

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

экспертной комиссии, назначенной объединенным диссертационным советом Д 999.196.02 на базе ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма» от 9 декабря 2019 г.

Комиссия в составе: доктора педагогических наук, профессора В.В. Чёмова; доктора педагогических наук, профессора А.А. Кудинова; доктора педагогических наук, профессора Ю.А. Зубарева рассмотрела диссертационную работу Антона Исмагиловича Табакова на тему «Физическая подготовка легкоатлетов-спринтеров с использованием средств сопряженного развития координационных, силовых, скоростных возможностей» и пришла к следующему заключению:

1. Диссертация А.И. Табакова является самостоятельной, завершённой научной работой, в которой теоретически обоснована и экспериментально проверена методика физической подготовки легкоатлетов-спринтеров с использованием средств сопряженного развития координационных, силовых, скоростных возможностей с учетом последовательности применения упражнений, объемов и сочетания физических нагрузок различной направленности в одном тренировочном занятии, микроциклах, мезоциклах подготовительного периода. Диссертационная работа отвечает требованиям п. 9 «Положения о присуждении учёных степеней» постановления Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 г. № 842, предъявляемым к диссертациям на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

2. Личное участие автора в получении результатов, изложенных в диссертации заключается в:

- разработке концепции решения проблемы исследования;
- определении объекта, предмета, цели и задач исследования;
- разработке общего замысла и определения основных теоретических оснований программы исследования;
- непосредственном участии соискателя на всех этапах организации и проведения исследования;
- разработке методики сопряженного развития координационных, силовых, скоростных способностей у спринтеров в структурных образованиях тренировочного процесса: тренировочных занятиях, микроциклах, мезоциклах подготовительного периода;

- сборе, обработке и научной интерпретации эмпирических данных;
- подготовке публикаций результатов выполненной работы;
- разработке и экспериментальном обосновании эффективности методики сопряженного развития координационных, силовых, скоростных возможностей у спринтеров в тренировочных занятиях, микроциклах, мезоциклах подготовительного периода.

3. Достоверность результатов исследования обусловлена:

возможностью воспроизведения научно обоснованных подходов в процессе физической подготовки легкоатлетов-спринтеров с использованием сопряженного развития координационных, силовых и скоростных возможностей, что подтверждается представленными актами внедрения;

- опорой методологических оснований диссертационного исследования на фундаментальные положения теории и методики спортивной тренировки; научные представления о системном подходе к процессу физической подготовки легкоатлетов, занимающихся спринтерским бегом;

- глубоким анализом научно-методической литературы (205 отечественных, 33 зарубежных источников) по тематике исследования;

- многолетним (в течение пяти лет) проведением исследования и поэтапном оформлении работы.

4. Научная новизна значимость результатов исследования:

- обоснована совокупность теоретических положений и практических рекомендаций, отражающих специфические особенности методики физической подготовки легкоатлетов-спринтеров;

- разработана методика физической подготовки легкоатлетов-спринтеров, обеспечивающая эффективное сопряженное развитие координационных, силовых и скоростных способностей;

- выявлены особенности проявления статокINETической устойчивости у легкоатлетов разного пола, спортивной квалификации и специализации;

- научно обоснованы возможности использования прыжковых тестов для оценки компонентов координационных способностей к ориентированию в пространстве, дифференцированию параметров движения, согласованию, сохранению равновесия у легкоатлетов, специализирующихся в циклических дисциплинах;

- получены новые данные о динамике показателей физической подготовленности легкоатлетов-спринтеров с квалификацией КМС-первый спортивный разряд в результате занятий по разработанной методике.

5. Теоретическая значимость исследования:

заключается в дополнении теории и методики спортивной тренировки сведениями об использовании средств сопряженного развития двигательных

способностей легкоатлетов-спринтеров в тренировочном занятии, микроцикле, мезоцикле подготовительного периода;

раскрыто противоречие в практике подготовки легкоатлетов различных специализаций, заключающееся в необходимости контроля и совершенствования компонентов координационных способностей и недостатком теоретического материала об особенностях проявления и способах сопряженного развития координационных способностей с другими двигательными способностями;

изложены аргументы, подтверждающие целесообразность сопряженного развития компонентов координационных способностей с другими двигательными способностями у легкоатлетов на основе упражнений, выполняемых в условиях нестабильной опоры и на «дорожке скорости и координации»;

обоснованы варианты сочетания и соотношения средств сопряженного развития двигательных способностей в подготовке легкоатлетов на трех уровнях: в отдельном тренировочном занятии, микроциклах и мезоциклах подготовительного периода с учетом срочного, отставленного и кумулятивного эффектов.

6. Практическая значимость исследования заключается в том, что методика подготовки с использованием упражнений на неустойчивых поверхностях, «дорожке скорости и координации» позволяет оптимизировать тренировочный процесс легкоатлетов с квалификацией КМС-первый спортивный разряд, специализирующихся в беге на короткие дистанции, за счет разностороннего и гармоничного совершенствования двигательных способностей спортсменов на данном этапе подготовки и служит основой для дальнейшего использования специализированных нагрузок на этапе высшего спортивного мастерства.

В результате проведенного исследования:

– показана эффективность реализации экспериментальной методики тренировки легкоатлетов в подготовительном периоде годичного макроцикла, проявившаяся в повышении показателей физической подготовленности и показателей статокINETической устойчивости у легкоатлетов, специализирующихся в беге на короткие дистанции;

– разработаны и внедрены в тренировочный процесс легкоатлетов методические рекомендации по использованию тренировочных комплексов общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений на нестабильной опоре и «дорожке скорости и координации» на специально-подготовительном этапе подготовительного периода;

– предложены шкалы оценок уровня статокINETической устойчивости для легкоатлетов с квалификацией от 3 спортивного разряда до МСМК, специализирующихся в циклических дисциплинах, а также координационных способностей легкоатлетов-спринтеров с квалификацией от 1 юношеского спортивного разряда до КМС.

Полученные результаты исследования внедрены в практическую деятельность БОУ ОО ДО «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва» г. Омска, ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта».

7. Ценность научных работ соискателя.

Ценность научных работ соискателя является достаточно высокой, так как решение проблемы физической подготовки легкоатлетов, специализирующихся в беге на короткие дистанции нашло отражение в результатах исследования.

Содержание диссертации достаточно полно отражено в десяти научных публикациях, в том числе в трех статьях в журналах, входящих в перечень рецензируемых изданий, в которых опубликованы основные научные результаты диссертаций на соискание учёной степени кандидата наук, в сборниках научно-практических конференций всероссийского уровня – семь работ.

8. Специальность, которой соответствует диссертация.

Диссертационное исследование А.И. Табакова на тему «Физическая подготовка легкоатлетов-спринтеров с использованием средств сопряженного развития координационных, силовых, скоростных способностей» соответствует паспорту специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры,

Заключение:

На основании вышеизложенного, комиссия считает, что диссертационная работа А.И. Табакова на тему «Физическая подготовка легкоатлетов-спринтеров с использованием средств сопряженного развития координационных, силовых, скоростных способностей» соответствует профилю объединенного диссертационного совета Д 999.196.02, созданного на базе ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма» и может быть принята к защите.

Комиссия предлагает:

1. Назначить в качестве официальных оппонентов: Немцева Олега Борисовича – доктора педагогических наук, профессора, профессора кафедры спортивных дисциплин Федерального государственного бюджетного

образовательного учреждения высшего образования «Адыгейский государственный университет», Институт физической культуры и дзюдо.

Выбор оппонента продиктован тем, что Немцев О.Б. является известным в Российской Федерации специалистом в области спортивной полготовки занимающихся. По данной проблематике им опубликовано значительное количество работ, в том числе за последние пять лет в журналах, входящих в перечень рецензируемых изданий: «Различия техники стартового разгона в спринтерском беге в кроссовках и шиповках» (2019), «Структура соревновательного результата у десятиборцев разной квалификации» (2018), «Временные тренды структуры соревновательного результата в женском легкоатлетическом семиборье», «Составляющие соревновательного результата в современном пятиборье» (2017), «Зависимости кинематических характеристик движений спринтера в беге с максимальной скоростью» (2015).

Назаренко Андрей Сергеевич – кандидата биологических наук, доцента Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», кафедра медико-биологических дисциплин, заведующий кафедрой. Выбор оппонента продиктован тем, что А.С. Назаренко является специалистом в области физической подготовки спортсменов. По данной проблематике им опубликовано значительное количество работ, в том числе за последние пять лет в журналах, входящих в перечень рецензируемых изданий: « Влияние занятий любительским бегом на функциональные показатели организма девушек (2019), «Влияние специфики спортивной деятельности на статокINETическую устойчивость высококвалифицированных спортсменов (2018), «Некоторые аспекты оценки эффективности бега (2018), «Морфофункциональные особенности спортсменов циклических и ситуационных видов спорта (2017), « Функция равновесия у спортсменов с разным видом спортивных локомоций. (2017), «СтатокINETическая устойчивость футболистов после ступенчато возрастающей нагрузки до максимальной аэробной мощности (2017), «Особенности функции равновесия и антропометрических данных у спортсменов» (2016), «Физиологические механизмы регуляции статического равновесия тела у спортсменов различных специализаций (2015), «Влияние вестибулярного раздражения на статокINETическую устойчивость спортсменов различных специализаций (2015).

2. Ведущей организацией назначить Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уральский государственный университет физической культуры», Министерство спорта Российской Федерации, Выбор ведущей организации был обусловлен тем, что

данное образовательное учреждение является одним из ведущих высших учебных заведений Министерства спорта Российской Федерации занимающихся проблемами физической подготовки спортсменов. В рамках профессиональной деятельности специалистами вуза осуществляется широкий спектр научных исследований, в том числе в области теории и методике физической подготовки. На основании многолетних исследований специалистами вуза опубликовано значительное количество работ, отражающих различные аспекты процесса физической подготовки спортсменов: «Педагогические условия повышения тренировочного процесса юношей на этапе начальной специализации в спортивной ходьбе (2015). «Обоснование разработки экспериментальной методики тренировки высококвалифицированных легкоатлетов в годичном цикле после родов» (2015), « Особенности спортивной тренировки высококвалифицированных легкоатлетов после рождения ребенка» (2015), «Восстановление спортивной формы высококвалифицированных легкоатлетов в годичном цикле тренировки» (2015), «Оценка реакции организма школьников на физическую нагрузку в контексте физической работоспособности» (2016), «Приоритетные направления повышения эффективности подготовки высококвалифицированных легкоатлетов» (2016), «Модельные характеристики основных компонентов спортивного мастерства квалифицированных прыгунов с шестом на основе разработки динамометрических профилей» (2017), «Применение специальных физических упражнений на балансировочной подушке в подготовке юных бегунов на средние дистанции» (2017), «Методология построения многолетней подготовки спортсменов, специализирующихся в спортивной ходьбе» (2017), «Пути повышения уровня силовой подготовки прыгунов тройным прыжком» (2018), «Спортивный отбор школьников среднего возраста в контексте разработки комплексной программы тренировок для прыгунов с шестом» (2018).

доктор педагогических наук, профессор



В.В. Чёмов

доктор педагогических наук, профессор



А.А. Кудинов

доктор педагогических наук, профессор



Ю.А.Зубарев