

ОТЗЫВ

официального оппонента о диссертации Табакова Антона Исмагиловича "Физическая подготовка легкоатлето-спринтеров с использованием средств сопряженного развития координационных, силовых, скоростных способностей", 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)

Спринтерский бег является наиболее популярным видом лёгкой атлетики, победы на дистанциях которого наиболее престижны на всех крупнейших соревнованиях. Между тем двигательная деятельность в беге на короткие дистанции относительно проста, строго регламентирована правилами, а её эффективность, как отмечается широким кругом авторов, в большой мере зависит от уровня и структуры физической подготовленности атлетов. Эти обстоятельства обусловили ярко выраженный интерес отечественных и зарубежных исследователей к проблемам физической подготовки в различных видах спринтерского бега, уже начиная с первых этапов становления теории подготовки в лёгкой атлетике. Причём, как и следовало ожидать, наибольшее внимание в научных исследованиях и практике тренировки в спринтерском беге уделялось тем разделам физической подготовки, итоги реализации которых определяют наибольшее повышение результата в беге на короткие дистанции: в первую очередь, это специальная силовая и скоростная подготовка, а также развитие специальной выносливости. В связи с этим, с одной стороны, названные разделы физической подготовки в спринтерском беге в настоящее время достаточно глубоко и детально проработаны, с другой стороны, возможности получения принципиально новых знаний, способных оказать выраженный прогресс в теории подготовки в беге на короткие дистанции, в рамках только этих разделов во многом исчерпали себя. В соответствии с общей логикой развития теории объекта в такой ситуации наибольшего

приращения знаний можно ожидать от изучения и совершенствования иных сторон подготовки, а также проработки пограничных, смежных областей. Диссертация Антона Исмагиловича Табакова как раз и посвящена изучению возможностей повышения результатов в беге на короткие дистанции на основе повышения научной обоснованности и интенсификации специальной координационной подготовки, ранее в гораздо меньшей степени изученной специалистами, а также тех её компонентов, которые пересекаются (сопрягаются) с традиционными разделами специальной силовой и скоростной подготовки. Сказанное позволяет констатировать, что автору удалось не только сформулировать **актуальную** проблему из области лёгкой атлетики, в основе которой лежит необходимость повышения эффективности тренировки в спринтерском беге, но и наметить методологическую линию, сулящую выраженный прогресс в развитии теории подготовки в беге на короткие дистанции.

Материалы, представленные в рецензируемой диссертации, обладают ярко выраженными признаками **научной новизны**. К таким материалам можно отнести, в первую очередь, следующие:

1. Показана значимость специальных координационных способностей (а именно, статокINETической устойчивости) в структуре специальной физической подготовленности бегунов-спринтеров, определяющаяся тем, что их оптимальный уровень во многом обуславливает эффективность соревновательной деятельности и позволяет избежать специфических для бега на короткие дистанции травм.

2. Научно обоснованы тесты специальных координационных способностей бегунов-спринтеров.

3. Теоретически обоснованы и разработаны шкалы оценки статокINETической устойчивости у легкоатлетов разной специализации, квалификации и пола.

4. Выявлены возможности развития специальных координационных, силовых и скоростных способностей бегунов-спринтеров при сопряжённом развивающем воздействии на них в одном тренировочном занятии, микро- и мезоциклах подготовительного периода подготовки.

Теоретическая значимость результатов исследования определяется следующим:

1. Разделы теории тренировки в беге на короткие дистанции, связанные с моделированием состояний атлета в различные периоды годового цикла подготовки, дополнены знаниями о должном уровне статокINETической устойчивости и его динамике в течение различных по длительности периодов времени как неотъемлемого значимого компонента структуры специальной подготовленности бегуна-спринтера.

2. Положения теории тренировки в спринтерском беге о контроле показателей специальной подготовленности атлетов как исходных данных для программирования их состояний расширены сведениями о возможностях тестирования уровня специальных координационных способностей при помощи новых педагогических тестов, проверенных на метрологическую добротность.

3. Методика подготовки в спринтерском беге дополнена сформулированными в работе положениями о сопряжённом развивающем воздействии на специфические проявления координационных, силовых и скоростных способностей как неотъемлемой части специальной подготовки в беге на короткие дистанции.

Работа носит выраженный прикладной характер, и её **практическое значение** сомнений не вызывает. Это значение диссертации обусловлено, прежде всего, следующими результатами:

1. Арсенал тренировочных средств бегунов-спринтеров дополнен упражнениями для эффективного развития статокINETической устойчивости как одного из значимых компонентов структуры их специальной физической подготовленности.

2. Инструментарий контроля показателей специальной физической подготовленности бегуна-спринтера расширен рядом педагогических тестов, позволяющих надёжно определять и оценивать его уровень специальной координированности.

3. Научно обоснована, разработана и верифицирована методика сопряжённого развития специальных координационных, силовых и скоростных

способностей бегунов-спринтеров квалификации "Кандидат в мастера спорта – первый разряд", внедрение которой в тренировочный процесс позволило не только повысить уровень специальной физической подготовленности, но и добиться более высоких результатов в спринтерском беге, создать фундамент для дальнейшего спортивного совершенствования.

Диссертация легко понимаема в связи с тем, что она подчинена выраженной единой логической линии: сначала – определение показателей статокINETической устойчивости бегунов-спринтеров, затем – их оценка и определение значимости в структуре специальной подготовленности спринтеров, наконец – разработка методики развития специальных координационных способностей и её встраивание в существующую систему подготовки. В целом можно констатировать, что задачи, ставившиеся перед исследованием, полностью решены – ответы на поставленные в работе вопросы в развёрнутом виде представлены в основной части диссертации, а их сжатое обобщённое содержание – в выводах.

Особой положительной оценки заслуживает организация формирующего эксперимента в рецензируемой диссертации. Так, его длительность в исследовании составила два месяца (8 недель), что соответствует современным международным стандартам такого рода исследований и повышает доказанность именно эффективности предлагаемой методики, уменьшая суммарное действие на испытуемых прочих факторов, которое в течение более длительных экспериментов трудно отслеживать.

Следует особо отметить детальное аргументированное обоснование автором выбора применявшихся в работе тестов скоростных, скоростно-силовых способностей (с. 69). Его наличие в тексте работы снимает большинство возможных вопросов по этому поводу. Построение диссертации в соответствии с единой исследовательской линией, применение сертифицированных инструментальных методик получения информации об изучаемых объектах, грамотная организация эксперимента в целом позволяют считать высокой **достоверность практических результатов** работы и сформулированных на основе их осмысления теоретических положений и **выводов**.

В то же время в работе имеются материалы, положения, утверждения, которые могут стать предметом дискуссии, хотя их наличие и не меняет положительной оценки диссертации в целом. К таким **дискуссионным моментам** можно отнести следующее:

1. Вызывает ряд вопросов описание автором некоторых методов исследования. Так, на странице 67 указано, что во время теста "Поза Ромберга" на стабилметрической платформе "... испытуемый должен был поддерживать равновесие в основной стойке с наименьшими колебаниями тела". Однако, во-первых, ниже автор указывает, что "... стопы устанавливаются параллельно друг другу симметрично относительно центра платформы на расстоянии клинической базы друг от друга" – такая позиция отличается от положения стоп в основной стойке (пятки вместе, носки врозь); во-вторых, в ряде исследований установлено, что эффективное поддержание статического равновесия обусловлено не минимизацией колебаний общего центра масс тела, а их оптимальными величинами, поэтому выполнение требования о наименьшем колебании тела теоретически могло приводить к более ранней потере равновесия.

При описании теста "Бег на 30 м с ходу" (с. 68) указано, что "Спортсмен располагался в 15-30 метрах от линии старта" – необходимо было стандартизировать дистанцию для стартового разгона, в противном случае это могло явиться причиной значительных различий в результатах теста.

Не названа система "электронного хронометража" позволявшего определять время в спринтерских тестах с точностью до 0,01 с.

2. Автором для определения достоверности различий выборочных средних заявлены следующие методы: t-критерий Стьюдента, T-критерий Вилкоксона, U-критерий Манна-Уитни (с. 71-72). Между тем, например, определение достоверности различий при попарном сравнении данных стабилметрии у трёх групп бегунов на короткие, средние и длинные дистанции (табл. 1, с. 77) возникает проблема множественного сравнения, решение которой требует применения специфических методов математической статистики.

3. При изучении различий статокинетических показателей бегунов на короткие, средние и длинные дистанции (табл. 1, с. 77), а также бегуний на короткие и средние дистанции (табл. 2, с. 82) автор показывает, что между названными группами спортсменов имеются достоверные различия массы тела, однако не рассматривает возможные различия их роста. Также не учитывался рост спортсменов при сравнении статокинетических показателей легкоатлетов мужчин и женщин. Между тем рост спортсмена и высота расположения общего центра масс его тела могут во многом определять статокинетические показатели.

4. Автором не совсем убедительно представлено влияние предлагаемых изменений в методике тренировки на статокинетические показатели спринтеров. Так, из таблицы 19 на страницах 121-122 следует, что в конце эксперимента спринтеры-мужчины экспериментальной группы достоверно превзошли легкоатлетов из контрольной группы лишь в одном из семи исследованных показателей. А у спринтеров-женщин (табл. 21 на странице 123) таких различий не зафиксировано вовсе. Автор уходит от обсуждения этих фактов, акцентируя внимание на достоверных различиях названных показателей в экспериментальной группе в начале и конце формирующего эксперимента, лишь косвенно подтверждающих наличие эффекта обработки. Подобная подача материала привела к дублированию данных в таблицах 18 и 19 (с. 121-122), 20-21 (с. 122-123).

В то же время, как уже отмечалось выше, приведённые замечания носят во многом дискуссионный характер и не меняют в целом положительной оценки рецензируемой диссертации.

Заключение

Материалы, представленные в диссертации Табакова Антона Исмагиловича "Физическая подготовка легкоатлетов-спринтеров с использованием средств сопряженного развития координационных, силовых, скоростных способностей", представленной на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 "Теория и методика физиче-

ского воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" (педагогические науки), могут быть расценены как решение научной задачи, имеющей значение для развития теории и методики подготовки в лёгкой атлетике, обладают логическим единством и завершённостью, а также выраженными признаками научной новизны, теоретической и практической значимости. Аргументация основных положений и выводов диссертации позволяет высоко оценить степень их достоверности. Это даёт основания считать полностью обоснованными притязания автора диссертации, Табакова Антона Исмагиловича, на присуждение учёной степени кандидата педагогических наук по искомой специальности.

20 января 2020 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@adynet.ru

