

## РЕЦЕНЗІЯ

на кваліфікаційну магістерську роботу

Дульського Романа Олексійовича

на тему:

**«Легка атлетика як засіб покращення здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості підлітків»**

Актуальність теми кваліфікаційної роботи і доцільність її розробки не викликають сумніву. Здоров'я дітей та підлітків було і залишається пріоритетом державної політики, суспільства, навчальних закладів, сім'ї та самої дитини. Про це йдеться в державних документах України, у працях видатних учених, педагогів, психологів, лікарів, філософів, соціологів, фахівців з фізичної культури і спорту, громадських діячів різних епох.

Аналіз науково-методичної літератури та державних документів країни дозволяє стверджувати, що вирішення цієї проблеми полягає, насамперед, у підтримці та покращенні здоров'я підлітків, оскільки вони вже усвідомлюють свого здоров'я та здоров'я інших.

Легка атлетика займає одне з провідних місць з точки зору здоров'я, фізичного розвитку та фізичного вдосконалення учнів загальної середньої освіти. Бігові вправи, стрибки та метання сприяють розвитку всієї м'язової системи, дихальних шляхів, системи кровообігу та посилюють обмін речовин в організмі. Легка атлетика розвиває силу, спритність, витривалість, швидкість, гнучкість, сприяє вихованню сміливості, рішучості, впевненості в собі, комунікабельності та відповідальності.

Під час виконання кваліфікаційної роботи, автором проблему вирішено в повному обсязі. Були вирішені наступні аспекти проблеми:

–проведено аналіз науково-методичної літератури з мотивації, фізичного здоров'я та фізичної підготовленості підлітків; проведено опитування з метою виявлення основних мотивів, що спонукають підлітків до занять легкою атлетикою; визначено рівень фізичного здоров'я підлітків за методикою Г.Л. Апанасенко; розроблено методику для покращення фізичного здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості підлітків,

які займаються легкою атлетикою у шкільній спортивній секції;

Результати наукових досліджень представлені на XXXIV Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми та перспективи розвитку сучасної науки в країнах Європи та Азії». – Переяслав, 2021 р. та на XXI Міжнародній науково-практичній конференції молодих учених «Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення». – Суми, 2021 р.

Позитивними рисами кваліфікаційної магістерської роботи є те, що зміст роботи викладений на достатньому теоретичному рівні, має практичні значення, достатньо глибоко в логічній послідовності викладенні питання фізичного здоров'я та фізичної підготовленості підлітків 11-12 років, які займаються легкою атлетикою у шкільній спортивній секції.

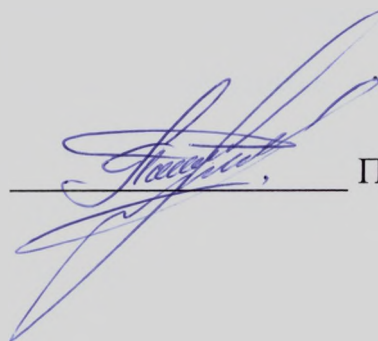
За результатами виконаної роботи були зроблені висновки та рекомендації. Одержані результати досліджень розширюють уявлення про можливість використання різних засобів, методів та форм легкої атлетики для покращення фізичного здоров'я і підвищення рівня фізичної підготовленості підлітків.

Результати дослідження можуть бути використані в практиці фізичного виховання учнів закладів загальної середньої освіти, а також у позакласній спортивній та оздоровчій роботі, при підготовці майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту та для підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури і тренерів з видів спорту.

В цілому кваліфікаційна робота відповідає вимогам кваліфікаційного рівня магістра та заслуговує позитивної оцінки.

**Рецензент:**

д. пед. н., професор,  
професор кафедри ТМФК Сум ДПУ  
імені А. С. Макаренка



Петро РИБАЛКО