РЕЦЕНЗИЯ

на статью: "ВЫПОЛНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ КООРДИНАЦИОННОЙ И КОНДИЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СОПРЯЖЕННЫМ МЕТОДОМ В ПОДГОТОВКЕ ЛЕГКОАТЛЕТОВ"

(полное название статьи)

§ 1. Шифр специальности:

Статья выполнена по шифру специальности 13.00.04

Статья соответствует шифру специальности 13.00.04

§ 2. Класс статьи: новые технологии, методы.

§ 3. Научная новизна: предложена методика использования упражнений координационной и кондиционной направленности, с применением сопряженного метода в подготовке легкоатлетов, разных специализаций. Использовались упражнения на неустойчивых поверхностях и на «дорожке скорости и координации». Разработана классификация упражнений на нестабильной опоре по структуре движений, способы варьирования нагрузки координационной и силовой направленности, а также – последовательность применения отдельных упражнений. В целях педагогического контроля координационных, силовых и скоростных способностей использовались компьютерная стабилометрия и педагогические тесты

§ 4. Оценка достоверности представленных результатов подтверждается анализом современной научно-методической литературы; знанием автором предмета исследования; применением современных методов исследования, методов подготовки и оценки уровня подготовленности занимающихся.

§ 5. Практическая значимость подтверждена результатами использования предложенной методики на примере выявления достоверное повышения результатов в группе испытуемых-женщин в семи тестах и группе испытуемых-мужчин в трех тестах из девяти. В то же время, в группах женщин и мужчин, тренирующихся по традиционным программам, достоверное повышение установлено в трех и одном тестах соответственно. В экспериментальных группах отмечено также преимущество процесса подготовки в показателях статокинетической устойчивости.

§ 6. Формальная характеристика статьи

Стиль изложения - хороший, не требует правки, сокращения. В работе имеются опечатки.

Таблиц нет.

Рисунков нет.

Выводы отражают содержание статьи.

Использован адекватный современный список литературы

ОБЩЕЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ : Статья актуальна, обладает научной и практической новизной, рекомендуется для печати.