

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по диссертации Юй Хунцзе на тему «Применение оздоровительных приемов китайских национальных единоборств в физическом воспитании белорусских студентов специального учебного отделения», представленной на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

### **Специальность и отрасль науки, по которой присуждается ученая степень**

Специальность 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; отрасль – педагогические науки.

### **Научный вклад соискателя в решение научной задачи с оценкой его значимости:**

Теоретически обоснована оздоровительная направленность традиционных китайских единоборств (тайцзицюань); конкретизированы возможности их использования для повышения эффективности физического воспитания белорусских студентов специального учебного отделения (СУО), что обусловило целесообразность разработки методики улучшения физического состояния студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, и ее комплексного применения в рамках учебной дисциплины «Физическая культура» для СУО в учреждениях высшего образования Республики Беларусь.

### **Формулировка конкретных научных результатов (с указанием их новизны и практической значимости), за которые соискателю может быть присуждена ученая степень:**

*за определение* на основе выявленных организационно-методических особенностей физического воспитания в Китайской Народной Республике *предпосылок использования оздоровительного потенциала китайских единоборств*, обладающих оздоровительной, прикладной, образовательно-воспитательной, военно-патриотической, нравственной направленностью в физическом воспитании белорусских студентов для улучшения физического состояния обучающихся.

*за разработку методики улучшения физического состояния студентов СУО с использованием оздоровительных приемов традиционного китайского единоборства тайцзицюань*, учитывающей индивидуальные ограничения обучающихся по состоянию здоровья. Применяющаяся на протяжении учебного года методика включает последовательные 4 серии комплекса приемов тайцзицюань (приемы самообороны, дыхательная гимнастика, упражнения для развития гибкости и координации): (1 – обучение основам техники двигательных действий и правильного дыхания (8 базовых движений); 2, 3 – совершенствование ранее изученных движений (8 и 16) и изучение новых (8); 4 – совершенствование 24 базовых движений) с использованием в разных частях учебного занятия, комбинируя задачи и условия применения, при сохранении содержания учебной дисциплины, предусмотренного учебной программой,

*за экспериментальное подтверждение эффективности использования специфических средств тайцзицюань* в любой структурной части занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» с учетом низкой интенсивности выполнения и плавности движений, оказывающих положительное влияние на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, опорно-двигательный аппарат, эмоциональное состояние белорусских студентов. Эффективность применения методики подтверждена эмпирическими данными по использованию оздоровительных приемов тайцзицюань для улучшения показателей физического состояния, включающего показатели функционального состояния и самочувствия студентов ( $P < 0,05-0,001$ ), а также их адаптированностью и мотивированностью к занятиям физической культурой, целеустремленностью, самостоятельностью и активностью к освоению новых знаний.

**Рекомендации по использованию результатов исследования.** Результаты исследования внедрены в образовательный процесс БГПУ имени М.Танка. Также возможно использовать в образовательном процессе учреждений высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура» со студентами СУО, независимо от их уровня физической подготовленности и состояния здоровья.

Председатель совета по защите диссертаций  
Ученый секретарь совета по защите диссертаций  
10.03.2025



Т.А. Лопатик  
О.А. Гусарова