

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА 38.2.004.01,
СОЗДАННОГО НА БАЗЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ «КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА», МИНИСТЕРСТВО
СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ПО ДИССЕРТАЦИИ НА
СОИСКАНИЕ УЧЕНОЙ СТЕПЕНИ КАНДИДАТА НАУК

аттестационное дело № _____
решение диссертационного совета от 20 июня 2024 г. № 01

О присуждении Манаковой Ярославе Александровне, гражданке Российской Федерации, ученой степени кандидата педагогических наук.

Диссертация «Содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста» по специальности 5.8.4. «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка» принята к защите 03 апреля 2024 года (протокол заседания № 01) диссертационным советом 38.2.004.01, созданным на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Министерство спорта Российской Федерации, 350015, г. Краснодар, ул. им. Буденного, д. 161, приказ №1885/нк от 05 октября 2023 года.

Соискатель – Манакова Ярослава Александровна, «06» июля 1994 года рождения.

В 2018 году соискатель окончила Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура с присвоением квалификации «магистр».

В 2021 году освоила программу подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» по

направлению подготовки 49.06.01 Физическая культура и спорт с присвоением квалификации «Исследователь. Преподаватель-исследователь».

Работает старшим преподавателем кафедры физкультурно-оздоровительных технологий в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Министерство спорта Российской Федерации.

Диссертация выполнена на кафедре физкультурно-оздоровительных технологий Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Министерство спорта Российской Федерации.

Научный руководитель – доктор педагогических наук Хазова Снежана Александровна, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет», кафедра общей и социальной педагогики, профессор.

Официальные оппоненты:

Грец Ирина Антоновна, доктор педагогических наук, профессор, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Смоленский государственный университет спорта», кафедра теории и методики физической культуры, заведующая;

Штода Марина Леонидовна, кандидат педагогических наук, доцент, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ», кафедра физического воспитания института общей профессиональной подготовки, доцент
дали положительные отзывы на диссертацию.

Ведущая организация – Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»,

город Казань, в своем положительном отзыве, подписанном Мугаллимовой Надеждой Николаевной, кандидатом педагогических наук, доцентом, кафедра теории и методики физической культуры и спорта, заведующая, указала, что диссертационное исследование является самостоятельной завершенной научно-квалификационной работой, содержащей решение актуальной научной проблемы, связанной с определением эффективного содержания двигательной активности женщин предпенсионного возраста и моделированием процесса его реализации; полученные результаты обладают ценностью для дальнейшего развития научных знаний в сфере теории и методики физической культуры по вопросам содержания и направленности двигательной активности взрослого населения. Отмечено, что диссертация написана автором самостоятельно, обладает внутренним единством, содержит новые научные результаты и положения, выдвигаемые для публичной защиты, что свидетельствует о личном вкладе автора диссертации в науку. По своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне диссертация соответствует области исследования паспорта научной специальности 5.8.4. «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка», а также требованиям п.9, п.10, п.11, п.13, п.14 Положения о присуждении ученых степеней (утверждено Постановлением Правительства РФ от 24 сентября 2013 г. №842, в действующей редакции с изменениями и дополнениями), предъявляемым к кандидатским диссертациям, а ее автор заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по научной специальности 5.8.4. «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)».

Соискатель имеет 18 опубликованных работ, в том числе по теме диссертации опубликовано 18 работ, из них в рецензируемых научных изданиях опубликовано 4 работы. В публикациях в полной мере отражены результаты диссертационного исследования, приведены различные аспекты

отбора, комплектования и реализации содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста.

Наиболее значимыми являются:

1. Манакова, Я.А. (Никитина Я.А.) Организация физической рекреации людей пожилого возраста как направление геронтообразования / О.А. Мосина, Н.Э. Платова, Я.А. Никитина // Физическая культура, спорт - наука и практика. 2019. № 2. С. 79-84. (авт. – 33%).

В статье определены направления и содержание физкультурно-рекреационной деятельности людей пожилого возраста. Выявлены представления об эффективном для людей пожилого возраста содержании физкультурно-рекреационной деятельности, специфики мотивации данного контингента к двигательной активности.

2. Манакова, Я.А. (Никитина Я.А.) Влияние занятий силовой направленности на физическую подготовленность и функциональное состояние женщин второго зрелого возраста / О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова, Я.А. Никитина, П.В. Гордиенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 4 (170). С. 336-339. (авт. – 25%).

В статье рассмотрено применение средств физической культуры для оздоровления женщин второго зрелого возраста при выполнении специального двигательного режима, в основе которого лежат строго дифференцированные силовые нагрузки. Результаты оказывают положительное влияние на физическую подготовленность и функциональное состояние женщин второго зрелого возраста.

3. Манакова, Я.А. Потенциал фитнес-технологий в укреплении психологического здоровья женщин предпенсионного возраста / С.А. Хазова, Я.А. Манакова, А.С. Дыльбо // Вестник Адыгейского государственного университета, Серия 3: Педагогика и психология. 2021. № 1 (273). С. 82-88. (авт. – 37%).

В статье раскрыты возможности использования различных фитнес-технологий при организации занятий физической культурой с женщинами

предпенсионного возраста. Уточнена сущность психологического здоровья человека и факторы его формирования, теоретически определены ресурсы фитнес-технологий в профилактике ухудшения психологического здоровья женщин, эмпирически выявлено актуальное состояние психического здоровья женщин предпенсионного возраста и их интересы в области содержания двигательной деятельности.

4. Манакова, Я.А. Содержание и результаты реализации модели организации двигательной активности женщин предпенсионного возраста / Я.А. Манакова // Вестник Адыгейского государственного университета, Серия 3: Педагогика и психология. 2023. № 4. С. 91-96. (авт. – 100%).

В статье раскрыты основания организации двигательной активности, представлен состав эффективных средств физической культуры для организации двигательной активности женщин предпенсионного возраста. Описаны организационные и содержательные характеристики процесса экспериментальной апробации модели, приведены эмпирические данные, свидетельствующие о ее эффективности.

В диссертации и автореферате отсутствуют недостоверные сведения об опубликованных Я.А. Манаковой работах.

На диссертацию и автореферат поступили отзывы: от Магомедова Р.Р. – доктора педагогических наук, профессора, заведующего кафедрой физического воспитания и адаптивной физической культуры Государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Ставропольский государственный педагогический институт»; Пономарева В.В. – доктора педагогических наук, профессора, профессора кафедры теории и методики спортивных дисциплин института физической культуры, спорта и туризма Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Сибирский федеральный университет»; Леонтьевой М.С. – доктора педагогических наук, доцента, проректора Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы «Московский

государственный университет спорта и туризма»; Бегидовой С.Н. – доктора педагогических наук, профессора, профессора кафедры теоретических основ физического воспитания Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Адыгейский государственный университет»; Платовой Н.Э. – кандидата педагогических наук, доцента кафедры управления, информационных технологий и гуманитарных дисциплин Частного образовательного учреждения высшего образования «Владикавказский институт управления»; Пановой О.Б. – доктора педагогических наук, доцента, профессора кафедры юридической психологии и педагогики Федерального казенного образовательного учреждения высшего образования «Вологодский институт права и экономики Федеральной службы исполнения наказаний», все отзывы положительные.

В отзывах содержатся следующие вопросы и критические замечания:

- в отзыве Магомедова Р.Р.: «Не вполне удобной для восприятия является представленная в таблице 1 нумерация групп организационно-педагогических условий. Если уж условия составляют иерархическую систему, следовало бы предварительно указать название каждого иерархического уровня»;

- в отзыве Леонтьевой М.С.: «В таблицах 3 и 4, где представлены числовые материалы, подтверждающие состоятельность проведенной работы, не указаны величины статистического критерия (Стьюдента), что затрудняет мобильную проверку утверждений автора относительно наличия / отсутствия достоверных различий между экспериментальной и контрольной группами»;

- в отзыве Бегидовой С.Н.: 1. «Каким образом формировались контрольная и экспериментальная группы? Респонденты контрольной группы были включены в занятия физической культурой?». 2. «В проективном блоке модели есть такое понятие как «условие рациональной организации». По тексту автореферата не понятно, как осуществлялась рациональная организация двигательной активности занимающихся?». 3.

«Автор указывает, что периодичность организованных занятий составляла три раза в неделю, длительность одного занятия – 60 минут. Возникает естественный вопрос: а как при такой организации и достаточной длительности осуществлялся контроль нагрузок и их дифференцирование?»;

- в отзыве Пономарева В.В.: 1. «В автореферате соискателем недостаточно четко показана программа коррекции двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста». 2. «Соискатель предлагает слишком большой объём разнообразных средств поддержания двигательной активности»; 3. «Требует уточнения цель исследования, что же в работе разрабатывается?»;

- в отзыве Платовой Н.Э.: «На наш взгляд, в графическом изображении разработанной модели, иллюстрирующей систему деятельности по реализации обоснованного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, не показаны прямые и обратные связи между структурными компонентами модели. Представляется, что этих связей больше, чем указанные линейные переходы от компонента к компоненту».

Выбор официальных оппонентов и ведущей организации обосновывается их известностью своими достижениями в данной отрасли науки, наличием публикаций в соответствующей сфере исследований и способностью определить научную и практическую ценность диссертации.

Диссертационный совет отмечает, что на основании выполненных соискателем исследований:

разработана новая научная идея о том, что содержание двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста должно конструироваться с учетом возрастных особенностей (неоптимальность показателей социально-психологического самочувствия и физического состояния; существенная зависимость социально-психологического самочувствия от физического состояния, а также от характера межличностных взаимоотношений, возможностей творческой

самореализации и профессиональной стабильности; значимость оптимального режима труда и отдыха для оптимизации социально-психологического самочувствия и физического состояния) и обеспечивать положительную динамику физического состояния и социально-психологического самочувствия, что обогащает научные концепции содержания, направленности, методов, методик и технологий двигательной активности взрослого населения;

предложены оригинальные суждения о составе организационно-педагогических условий организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, представленных: методологическими принципами отбора содержания и организации занятий физической культурой (сознательности и активности; эмоциональной позитивности; оздоровительной направленности; непрерывности занятий; сочетания прямых и опосредованных воздействий; соответствие образу жизни, индивидуальным интересам, потребностям и возможностям занимающихся); требованиями к организации и содержанию занятий физической культурой, следование которым обеспечивает соблюдение методологических принципов (стимулирование сознательности, активности, ответственности занимающихся; широкий состав и разнообразие средств физической культуры направленного и сопряженного воздействия; индивидуально-дифференцированная рационализация режимов двигательной активности; непрерывная координация деятельности); способами непосредственной организации двигательной активности, правилами поддержания коммуникативного взаимодействия между занимающимися и специалистами в области физической культуры;

доказана перспективность использования разработанной модели, обеспечивающей реализацию содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста в специально созданных организационно-педагогических условиях, раскрывающей порядок отбора средств физической культуры и форм организации двигательной активности

в соответствии с показателями социально-психологического самочувствия, физического состояния, образа жизни занимающихся, а также организационные основы эффективной реализации этих средств;

введена новая трактовка понятия «содержание двигательной активности», представленного как совокупность основных и вспомогательных элементов, в котором основные элементы включают взаимосвязанные средства физической культуры (системы фитнеса различных направлений, программы психорегулирующей направленности, формы физической рекреации, оздоровительное плавание и пр.), формы занятий физической культурой (организованные и самостоятельные занятия), организационные циклы занятий и режимы двигательной активности; вспомогательные элементы включают общепедагогические средства и методы (лекции, беседы, консультации и др. мероприятия просветительско-стимулирующего и организационного характера), обеспечивающие улучшение показателей физического состояния и социально-психологического самочувствия, оптимизацию влияния на них субъективных внешних факторов.

Теоретическая значимость исследования обоснована тем, что:

доказаны положения о содержании двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста и основах ее организации, вносящие вклад в расширение представлений об изучаемом явлении, раскрывающие характерные для данной социально-демографической группы показатели физического состояния, социально-психологического самочувствия и факторы их оптимизации как основания для конструирования содержания двигательной активности; состав средств физической культуры и общепедагогических средств и методов в качестве элементов основного и вспомогательного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста;

применительно к проблематике диссертации результативно использован комплекс базовых методов исследования: теоретических (анализ научно-методической литературы, обобщение и конкретизация теоретических

данных, раскрывающих различные аспекты включения взрослого населения в систематические занятия физической культурой; сравнительно-сопоставительный анализ, обобщение опыта организации двигательной активности представителей разных демографических групп, моделирование содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, условий и процесса реализации этого содержания); эмпирических (педагогическое и психологическое тестирование, анкетирование, измерение и сравнение диагностических данных, констатирующий и формирующий эксперименты); методов математической статистики (сравнение диагностических данных с использованием t-критерия Стьюдента и критерия χ^2 – углового преобразования Фишера);

изложены организационно-педагогические условия организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста в совокупности общепедагогических и специальных принципов постановки задач и определения режимов двигательной активности женщин, отбора ее содержания; средств и методов организации занятий физическими упражнениями; правил постановки задач, определения режимов, отбора содержания и форм двигательной активности женщин, поддержания коммуникативного взаимодействия между занимающимися и специалистами в реальном и виртуальном форматах;

раскрыто противоречие 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, что обеспечивает реализацию данной потребности;

изучена динамика улучшения физического состояния и социально-психологического самочувствия работающих женщин предпенсионного возраста как эффекта реализации выявленного содержания двигательной

активности в специально созданных организационно-педагогических условиях в рамках действия предложенной модели организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста; **проведена модернизация** содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста путем включения в его состав специальных средств физической культуры, отобранных по основанию возможности непосредственно и опосредованно, направленно и сопряженно воздействовать на показатели физического состояния и социально-психологического самочувствия.

Значение полученных соискателем результатов исследования для практики подтверждается тем, что:

разработаны и внедрены в практику работы физкультурно-оздоровительного центра «Минеральные Воды»: комплекс специальных и общепедагогических средств, составляющих основу содержания и организации двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, дифференцированных по характеру воздействий (направленного и сопряженного – на разные показатели физического состояния и социально-психологического самочувствия, прямого и опосредованного – на социально-психологическое самочувствие); недельные планы-графики организованных и самостоятельных занятий физической культурой, матрицы выбора средств физической культуры для использования в организованных и самостоятельных формах двигательной активности с указанием наиболее эффективных для решения конкретных задач; критериально-диагностический инструментарий, включающий в себя комплекс педагогических и психологических тестов, позволяющих оценивать показатели физического состояния и социально-психологического самочувствия;

определены перспективы практического использования предложенного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста;

создана модель реализации содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, которая отражает логику и динамику исследуемого процесса, построена на знаниях о возможности создания выявленных организационно-педагогических условий и эффективном воплощении разработанного содержания двигательной активности и включает компоненты: проективный (цель и задачи двигательной активности женщин предпенсионного возраста), содержательно-инструментальный (состав специфических и общепедагогических средств позитивного влияния на социально-психологическое самочувствие и физическое состояние занимающихся), организационно-методический (формы организации, методы просвещения и стимулирования организованной и самостоятельной двигательной активности; режимы занятий физическими упражнениями, способы установления и поддержания обратных связей; организационные циклы занятий), процессуальный (этапы организации двигательной активности, алгоритм индивидуализации-дифференциации содержания и последовательности занятий), контрольно-учетный (критерии и уровни социально-психологического самочувствия и физического состояния, обуславливающих их факторов; методы их диагностики);

представлены практические рекомендации для работников физкультурно-оздоровительных центров, а также для самих занимающихся, выполнение которых обеспечивает эффективность двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, которая проявляется в улучшении показателей физического состояния и социально-психологического самочувствия.

Оценка достоверности результатов исследования выявила:

для экспериментальной части работы показана воспроизводимость результатов исследования, полученных в процессе формирующего эксперимента (длительностью два года) с использованием научных методов, соответствующих поставленным задачам, на репрезентативной выборке с

достаточным объемом испытуемых (экспериментальная группа – 50 человек, контрольная группа – 50 человек) и с корректной математико-статистической обработкой экспериментальных данных (с использованием t-критерия Стьюдента и критерия ϕ^* – углового преобразования Фишера);

теория отбора и реализации содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста построена на известных, проверяемых данных о целях и задачах, принципах и условиях, содержании и организации двигательной активности взрослого населения, включая женщин разных возрастов; согласуется с опубликованными экспериментальными данными по теме диссертации, а также с данными социологической и психологической науки в аспекте факторов и условий оптимизации социально-психологического самочувствия;

идея базируется на анализе теории и практики отбора и реализации содержания двигательной активности взрослых категорий населения, научной информации об основах организации занятий физическими упражнениями для граждан старших возрастов в условиях физкультурно-оздоровительных центров и в формате самостоятельных занятий;

использованы результаты сравнения авторских данных о динамике и векторах изменения физического состояния и социально-психологического самочувствия работающих женщин предпенсионного возраста в условиях реализации выделенного содержания двигательной активности и данных, полученных ранее, по тематике диссертации;

установлено качественное совпадение авторских результатов с результатами, представленными в независимых источниках по тематике организации двигательной активности взрослого населения, в том числе женщин старшего возраста;

использованы современные методики сбора и обработки исходной информации, соответствующие поставленным задачам и этапам исследования: теоретические (анализ и синтез, обобщение и конкретизация, систематизация и моделирование, метод идеализации, моделирование),

эмпирические (педагогическое и психологическое тестирование, анкетирование, констатирующий и формирующий эксперименты); обеспечена репрезентативность выборочной совокупности (в эмпирической части исследования приняли участие в общей сложности 300 работающих женщин предпенсионного возраста, из числа которых 100 участвовали в формирующем эксперименте в составе экспериментальной или контрольной групп), и осуществлен достаточный объем наблюдений и измерений.

Личный вклад соискателя состоит в: участии на всех этапах теоретического и эмпирического исследования, определении теоретико-методологических положений относительно содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста, обосновании организационно-педагогических условий её организации; разработке модели реализации содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста; планировании и проведении экспериментальной работы по данной проблеме; осуществлении обработки и интерпретации полученных экспериментальных данных, публикации полученных результатов исследования и их внедрении в практику работы физкультурно-оздоровительных центров.

В ходе защиты диссертации критических замечаний высказано не было.

На заседании 20 июня 2024 года диссертационный совет принял решение: за разработку научно обоснованного и экспериментально проверенного содержания двигательной активности работающих женщин предпенсионного возраста на основе созданной модели, базирующейся на сформулированных теоретических положениях, отражающих возрастные особенности физического состояния и социально-психологического самочувствия женщин предпенсионного возраста и организационно-педагогических условий организации двигательной активности как решение научной задачи, имеющей значение для развития физической культуры как

отрасли знаний, присудить Манаковой Я.А. ученую степень кандидата педагогических наук.

При проведении тайного голосования диссертационный совет в количестве 11 человек, из них 10 докторов наук по научной специальности 5.8.4. «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка», участвовавших в заседании, из 13 человек, входящих в состав совета, дополнительно введены на разовую защиту – нет, проголосовали: за – 11, против – нет, недействительных бюллетеней – нет.

Заместитель председателя
диссертационного совета



Шестаков Михаил Михайлович

Ученый секретарь
диссертационного совета

Воеводина Светлана Сергеевна

«26» июня 2024 года