

Утверждаю

Ректор

государственного

национального Университета

физической культуры, спорта и

здравья имени П.Ф. Лесгафта,

Санкт-Петербург

доктор педагогических наук,

профессор

С.Е. Бакуев

« 19 » 01 2018 г.



## ОТЗЫВ

ведущей организации Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» на диссертационную работу ФАРАФОНОВА Артема Юрьевича на тему: «Педагогические условия формирования стрессоустойчивости военнослужащих средствами физической подготовки», представленную на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.08 – теория и методика профессионального образования

**Актуальность темы исследования.** Нормативные документы, регламентирующие процесс физической и психологической подготовки военнослужащих к профессионально-служебной деятельности, указывают на необходимость формирования у них стрессоустойчивости. Однако в них не прописаны конкретные средства и методы, направленные на повышение уровня стрессоустойчивости военнослужащих, без должного научного обоснования.

Согласно статистике в Вооружённых Силах участились случаи неправомерного применения оружия и неуставных взаимоотношений, совершаемых военнослужащими в состоянии стресса. Одной из причин этого, как утверждают военные психологи, является низкий уровень стрессоустойчивости. Указанные обстоятельства определили выбор темы диссертационного исследования, ее своевременность и актуальность.

Актуальность диссертационного исследования также обусловлена значительным усилением внимания общественности к проблеме надежного и эффективного функционирования военнослужащих в любых экстремальных условиях и обстановки. В таких условиях у военнослужащих нарушается привычный режим труда и отдыха, психические и другие перегрузки достигают пределов, за которыми следуют переутомление и нервное истощение. От умения противостоять этим нагрузкам, своевременно адаптироваться к резко меняющейся обстановке, зависит не только качество и эффективность выполнения служебно-боевых задач, но и психическое здоровье военнослужащего, его профессиональное долголетие. Поэтому особая

специфика деятельности, связанная с риском, противостоянием психологическому давлению и постоянная угроза для жизни и здоровья, определяют особые требования к психологической устойчивости и наличия у военнослужащих высокого уровня стрессоустойчивости.

### **Наиболее существенные научные результаты, выполненного исследования.**

Научная новизна исследования А.Ю. Фарафонова заключается в следующем:

- систематизированы знания и уточнено понятие стрессоустойчивости военнослужащих, как одного из военно-значимых психических качеств личности;
- выявлены особенности стрессовых ситуаций, характерные для профессиональной деятельности военнослужащего;
- разработаны в разделе физической подготовки упражнения по стрессообразующему признаку: гимнастика и атлетическая подготовка (выполнение сложных координационных упражнений), рукопашный бой (приемы с макетами оружия), преодоление препятствий, военно-прикладное плавание, требующих наличия у обучаемых высокого уровня стрессоустойчивости;
- определены способы разделения обучающихся по группам стрессоустойчивости с применением основных методик соционики;
- разработан интегральный показатель стрессоустойчивости военнослужащих;
- доказана возможность использования методик аутогенной тренировки и диафрагмального дыхания в обучении военнослужащих регуляции стрессовых состояний, возникающих на занятиях по физической подготовке;
- выделены педагогические условия формирования стрессоустойчивости военнослужащих на занятиях по физической подготовке.

### **Значимость содержащихся в работе выводов и рекомендаций для науки и практики**

Значимость для науки полученных результатов исследования А.Ю. Фарафонова заключается:

- в пополнении и расширении представлений о совокупности условий, средств, методов и методических приемов формирования стрессоустойчивости военнослужащих на занятиях по физической подготовке;
- подробно описано содержание экспериментальной методики формирования стрессоустойчивости военнослужащих средствами физической подготовки;
- определены механизмы внедрения программы по освоению военнослужащими методов саморегуляции психического состояния в условиях воздействия стрессовых факторов с применением психолого-педагогического тестирования и регистрации физиологических параметров, являющихся биологическими коррелятами стрессового состояния;

- выявлены эффективные педагогические условия формирования стрессоустойчивости военнослужащих на занятиях по физической подготовке.

**Практическая значимость** результатов исследования определяется его направленностью на результативное конструирование педагогического опыта с использованием разработанных:

- методик оценки уровней стрессоустойчивости;
- программы формирования стрессоустойчивости военнослужащих к выполнению сложных упражнений на занятиях по физической подготовке;
- методических рекомендаций преподавателям по рациональной организации работы в формировании стрессоустойчивости на занятиях по физической подготовке;
- модифицированных и адаптированных для военнослужащих содержательных текстов методик идеомоторной и психорегулирующей тренировок;
- выявленных и проверенных педагогических условий по формированию стрессоустойчивости военнослужащих на занятиях по физической подготовке, которые положительно отразились на результатах учебной деятельности.

Результаты исследования могут быть использованы для выявления группы риска и составления для нее индивидуального тренировочного маршрута по подготовке к профессиональной деятельности в профессиях, связанных с высоким уровнем стресса.

#### **Степень достоверности и обоснованности полученных результатов, научных положений и выводов диссертации**

Степень достоверности и обоснованности полученных результатов исследования обеспечивается применением комплекса теоретических, эмпирических и статистических, адекватных поставленным целям, задачам, исследования, целостным подходом к проблеме исследования, теоретической разработкой и опытной проверкой основных положений, анализом полученных данных с применением методов математической статистики.

Ссылки на литературные источники корректны. Выводы соответствуют поставленным задачам.

В целом, работа отличается обоснованностью, последовательностью изложения, логичностью аргументирования, доказательностью представленного материала, целостностью и завершенностью.

#### **Личный вклад автора**

Личный вклад автора заключается в определении проблемы, ее обосновании, формулировке основного методологического аппарата, подборе методов исследования, самостоятельном проведении экспериментальной работы, обработке и анализу результатов, их внедрения в практику, подготовке текста диссертации, автореферата и научных публикаций. Материалы диссертации изложены соискателем в 12 научных работах. Имеются 3

публикации в изданиях, рекомендованных ВАК. В автореферате и публикациях отражено основное содержание диссертационной работы.

Текст диссертации и автореферат оформлен в соответствии с требованиями ГОСТ Р.7011-2011. Содержание автореферат полностью соответствует структуре и содержанию диссертационной работы.

### **Структура и содержание работы**

Структура диссертации состоит из введения, трех глав, выводов к каждой из них, заключения, списка литературы и приложений. Основная часть работы изложена на 188 страницах компьютерного текста и содержит 52 рисунка, 53 таблицы и 14 приложений. Список литературы насчитывает 228 наименований, из них 7 на иностранных языках.

Диссертация написана хорошим научным языком, легко читается, понятна специалистам, хорошо иллюстрирована рисунками и таблицами.

### **Замечания по диссертации.**

Однако наряду с достоинствами, представленная работа имеет недостатки, которые носят в основном дискуссионный характер и не могут снизить научную и практическую значимость работы. Имеются следующие замечания:

1. В гипотезе диссертации соискатель указывает, что формирование стрессоустойчивости военнослужащих на занятиях по физической подготовке будет эффективным если «... формирование стрессоустойчивости станет одной из целей занятий по физической подготовке». Не совсем ясно, такое суждение относится ко всему процессу физической подготовки или к отдельным его разделам, или отдельным занятиям.

2. Многочисленными исследованиями доказано, что к показателям стрессоустойчивости следует относить, динамику изменения психических и физиологических процессов, психомоторики и т.п. Вместе с тем автор предлагает способ определения индекса стресса у военнослужащих на основе расчета вегетативного показателя. Этот подход требует пояснения.

3. Из текста работы неясно все ли упражнения по физической подготовке из «Наставления ...» (2009) проверены по стрессообразующему воздействию.

4. Литературные источники №№ с 59-61, 80, 95, 114, с 207-209 напечатаны с нарушением требований.

Однако имеющиеся замечания не являются принципиальными и не снижают общую научную и практическую ценность работы.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

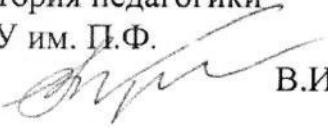
По своей актуальности, новизне, теоретической и практической значимости, диссертация Фарафонова Артема Юрьевича «Педагогические условия формирования стрессоустойчивости военнослужащих средствами физической подготовки» является законченной научно - квалификационной работой, содержащую новые теоретические положения, совокупность которых следует квалифицировать как решение актуальной научной задачи.

Диссертация отвечает требованиям п. 9 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 24.09. 2013 года, № 842, предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата наук. В диссертации и основных публикациях автора соблюдены требования, установленные п.10, 11,13, 14, обозначенного Положения.

Работа полностью соответствует профилю и специальности Совета Д 212.084.03 , а ее автор, Фарафонов Артем Юрьевич заслуживает присуждения искомой ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.08 – теория и методика профессионального образования.

Отзыв обсужден и утвержден на заседании кафедры педагогики  
ФГБОУ ВО «Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»  
(Протокол № 8 от 18 января 2018 г.)

Зав. кафедрой педагогики,  
доктор педагогических наук по специальности  
13.00.01- Общая педагогика, история педагогики  
и образования ФГБОУ ВО «НГУ им. П.Ф.  
Лесгафта, Санкт-Петербург»

 В.И. Криличевский

*Сведения о ведущей организации:*

Министерство спорта Российской Федерации.  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Национальный государственный Университет  
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-  
Петербург»

Адрес: 190121, Санкт-Петербург,  
ул. Декабристов, 35  
Тел./факс: (812) 714-40-13  
e mail- rector @ lesgaft. spb. ru

