

## Сведения о результатах публичной защиты

1. Овсянникова Марина Андреевна
2. Тема: «Методика использования видов оздоровительной гимнастики в процессе физического воспитания студенток»;
3. Шифр специальности - 13.00.04 «теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры».
4. Отрасль науки - Педагогические науки
5. Решение диссертационного совета Д 311.007.01:  
на основании итогов тайного голосования: «за» - 13, «против» - 1,  
«недействительных бюллетеней» - 1, присудить учёную степень  
кандидата педагогических наук Овсянниковой Марине Андреевне
6. Члены диссертационного совета, присутствующие на защите:

1. **СЕЙРАНОВ Сергей Германович**
2. **ТАМБОВСКИЙ Анатолий Николаевич**
3. **БИНДУСОВ Евгений Евгеньевич**
4. **АЛИЕВ Эмиль Гуметович**
5. **БИРЮКОВ Анатолий Андреевич**
6. **ДУНАЕВ Константин Степанович**
7. **ЗАЙЦЕВ Александр Анатольевич**
8. **ЛЫСОВ Павел Константинович**
9. **НАЧИНСКАЯ Светлана Васильевна**
10. **ПОЧИНКИН Александр Владимирович**
11. **СЯЧИН Владимир Дмитриевич**
12. **ТИХОМИРОВ Александр Константинович**
13. **ФОМИН Юрий Алексеевич**
14. **ФОМИЧЕНКО Татьяна Германовна**
15. **ЧЕШОКОВ Николай Николаевич**

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА**

Д. 311.007.01 на базе ФГБОУ ВПО «Московская государственная академия физической культуры» Министерства спорта Российской Федерации по диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

аттестационное дело № \_\_\_\_\_

решение диссертационного совета от 26 ноября 2015 года, протокол № 114  
о присуждении **Овсянниковой Марине Андреевне**, гражданке РФ,  
**ученой степени кандидата педагогических наук**

Диссертация «Методика использования видов оздоровительной гимнастики в процессе физического воспитания студенток» по специальности 13.00.04 – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» принята к защите 10 сентября, протокол № 107 диссертационным советом Д.311.007.01 на базе ФГБОУ ВПО «Московская государственная академия физической культуры» Министерства спорта Российской Федерации (140032, Московская обл., Люберецкий р-н, пос. Малаховка, ул. Шоссейная, д.33).

Совет утвержден Приказом ВАК Минобразования РФ № 930-дс от 16 ноября 2007 года.

Соискатель Овсянникова Марина Андреевна, 1982 года рождения. В 2004 году окончила ФГБОУ ВПО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта».

Диссертация выполнена на кафедре теории и методики гимнастики ФГБОУ ВПО «Московская государственная академия физической культуры» Министерства спорта РФ.

Научный руководитель – кандидат педагогических наук, профессор Биндусов Евгений Евгеньевич, заведующий кафедрой теории и методики гимнастики ФГБОУ ВПО «Московская государственная академия физической культуры».

Официальные оппоненты: Румба Ольга Геннадьевна, гражданка РФ, доктор педагогических наук, доцент кафедры теории и организации служебно – прикладной физической подготовки, физической культуры и спорта ФГКВООУ ВО «Военный институт физической культуры»; Сайкина Елена Гавриловна, гражданка РФ, доктор педагогических наук, профессор кафедры гимнастики ФГБОУ ВПО «Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена» дали положительные отзывы на диссертацию.

Ведущая организация: ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» г. Краснодар, - в своем положительном заключении, подписанном Пилюком Николаем Николаевичем, доктором педагогических наук, профессором, заведующим кафедрой теории и методики гимнастики, указала, что диссертация является завершённой научной квалификационной работой, выполненной автором самостоятельно и на высоком уровне, отвечает требованиям п.9 Положения о порядке присуждения ученых степеней ВАК Минобрнауки РФ (утверждено Постановлением Правительства РФ от 24.09.2013г. №842), предъявляемым к кандидатским диссертациям, а автор работы заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры».

Соискатель имеет 7 опубликованных работ по теме диссертации, в том числе 3 статьи в рецензируемых научных изданиях (общ. об. – 22 с., авт.вклад – 16 с.). Наиболее значимые научные труды по теме диссертации:

**1. Биндусов, Е.Е. Показатель уровня постоянного потенциала головного мозга как характеристика эффективности воздействия на организм различных средств гимнастики /Е.Е.Биндусов, Е.А.Котова, М.А.Овсянникова, И.С.Баскаков // Теория и практика физической культуры. – М: 2011. - №11. – С.28-31.**

**2. Овсянникова, М.А. Оценка эффективности занятий физическим воспитанием в вузе по степени воздействия на центральную нервную систему студенток /М.А.Овсянникова, Е.Е.Биндусов // Теория и практика физической культуры. – М: 2013. - №1. – С. 21 – 22.**

**3. Овсянникова, М.А. К вопросу о повышении эффективности занятий физической культурой в вузах /М.А.Овсянникова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – СПб: 2014. - № 12 (118). – С. 159 – 163.**

На автореферат поступили отзывы: от д.п.н., профессора, заведующего кафедрой теории и методики гимнастики ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры» В.В. Анциперова; д.п.н.,

профессора, заведующего кафедрой теории и методики гимнастики ФГБОУ ВПО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта» Р.Н. Терехиной; д.п.н., профессора кафедры физического воспитания и спорта ФГБОУ ВПО «Омский государственный университет путей сообщения» О.Л. Трещевой; к.б.н., профессора кафедры теории и методики гимнастики ФГБОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» Т.С. Лисицкой. Все отзывы положительные. Критических замечаний нет.

В отзывах отмечены актуальность, теоретическая и практическая значимость результатов исследования.

Выбор официальных оппонентов и ведущей организации обосновывается на широкой известности этих специалистов в области оздоровительной гимнастики, наличием трудов в журналах, рецензируемых в ВАК, за последние пять лет, монографий и глав в учебниках для физического воспитания в вузе.

Диссертационный совет отмечает, что на основании выполненных соискателем исследований:

**разработана** экспериментальная методика комплексного использования оздоровительных видов гимнастики, существенно улучшающая уровень физической подготовленности, функциональное состояние и физиологические параметры ЦНС студенток.

**предложены:**

- комплексное использование различных видов оздоровительной гимнастики с учетом их влияния на ЦНС в процессе физического воспитания студенток существенно увеличит показатели их физической подготовленности и функционального состояния;
- нетрадиционный подход к подбору видов оздоровительной гимнастики и их компоновке в процессе физического воспитания студенток, основанный на особенностях реагирования ЦНС занимающихся.

**Доказано, что:**

- применение различных видов оздоровительной гимнастики по-разному влияют на физиологические параметры ЦНС студенток, причем наименее благоприятное воздействие оказывает стандартный вариант построения процесса физического воспитания в вузе;

- эффективными видами оздоровительной гимнастики в процессе физического воспитания студенток являются классическая аэробика и упражнения с гантелями, танцевальная латин-аэробика и упражнения на фитболе, хатха-йога и гимнастика тибетских монахов;

- занятия наиболее действенными видами оздоровительной гимнастики в течение 1 учебного года приводят к значительному повышению уровня физической подготовленности, функционального состояния;

- занятия по экспериментальной методике комплексного использования оздоровительных видов гимнастики существенно улучшают уровень физической подготовленности, функциональное состояние и оказывают положительное воздействие на физиологические параметры ЦНС студенток.

**Теоретическая значимость исследования обоснована тем, что доказаны** положения, расширяющие представления теории и практики физического воспитания учащихся высшей школы, уточняющие эффективные методики повышения физической подготовленности студенток.

**Применительно к проблеме диссертации результативно использован** комплекс существующих методов, адекватных цели и задачам исследований, общепринятых в практике физической культуры и науки: тестирование физической подготовленности и функционального состояния, методы математической статистики, а также современный физиологический метод - нейроэнергокартирование.

**изложены факты:**

- о том, что наиболее востребованными видами оздоровительной гимнастики в физическом воспитании студенток являются: классическая, танцевальная и степ-аэробика с использованием силовых упражнений, калланетика, упражнения системы Пилатес и хатха - йога.;

- подтверждающие, что исследования физиологических показателей ЦНС говорят о неадекватности физической нагрузки, получаемой студентками на занятии по физическому воспитанию, при использовании стандартной программы;

- отражающие, что наиболее выраженное благоприятное воздействие на физиологические параметры ЦНС студенток оказывают занятия классической аэробикой и упражнения с гантелями; занятия хатха-йогой и гимнастикой тибетских монахов приводят к длительному стабилизирующему состоянию; занятия танцевальной латин-аэробикой и упражнениями на фитболе оказывают наименьший эффект на динамику уровня постоянных потенциалов головного мозга девушек;

- о том, что в группах, занимающихся латин-аэробикой и упражнениями с фитболом, а также классической аэробикой и упражнениями с гантелями, отмечены достоверно лучшие показатели координационной подготовленности по отношению к группе, занимающейся йогой и гимнастикой тибетских монахов ( $p < 0,05$ ). Кроме того, студентки, занимающиеся латин - аэробикой с фитболом достоверно превосходят остальных в индексе Руфье - Диксона ( $p < 0,05$ ), что говорит об увеличении общей физической работоспособности;

- эффективности занятий по предложенной экспериментальной методике, оказывающей более благоприятное воздействие на физическую подготовленность студенток по сравнению со стандартной программой для вузов, особенно на скоростно-силовые, координационные способности и гибкость девушек ( $p < 0,05$ ).

- о том, что использование отдельных видов оздоровительной гимнастики в программе физического воспитания студенток в вузе по апробированной методике, обеспечивают более благоприятное, по сравнению с существующей программой физического воспитания, воздействие на физиологические параметры ЦНС студенток как в монополярном, так и в биполярном отведении ( $p < 0,05$ )

**изучены:**

- реакция ЦНС на физическую нагрузку, получаемую студентками, занимающимися эффективными видами оздоровительной гимнастики и по стандартной программе для вузов;

- воздействие на физическую подготовленность, функциональное состояние и физиологические показатели ЦНС студенток занятий по экспериментальной методике, построенной на поэтапной направленности наиболее эффективных видов гимнастики.

**Значение полученных соискателем результатов исследования для практики подтверждается тем, что разработана и внедрена методика комплексного использования видов оздоровительных гимнастики в процесс физического воспитания студенток ФГБОУ ВПО «Московский государственный университет путей сообщения», а также в учебный процесс подготовки бакалавров по направлению 034300 «Физическая культура», профиля «Физкультурно-оздоровительные технологии» ФГБОУ ВПО «Московская государственная академия физической культуры».**

**представлены** практические рекомендации по особенностям использования средств оздоровительных видов гимнастики в процессе физического воспитания студенток, их предпочтительному чередованию в учебном году, содержанию в различных частях занятия, выбору музыкального сопровождения, дозированию нагрузки.

**Оценка достоверности результатов исследования выявила:**

**результаты** получены при соблюдении методических требований проведения тестирования физической подготовленности и функционального состояния, а также регистрации биопотенциалов головного мозга на сертифицированном нейроэнергокартографе «АМЕА» (Россия).

**идея базируется** на популярности и востребованности оздоровительных видов гимнастики у студенток.

**использованы** современные методики сбора и обработки информации: педагогическое наблюдение, педагогическое тестирование, нейроэнергокартирование, методы математической статистики.

**Личный вклад соискателя** состоит в непосредственном участии на всех этапах исследования: в педагогическом наблюдении, получении фактических данных, разработке экспериментальной методики, статистической обработке и интерпретации данных, критическом анализе результатов, подготовке публикаций по выполненной работе, оформлении текста рукописи.

На заседании 26 ноября 2015 года диссертационный совет принял решение присудить Овсянниковой Марине Андреевне ученую степень кандидата педагогических наук.

При проведении тайного голосования диссертационный совет в количестве 15 человек, из них 6 докторов наук по профилю защищаемой диссертации, участвующих в заседании, из 19 человек, входящих в состав совета, проголосовали: за - 13, против - 1, недействительных бюллетеней - 1.

Председатель

диссертационного совета

С.Г. Сейранов

Ученый секретарь

диссертационного совета

Е.Е. Биндусов