

**Рецензія**  
**на кваліфікаційну роботу магістра**  
**Ситніка Романа Сергійовича**  
Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт  
Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Тема: «Особливості тренувального процесу кікбоксерів на етапі попередньої базової підготовки»

Бойові мистецтва і східні єдиноборства завжди входили і входять до числа тих видів спорту, які цікавлять різні версти населення. В останні роки в Україні дуже активно розвивається такий вид єдиноборств, як кікбоксинг. Він гармонійно поєднує в собі досвід багатьох бойових традицій світу в єдину систему, використовуючи найефективніші прийоми ведення поєдинку. Досягнення високих спортивних результатів в умовах зростання конкуренції у даному виді спорту вимагає постійного вдосконалення як різних сторін підготовки борця, так тренувального процесу в цілому. Саме це і обумовлює актуальність і доцільність проведення досліджень у даному напрямку.

Ситніком Р.С. проведено глибокий аналіз різних джерел інформації щодо проблеми організації навчально-тренувального процесу кікбоксерів. Даний підхід дозволив авторові у повному обсязі реалізувати мету дослідження. Як наслідок, було розроблено та обґрунтовано методику швидкісно-силової підготовки кікбоксерів 14-16 років на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Особливий інтерес викликають експериментальні дослідження, представлені в третьому розділі, які свідчать про ефективність використання розробленої методики, яка дозволяє суттєво підвищити спортивну підготовку юних кікбоксерів. Результати дослідження, узагальнення та обговорення аргументуються математичними методами обробки числових показників вимірювання, підтверджуються таблицями і рисунками, що свідчить про високу якість проведеного дослідження.

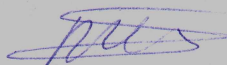
Отримані автором дані дослідження визначені з урахуванням динаміки показників функціонального стану і фізичної підготовленості юнаків 14-16 років, що свідчить про вірний напрямок та вибір засобів тренувального процесу.

До зауважень стосовно наукової роботи можна віднести незначні стилістичні помилки та стисле обговорення результатів досліджень.

Матеріали результатів дослідження можуть бути використані для складання програм спеціальної фізичної підготовки кікбоксерів, організації навчально-тренувального процесу ДЮСШ, ШВСМ та спортивних клубів з кікбоксингу.

Незважаючи на зазначені недоліки, виконана студентом Ситніком Р.С. робота задовольняє вимогам, що пред'являються до робіт такого рівня. Рекомендована оцінка – «добре».

к.фіз.вих., доцент



В.В. Ворона

СДПУ імені А.С. Макаренка, доцент кафедри ТМС