

ОТЗЫВ

официального оппонента о диссертации Петрова Николая Юрьевича «Построение специально-подготовительного этапа тренировки юных триатлонистов на основе беговых тренировочных заданий», представленной на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки)

Триатлон является относительно молодым видом спорта (одна из его разновидностей включена в программу Олимпийских игр только в 2000 году), включающим плавание, велогонку и бег на длинные дистанции и требующим проявления выносливости. Нет сомнений, что включение вида спорта в программу Олимпийских игр является мощным стимулом для его развития – после этого вид спорта переходит с "любительского" пути развития на "профессиональный": одним из характерных признаков начала развёртывания этого процесса являются попытки осмысления состояния теории подготовки в нём и активное подключение к её формированию учёных. Краткое обобщение опыта подготовки в триатлоне позволяет согласиться с диссертантом в том, что в настоящее время в ней доминируют подходы, заимствованные из включённых в триатлон видов спорта – плавания, велосипедного спорта и бега на длинные дистанции, причём, степень этого доминирования определяется преимущественно специализацией атлета до начала занятий триатлоном. Теория подготовки в триатлоне, интегрирующая знания, накопленные во включённых в него видах спорта, на уровне понимания специфики их сочетания в единой спортивной дисциплине, взаимовлияния различных видов выносливости, обуславливающих эффективность столь различающихся видов двигательной деятельности, обоснованно определяющая направления развивающих

воздействий на разных этапах роста спортивного мастерства, а также их индивидуализации, находится в настоящее время лишь в стадии становления. Такая оценка современного состояния теории подготовки в триатлоне позволяет подтвердить наличие, значимость и **актуальность проблемы**, обусловившей необходимость рецензируемого исследования: в настоящее время недостаточно разработаны разделы теории подготовки в триатлоне на начальных этапах роста спортивного мастерства, в том числе, на этапе начальной специализации, что не позволяет тренерам обоснованно планировать нагрузки юных спортсменов, а юным атлетам наиболее полно реализовать себя, как следствие, существенно затрудняет достижение триатлонистами максимально высоких результатов в течение многолетней спортивной карьеры. При этом автор обоснованно начинает разработку теории подготовки юных триатлонистов с ключевой, наиболее специализированной её части – теории подготовки на специально-подготовительном этапе годичного цикла.

Среди материалов диссертации, определяющих её **научную новизну**, можно выделить, прежде всего, следующие:

1) Выдвинуто и доказано положение о возможности и целесообразности развития центральных механизмов обеспечения выносливости триатлонистов (обусловленных деятельностью сердечно-сосудистой и дыхательной систем) на этапе начальной специализации преимущественно при помощи беговых нагрузок. При этом установлено, что существенное развивающее воздействие, оказываемое на организм юных триатлонистов беговой нагрузкой, способно компенсировать уменьшение доли вело-компонента тренировочной нагрузки на 20%.

2) Обоснована классификация основных средств тренировки в триатлоне на этапе начальной специализации, внедрение которой в практику подготовки юных триатлонистов позволяет целенаправленно решать задачи развития различных проявлений общей и специальной выносливости.

3) Логически обоснован вариант начальной подготовки в триатлоне на основе преимущественного применения средств плавательной подготовки.

4) Экспериментально показаны возможности варианта тренировки на специально-подготовительном этапе годового цикла в триатлоне подростков 13-14 лет на этапе начальной специализации при значительном увеличении доли беговых нагрузок.

Теоретическая значимость результатов рецензируемой диссертации заключается в следующем:

1) Разделы концепции физических (двигательных) качеств о развитии выносливости наполнены знаниями о значительной степени генерализованности различных её проявлений у подростков 13-14 лет, что даёт возможность в тренировке спортсменов этого возраста в видах с преимущественным проявлением выносливости акцентировать нагрузки на развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем, оставляя нагрузки, направленные на совершенствование периферических механизмов обеспечения выносливости, обусловленных биомеханикой и морфологией движений соревновательной деятельности, на более поздние этапы роста спортивного мастерства.

2) Теория многолетней подготовки в триатлоне дополнена первичными данными о целесообразности преобладания плавательных нагрузок на начальном этапе подготовки, значительном увеличении беговых нагрузок на этапе начальной специализации и возможном увеличении нагрузок в велосипедных гонках на более поздних этапах роста спортивного мастерства. Данные положения могут составить основу принципа, общего для всех комплексных видов спорта и спортивных многоборий, согласно которому на отдельных этапах роста спортивного мастерства возможно и в долгосрочной перспективе целесообразно акцентированное применение нагрузок того или иного вида (группы видов), включённого в состав комплексного вида спорта или многоборья.

3) Обоснованная и разработанная в диссертации классификация тренировочных нагрузок юных триатлонистов дополняет теорию подготовки в триатлоне на этапе начальной специализации.

Практические рекомендации, сформулированные в работе, представлены в форме, допускающей непосредственное внедрение в практику тренировки юных триатлонистов, и прошли апробацию в одной из спортивных школ, поэтому их **практическая значимость** ярко выражена и заключается в следующем:

1) В диссертации разработан новый вариант специально-подготовительного этапа тренировки триатлонистов на этапе начальной специализации, внедрение которого в практику позволяет значительно повысить результаты юных триатлетов в беге, велогонке и триатлоне в целом.

2) В работе обоснована необходимость существенного повышения доли беговых нагрузок в тренировке триатлонистов на этапе начальной специализации, что позволяет тренерам обоснованно ориентироваться в выборе средств и методов развития выносливости на этой стадии роста спортивного мастерства.

3) Автором обоснована направленность тренировки на этапах начальной подготовки, этапе начальной специализации и возможных направлениях тренировки на более поздних этапах роста спортивного мастерства, что позволяет тренерам аргументированно строить подготовку юных триатлетов на значительном промежутке их спортивной карьеры.

Ознакомление с содержанием диссертации позволяет убедиться в её целостности, построении в соответствии с единой исследовательской линией. Так, диссертант сначала изучает проблематику подготовки юных триатлонистов, рассматривает и оценивает мнения квалифицированных тренеров о возможностях совершенствования этого процесса, затем анализирует возможности и целесообразность применения тех или иных соотношений нагрузок в плавании, велосипедной гонке и беге на этапе

начальной специализации с позиций многолетней подготовки в триатлоне. Далее, придя к заключению о необходимости построения специально-подготовительного этапа юных триатлонистов на основе увеличения беговых нагрузок, автор систематизирует средства тренировки в триатлоне и встраивает различные виды беговой работы в единую систему подготовки в триатлоне, и, наконец, проводит экспериментальное подтверждение эффективности аналитически разработанного варианта специально-подготовительного периода. Украшает работу использование в формирующем эксперименте инструментальной сертифицированной методики – беговых часов Forerunner 735XT с GPS-приёмником и пульсометром. Построение исследования в соответствии с единой логической линией, применение сертифицированной инструментальной методики, классическая организация формирующего эксперимента определяют **достоверность результатов** диссертации, её основных заключений и выводов.

В то же время ряд положений диссертации требуют пояснения. К таким **дискуссионным положениям** можно отнести следующие:

1. Делая попытку "установления преобладающей модели организации многолетней подготовки триатлонистов" автор утверждает, что наиболее "эффективным с точки зрения достижения высоких спортивных результатов в триатлоне" является "вариант построения многолетнего тренировочного процесса", при котором "...после прохождения плавательной подготовки, спортсмены 10-14 лет переходят на этап начальной специализации в триатлоне с комплексной подготовкой..." (с. 39). Однако из текста диссертации не удаётся установить, на основании чего сделано это заключение: какая-либо информация о характере начальной подготовки триатлетов высокой квалификации, добившихся выдающихся результатов отсутствует.

2. Изучая "варианты сочетания тренировочных нагрузок" у триатлонистов, автор приводит доли применяемых нагрузок в процентах:

например, "плавательный компонент – 40%, вело-компонент – 20%, беговой компонент – 40%" (с. 48, с. 105 и др.). Требуется пояснения, по какому критерию при этом определялась нагрузка: по времени, затраченному на её выполнение, пульсовой стоимости, километражу или как-то иначе.

3. Неясно, на основании каких данных проводился "сравнительный анализ уровня беговой подготовленности триатлонистов и легкоатлетов на этапе начальной специализации" (с. 54): в диссертации не удалось найти сведений о половом, возрастном, квалификационном и количественном составе групп сравниваемых легкоатлетов и триатлонистов.

4. Требуется уточнения, почему диссертант в "Классификации беговой нагрузки в тренировочном процессе юных спортсменов, специализирующихся в триатлоне" (табл. 11 на с. 65) определяет для подзоны "Аэробная (А3)" интервал частоты сердечных сокращений 70-80% от максимальной и далее для смешанной зоны – интервал 80-95% от максимальной, а в "Модели построения специально-подготовительного этапа тренировки юных триатлонистов ..." (табл. 12 на с. 67) – для подзоны "Аэробная 3" интервал 70-77% от максимальной, для смешанной зоны – интервал 77-95% от максимальной.

В то же время приведённые замечания во многом могут быть сняты в ходе дискуссии и не изменяют в целом положительной оценки рецензируемой диссертации.

Заключение

Обобщение материалов диссертации Петрова Николая Юрьевича "Построение специально-подготовительного этапа тренировки юных триатлонистов на основе беговых тренировочных заданий", представленной на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической

культуры" (педагогические науки), позволяет сделать заключение, что диссертантом в результате проведённого исследования решена научная задача, имеющая значение для развития теории и методики подготовки в триатлоне, основные положения, сформулированные автором, логически обоснованы и обладают признаками научной новизны и теоретической значимости, а разработанные рекомендации имеют несомненную практическую значимость. Это позволяет считать, что автор диссертации Петров Николай Юрьевич заслуживает присуждения учёной степени кандидата педагогических наук по искомой специальности.

11 января 2021 г.

Официальный оппонент:

доктор педагогических наук, профессор

О.Б. Немцев

Сведения об официальном оппоненте, подготовившем отзыв:

Немцев Олег Борисович — доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры спортивных дисциплин Института физической культуры и дзюдо Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования "Адыгейский государственный университет".

Адрес организации места работы: Российская Федерация, 385000, Республика Адыгея, г. Майкоп, ул. Первомайская, д. 208.

Тел./факс: (8772) 570273, (8772) 570273

e-mail ректората: adsu@adygnet.ru