

Утверждаю:

Проректор по научной работе
ФГБОУ ВО «Национальный государственный
Университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»,
д.п.н. профессор С.М. Ашкинази



2016 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 Завьялова Артёма Владимировича на тему «Методика специальной силовой подготовки пауэрлифтеров с учётом факторов соревновательной надёжности», представленную на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Актуальность исследования. Неуклонный рост достижений в современном спорте определяет необходимость постоянного научного поиска, направленного на совершенствование всех компонентов тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.

Постоянное увеличение объема и интенсивности тренировочной нагрузки в силовых видах спорта, в пауэрлифтинге, в частности, побуждает теоретиков и практиков спорта искать пути более качественной подготовки спортсменов. Особую актуальность в последние годы приобретают вопросы определения рационального содержания тренировочного процесса и его совершенствования на основе интеграции специальной силовой и технической подготовки пауэрлифтеров, которая, как выявил автор

настоящего диссертационного исследования в ходе анализа научной литературы и собственного опыта, успешно достигается за счет использования специально-вспомогательных упражнений, выполняемых сопряженно-последовательным и вариационно-прогрессивным методами. Однако подбор и применение специально-вспомогательных упражнений в пауэрлифтинге осуществляется, в большинстве случаев, в условиях отсутствия четкого представления об их влиянии на организм спортсмена и его спортивный результат. Кроме того, многие тренеры избегают применения специально-вспомогательных упражнений, используя в тренировочном процессе квалифицированных пауэрлифтеров исключительно соревновательные упражнения, что в итоге, зачастую, приводит к ухудшению технического компонента подготовленности, формированию нерациональной техники, снижению результативности и надежности соревновательной деятельности пауэрлифтеров, развитию только определенных групп мышц, что существенно снижает функциональную подготовленность и уровень работоспособности спортсменов.

Очевидно, что специальная силовая подготовка является значимым фактором в обеспечении стабильной эффективности выступлений спортсмена в экстремальных условиях. Вместе с тем, в настоящее время отсутствуют исследования, посвященные выявлению факторов соревновательной надежности пауэрлифтеров, определению их взаимосвязи, вклада силовой подготовленности в факторную структуру соревновательной надежности пауэрлифтеров. Помимо вышесказанного, остаются нерешенными вопросы, связанные с методами развития силы, величиной нагрузки, количеством подходов и повторений в этом виде спорта. До последнего времени методика развития мышечной силы пауэрлифтеров формировалась, в основном, с ориентацией на тяжелоатлетические упражнения, которые носят скоростно-силовой характер. Однако

упражнения силового троеборья выполняются в статико-динамическом режиме сокращения мышц, который требует специфической системы тренировки.

В этой связи разработка методики специальной силовой подготовки пауэрлифтеров на тренировочном этапе в подготовительном периоде с учетом факторов соревновательной надежности является актуальной и своевременной. В отечественной и зарубежной литературе эта проблема должным образом не раскрыта, исследовательские работы в этом направлении почти не проводились.

Научная новизна исследования. В качестве новых научных результатов автором выдвинуты следующие основные положения:

- предложено рассмотрение структуры тренировочного процесса пауэрлифтеров с позиции факторного анализа, в результате которого выявлено три фактора, описывающих различные стороны подготовленности пауэрлифтеров, определяющих уровень соревновательной надежности;
- показано, что учет доминирующих факторов соревновательной надежности представляет собой основу для коррекции тренировочного процесса, в частности, за счет интеграции силовой и технической подготовки в условиях использования специально-вспомогательных упражнений и вариационно-прогрессивного и сопряжённо-последовательного методов;
- на основе учета факторов соревновательной надежности обоснована и разработана методика специальной силовой подготовки пауэрлифтеров на тренировочном этапе;
- получены новые данные о качественных и количественных свойствах соревновательной надежности пауэрлифтеров;
- установлена взаимосвязь между уровнем силовой подготовленности и соревновательной надежностью пауэрлифтеров.

Теоретическая значимость исследований. В работе получены новые знания о влиянии использования разработанной методики специальной силовой подготовки с учетом факторов соревновательной надежности на эффективность тренировочного процесса пауэрлифтеров, о средствах и методах повышения эффективности специальной силовой подготовки, обеспечивающей рост соревновательной надежности.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработанная методика специальной силовой подготовки пауэрлифтеров на тренировочном этапе в подготовительном периоде, с учётом факторов соревновательной надёжности, способствует повышению эффективности тренировочного процесса, соревновательной надежности и спортивного результата пауэрлифтеров.

Структура и содержание работы. Диссертация представлена на 141 странице компьютерного текста, включая 2 акта внедрения, 31 таблицу, 8 рисунков, поясняющих текст работы, библиографический список состоит из 209 наименований использованной литературы.

Структура диссертационной работы традиционная и включает введение, четыре главы, выводы, практические рекомендации, список литературы и приложения.

В первой главе выполнен анализ проблемы системы подготовки пауэрлифтеров, освещены основные принципы, средства и методы специальной силовой подготовки в пауэрлифтинге, рассмотрены основные положения надежности соревновательной деятельности в спорте.

Во второй главе сформулированы задачи и определены методы исследования, в частности, тестирование специальной силовой подготовленности, анализ видеозаписей исполнения соревновательных упражнений с целью оценки техники выполнения их отдельных элементов пауэрлифтерами, метод многомерного шкалирования - семантический

дифференциал, метод комплексной оценки соревновательной надежности, описан педагогический эксперимент и организация исследования.

В третьей главе описываются результаты проведения констатирующего педагогического эксперимента, заключающегося в определении факторов соревновательной надежности пауэрлифтеров методом семантического дифференциала и разработке содержания экспериментальной методики специальной силовой подготовки с учётом выявленных значимых факторов соревновательной надежности.

В четвёртой главе описаны результаты формирующего педагогического эксперимента. Обосновано применения разработанной методики на показатели специальной силовой и технической подготовки спортсменов в различных этапах подготовки, также представлены результаты комплексной оценки соревновательной надежности пауэрлифтеров. В ходе корреляционного анализа выявлена взаимосвязь соревновательной надежности и уровня развития специальных силовых качеств атлетов в динамике.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций.

Диссертант на должном уровне использует известные научные методы обоснования полученных результатов, выводов и рекомендаций. Автором изучена и проанализирована существующая система подготовки квалифицированных пауэрлифтеров тренировочных групп. В диссертационной работе Завьялова А.В. корректность полученных результатов обеспечена методами, соответствующими цели и задачам исследования, содержательным анализом эмпирических данных, репрезентативностью выборки, подтверждается использованием математико-статистических методов.

Текст диссертации логически выстроен, изложен научным языком. Содержание работы полностью отражено в автореферате и в 8-ми

публикациях авторах, из которых 3 в рецензируемых журналах ВАК Министерства образования и науки РФ.

При общей положительной оценке работы следует указать на некоторые её недостатки:

1. В работе получены интересные данные но, вместе с тем, методика их получения отражена не в полной мере, а процессы её трактовки носят характер констатации фактов без анализа их взаимосвязи (глава 4.3).

2. Формулировка ряда выводов включает в себя не только факты, но и элементы рассуждений с представлением обобщений, вызывающих вопрос: а в чем заключается конечный результат? То, что в результате анализа научно-методической литературы и анализа учета дневников тренировочной нагрузки спортсменов по пауэрлифтингу, установлено, что на тренировочном этапе преимущественно используются соревновательные упражнения в специальной силовой подготовке пауэрлифтеров – не может быть частью вывода 1.

3. В работе используется большое количество длинных сложноподчиненных предложений, которые затрудняют чтение и понимание основных положений исследования.

4. В таблицах 15 по 20 не указаны доверительные интервалы и ошибки средней.

5. Текст диссертации содержит ряд стилистических погрешностей, имеются опечатки, редакционные неточности и ошибки.

Представленные замечания не снижают ее актуальность, теоретическую, практическую и научную значимость.

Заключение

Диссертация Завьялова Артёма Владимировича представляет собой завершённую научно-исследовательскую работу, выполненную автором самостоятельно, на достаточно высоком научном уровне. В ней содержится новое решение актуальной задачи - научного обоснования необходимости

учёта факторов соревновательной надежности при разработке методики специальной силовой подготовки пауэрлифтеров тренировочных групп. Полученные результаты имеют существенное значение для системы подготовки спортивных резервов в пауэрлифтинге.

С учетом выше изложенного, диссертационная работа на тему: «Методика специальной силовой подготовки пауэрлифтеров с учётом факторов соревновательной надежности», представленная на соискание учёной степени кандидата педагогических наук, отвечает требованиям п. 9 «Положения о порядке присуждения ученых степеней», постановления Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 г. № 842, предъявляемым к кандидатским диссертациям, а её автор, Завьялов Артём Владимирович, заслуживает присвоения степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Отзыв подготовлен кандидатом педагогических наук, профессором А.Х.Талибовым.

Отзыв обсужден и одобрен на заседании кафедры теории и методики атлетизма Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, протокол заседания кафедры № 7 от 29 марта 2016 года.

Заведующий кафедрой
теории и методики атлетизма
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург
доктор педагогических наук, профессор
Заслуженный работник высшей школы РФ

Г.П. Виноградов

Почтовый адрес: 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35.
Тел.: (812) 714-43-01
e-mail: f_fpk@mail.ru



04 АПР 2016

ДИРЕКТОР НАЧАЛЬНИКА ОТД. ЛА КАДРОВ

А.С. МАКСИМОВА