



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Дальневосточный федеральный университет»**

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**Департамент физической культуры и спорта**

**РЕЦЕНЗИЯ**

на выпускную квалификационную работу студентки *Глустого Филиппа Руслановича*  
Направления 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура), группа М4122-49.04.02фр  
Руководитель ВКР д.м.н., профессор Шакирова Ольга Викторовна.  
на тему «Применение гимнастики Цигун и массажа для физической реабилитации при  
остеохондрозе»  
Дата защиты ВКР «28» июня 2024 г.

**1 Актуальность ВКР, ее научное, практическое значение и соответствие заданию.**

Заболевания позвоночника чрезвычайно широко распространены среди населения всего мира. Клинические проявления данных заболеваний затрагивают абсолютно все соматические и висцеральные структуры организма, нарушая повседневный образ жизни и вынуждая обращаться за медицинской помощью. Заболевания позвоночника наблюдаются преимущественно у людей молодого и зрелого возраста и являются основной причиной временной утраты трудоспособности и инвалидизации взрослого населения. В настоящее время применяется множество различных методов для лечения остеохондроза, но существующие классические методы требуют совершенствования и разработки новых, синтезированных подходов для оптимизации процесса лечения, снижения рисков осложнения и предложения более комфортных условий оздоровления для пациентов. Автором предложен и экспериментально апробирован комплекс физической реабилитации на основе гимнастики Цигун в сочетании с массажем, направленный на восстановление функционального состояния опорно-двигательного аппарата пациентов с остеохондрозом позвоночника. Выполненная выпускная квалификационная работа полностью соответствует полученному заданию.

**2 Достоинства работы:**

Обобщён широкий круг литературы и практический опыт в области физической реабилитации, разработан и экспериментально апробирован реабилитационный комплекс на основе гимнастики Цигун и массажа, позволяющий уменьшить или полностью ликвидировать болевой синдром, нормализовав функциональное состояние опорно-двигательного аппарата пациентов с остеохондрозом позвоночника. Материал в работе изложен с соблюдением внутренней логики, между разделами существует четкая взаимосвязь. Прослеживается тщательная работа по каждому разделу рассматриваемой темы. Результаты исследования изложены дипломником ясно и чётко. Работа дополнена рисунками и таблицами, но в ней не использованы в полной мере современные методы математической статистики. При этом полностью раскрыта тема работы. Задачи в работе успешно решены, поставленная цель исследования достигнута.

### 3 Недостатки и замечания (как по содержанию, так и по оформлению)

Существенных недостатков, влияющих на качество выпускной квалификационной работы, выявлено не было, имеются нарушения форматирования и отсутствуют ссылки на используемые источники литературы.

### 4 Целесообразность внедрения, использование в учебном процессе, публикации и т.п.

Выводы, сделанные автором магистерской диссертации, логичны и обоснованы, имеют практическую значимость, предложенный реабилитационный комплекс экспериментально проверен и может быть рекомендован к применению в различных оздоровительных учреждениях. Результаты исследования могут быть использованы в образовательном процессе подготовки специалистов сферы физической реабилитации, а также рекомендованы к публикации в периодических научных изданиях.

### 5 Рекомендации

Предложенный комплекс физической реабилитации позволяет улучшить функциональное состояние опорно-двигательного аппарата пациентов с остеохондрозом позвоночника и может быть рекомендован к применению в оздоровительных и лечебно-профилактических учреждениях на различных этапах реабилитации

### 6 Общий вывод (о присвоении дипломнику соответствующей квалификации и оценке: отлично, хорошо, удовлетворительно):

Дипломная работа носит самостоятельный и законченный характер, в процессе подготовки использован обширный круг литературных источников. Изложенный материал чётко логически выстроен, выводы обоснованы, соответствуют задачам и носят конкретный практический характер. Выпускник заслуживает присвоения квалификации «магистр адаптивной физической культуры» и оценки «хорошо».

Рецензент

Д.м.н., профессор кафедры  
физкультурно-оздоровительной  
и спортивной работы  
ФГБОУ ВО «Владивостокский  
государственный университет»

Журавская Н.С.

«25» июня 2024 г.

М.П.



ПОДПИСЬ

Журавской Н.С.

ЗАВЕРЯЮ

25. 06. 2024

СПЕЦИАЛИСТ

ОРП

ФУРМАНОВА А.А.