологического самочувствия работающих женщин предпенсионного возраста, а также педагогические средства и методы, необходимые для обеспечения сознательности,

непрерывности, самостоятельности включения указанного контингента в занятия физической культурой.

Во второй главе перечислены и детально раскрыты методы и организация исследования: описан оценочно-диагностический аппарат работы, охарактеризованы способы определения уровней сформированности отдельных критериальных показателей; раскрыта последовательность выполнения научной работы.

В третьей главе представлено экспериментальное обоснование содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста. В данном контексте раскрыты итоги проведенного констатирующего исследования, позволившие не только зафиксировать исходные эмпирические данные, необходимые для последующего доказательства эффективности разработанного научного продукта, но и обоснованно детализировать, конкретизировать содержание моделируемой двигательной активности женщин, уточнить основы ее эффективной организации. В результате во втором параграфе данной главы системно представлено содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста и модель ее практической организации. Далее указанное содержание на основе разработанной модели было апробировано в экспериментальном режиме, что полноценно охарактеризовано описанием ключевых компонентов модели (организационно-содержательных, методических). Приведены статистически обработанные и содержательно интерпретированные количественные данные итоговой диагностики, однозначно свидетельствующие о действенности выявленного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, эффективности модели его реализации.

Результаты диссертационного исследования Я.А.Манаковой обладают признаками научной новизны, теоретической и практической значимости.

Научная новизна результатов исследования заключается в следующем:

– определены, теоретически обоснованы и экспериментально подтверждены целевые ориентиры и основания отбора содержания

двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, описывающие показатели физического состояния и социально-психологического самочувствия женщин и взаимосвязи между данными показателями;

– раскрыта совокупность организационно-педагогических условий организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, включающая принципы определения режимов двигательной активности, отбора содержания и форм двигательной активности, отвечающие им требования, спектр специальных и общепедагогических методов, подлежащих реализации для обеспечения соответствия деятельности выделенным принципам и требованиям;

– обосновано и описано содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, действенность которого обусловлена его соответствием интересам, потребностям, возможностям занимающихся, что подтверждается полученными эффектами практического применения;

– разработана модель, предназначенная для непосредственной организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста через реализацию отобранного содержания в созданных организационно-педагогических условиях.

Теоретическая значимость результатов исследования заключается в том, что они вносят вклад в теорию и методику физической культуры, поскольку: дополняют данные о целевых ориентирах, факторах и критериальных показателях двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста; расширяют представления о принципах, средствах, методах, формах организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста; обогащают знания в области эффективного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, включая состав средств для организованных и самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что их реализация в практике работы физкультурно-оздоровительных организаций, фитнес-центров позволяет оптимизировать показатели физического состояния и социально-психологического самочувствия работающих женщин предпенсионного возраста. Представленные в диссертации диагностические, содержательные, методические материалы и практические рекомендации позволяют повторить экспериментальный процесс, организовав его на основе авторской модели. Описание порядка отбора содержания и последовательности организации работающих женщин предпенсионного возраста позволяет варьировать данный процесс на практике, сообразно потребностям и возможностям конкретных групп взрослого населения.

Резюмируя, следует отметить: представленные в диссертации материалы диссертации позволяют сделать заключение о целостности проведенного исследования, взаимосвязанности всех его элементов, корректности экспериментальной апробации и обоснованности выдвигаемых положений; осуществленное Я.А.Манаковой исследование является завершенным, выполненным на достаточно высоком научно-теоретическом и эмпирическом уровне, подтвержденным достоверными результатами.

Признавая актуальность исследования, научную новизну, теоретическую и практическую значимость полученных автором результатов, тем не менее укажем на ряд ее недостатков:

1. Требуется более детальная разработка методики проведения занятий.
2. Необходимо использовать больше тестов для оценки функциональной и физической подготовленности.
3. В качестве одной из форм двигательной активности в работе рассматриваются занятия физической культурой, проходящие в режиме дистанционного взаимодействия с тренерами физкультурно-оздоровительного центра, однако основы организации таких занятий раскрыты недостаточно полно.

4. Описание экспериментальной работы было бы более полным и позволило составить более детальное представление о сути данного процесса, если бы в нем содержалась информация о том, как на практике осуществлялась дифференциация и индивидуализация содержания двигательной активности, а также о том, как осуществлялся контроль самостоятельных занятий.

Отметим, что высказанные замечания могут рассматриваться в контексте необходимости уточнения или разъяснения некоторых сторон проведенного исследования; в целом они не снижают значимости проведенного исследования.

По теме исследования автором опубликовано 15 статей, в том числе четыре – в изданиях, рекомендованных ВАК для опубликования результатов диссертационных исследований.

Автореферат достаточно полно отражает содержание диссертации.

Заключение. Исследование Я.А.Манаковой является научно-квалификационной работой, в которой содержится решение задачи научного обоснования действенного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, имеющей значение для развития теории и методики физической культуры в части организации двигательной активности взрослых категорий населения.

Диссертация на тему «Содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста» является самостоятельным научным трудом, обладает внутренним единством, содержит новые научные результаты и положения, что свидетельствует о личном вкладе в науку автора диссертации Я.А.Манаковой. По актуальности, научной новизне, теоретической и практической значимости, уровню теоретического обоснования и экспериментальной апробации результатов исследования диссертация отвечает требованиям, предъявляемым п. 9, 10, 11, 13, 14 «Положения о присуждении ученых степеней» постановления Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 г. №842 (в действующей редакции с изменениями и дополнениями) к диссертациям на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук, а ее автор Манакова Ярослава Александровна заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по научной специальности 5.8.4. – Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.

Официальный оппонент,
кандидат педагогических наук,
доцент



М. Л. Штода

17 мая 2024 г.



Подпись заверено
М. НАЧАЛЬНИКА
ОТДЕЛА АУП и УВП
МИКИРОВА Н.О.
ДАТА

Сведения об официальном оппоненте: Штода Марина Леонидовна, кандидат педагогических наук (13.00.04), доцент, доцент кафедры физического воспитания (№ 15) института общей профессиональной подготовки (15), федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования НИЯУ МИФИ; 115409, г. Москва, Каширское шоссе, д. 31; 8(999)719-04-90; rector@mephi.ru

Выражаю согласие на обработку персональных данных. С публикациями официального оппонента можно ознакомиться по адресу: https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=1134499&pubrole=100&show_refs=1&show_option=0



Подпись заверено
М. НАЧАЛЬНИКА
ОТДЕЛА АУП и УВП
МИКИРОВА Н.О.
ДАТА

