


«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель генерального  
директора по научной работе –  
руководитель ПНИИК ФФГБУ  
СКФНКЦ ФМБА России в  
г. Пятигорске, доктор мед. наук,  
профессор

 Н.В. Ефименко  
«25» \_\_\_\_\_ 2021 г.

## Отзыв

**ведущей организации Федерального государственного бюджетного учреждения «Северо-Кавказский федеральный научно-клинический центр Федерального медико-биологического агентства» о научно-практической ценности диссертации Альбшлави Майсун Мохсен «Индивидуализация специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла», представленной 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 темы диссертационного исследования.** С включением в 2000 году в программу Олимпийских игр женской тяжелой атлетики возникла еще большая необходимость в научных разработках, касающихся исследований особенностей проявления, развития и функционирования организма женщин-спортсменок при тренировках в данном виде спорта. Достаточно большое количество научных педагогических исследований посвящены построению и индивидуализации спортивной подготовки мужчин тяжелоатлетов, а исследования, связанные с данными вопросами, касающимися подготовки женщин, почти полностью отсутствуют.

Функциональные возможности «обычной» женщины не в полной мере применимы к оценке функциональных возможностей женщин-спортсменок, демонстрирующих высокие спортивные результаты в силовых видах спорта. Также «обычные» женщины отличаются от спортсменок и по соматотипическим особенностям. Знание особенностей строения тела и биомеханики двигательных действий женщин при занятиях тяжелоатлетическим спортом крайне необходимо для эффективной организации технической и физической силовой подготовки спортсменок,



способствуя индивидуализации и эффективности тренировочной деятельности.

В связи с вышеизложенным, актуальным представляется исследование, посвященное индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла. Еще большей ценностью является решение данной научной задачи с позиций биомеханики и антропологии спорта.

#### **Новизна результатов исследования.**

Тема и задачи исследования соответствуют требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям, и паспорту специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

В работе впервые были определены взаимосвязи морфологических особенностей квалифицированных тяжелоатлетов с кинематико-динамическими параметрами выполняемых тренировочных и соревновательных упражнений. Определена структура индивидуального профиля специальной силовой подготовленности квалифицированных тяжелоатлетов по кинематико-динамическим параметрам движений. Разработана модель индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла. Определены содержание и направленность эффективной индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла с учетом индивидуального профиля специальной силовой подготовленности и уровня развития максимальной силы, взрывной силы и стабильности силы.

**Значимость результатов для развития** теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры заключается в расширении и углублении знаний о гендерных особенностях проявления и тренировки силовых и скоростно-силовых способностей, особенностей технической подготовки биомеханики двигательных действий в сложнокоординационном тяжелоатлетическом спорте, индивидуализации подготовки с учетом антропометрических особенностей спортсменов.

**Теоретическая значимость результатов исследования.** Проведенный анализ диссертации позволяет рассматривать ее как научное исследование, в котором решаются теоретические и практические вопросы, дополняющие концепцию индивидуализации подготовки спортсменов положениями об индивидуализации подготовки в женской тяжелой атлетике, а также концепцию развития физических способностей данными о развитии силовых и скоростно-силовых качеств у женщин-тяжелоатлетов.

Результаты работы дополняют новейшие исследования по основам спортивной тренировки тяжелоатлетов, биомеханическим аспектам подготовки спортсменов в силовых видах, открывают перспективы преобразования



системы подготовки спортсменов на основе использования технических средств (мобильных носимых технологий).

Результаты работы дополняют новыми знаниями разделы «Теория и методика тяжелой атлетики», «Спортивная подготовка женщин спортсменок», «Биомеханика спортивных упражнений», «Технические средства в спорте».

**Значимость результатов исследования для практики.** Диссертационное исследование имеет существенное и многоплановое практическое значение. Представлены научно-обоснованные данные о том, что индивидуализация специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годичного цикла на основе учета кинематико-динамических параметров движений обеспечивает существенное повышение уровня развития максимальной силы, взрывной силы, стабильности силы, а также повышение показателей специальной физической подготовленности и соревновательного результата.

Разработанные перцентильные шкалы оценки уровня развития максимальной силы, взрывной силы, стабильности силы на основе кинематико-динамических параметров движений квалифицированных тяжелоатлетов будут способствовать повышению качества контроля и коррекции тренировочного процесса.

Материалы исследования по индивидуализации спортивной подготовки женщин-тяжелоатлетов могут быть использованы в практике работы тренеров спортивных школ, клубов и секций по тяжелой атлетике, а также в учебном процессе студентов вузов физической культуры и спорта, на курсах повышения квалификации и профессиональной переподготовки тренеров.

Практическая значимость полученных автором результатов подтверждается их внедрением в практику подготовки сборной команды Республики Татарстан (Спортивный комплекс «Маяк» г. Зеленодольск, ДЮСШОР по тяжелой атлетике г. Казани.) и сборной команды Ульяновской области по тяжелой атлетике (Центр спортивной подготовки Ульяновской области).

Определены перспективы и **конкретные рекомендации практического использования** теоретических положений диссертационного исследования. Результаты диссертационной работы могут послужить базой для проведения дальнейших прикладных исследований по организации учебно-тренировочного процесса и индивидуализации подготовки на основе анализа оперативных данных с носимых устройств. Следует рекомендовать применение антропометрических и биомеханических параметров для реализации концепции индивидуализации подготовки и в других видах спорта.

**Обоснование научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации.** В рецензируемой работе автор четко сформулировал цель исследования. Для решения данной цели Альбшлави



М.М. поставила 5 задач, заключающихся в выявлении взаимосвязи морфологических особенностей квалифицированных тяжелоатлетов с кинематико-динамическими параметрами тренировочных и соревновательных упражнений; определении индивидуальных профилей специальной силовой подготовленности квалифицированных тяжелоатлетов на основе учета кинематико-динамических параметров движений в специально-подготовительных рывковых и толчковых упражнениях; разработке модели индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла; определении содержания и направленности индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла с учетом индивидуального профиля специальной силовой подготовленности и уровня развития максимальной силы, взрывной силы и стабильности силы; экспериментальном обосновании эффективности индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла.

Диссертация выполнена в традиционном стиле и состоит из введения, обзора литературы, имеющего оригинальное название «Теоретико-методические аспекты разработанности проблемы совершенствования силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов», главы «Методы и организация исследования», 2-х глав собственных исследований, обсуждения, выводов, заключения, списка литературы и приложений. Материал изложен на 164 страницах, приложения – на 11 страницах. Работа проиллюстрирована 15 таблицами и 33 рисунками. Список литературы включает 248 наименований, в том числе 104 иностранных источников.

В обзоре литературы полностью раскрыты актуальность и проблема исследования. Представленные современные отечественные и зарубежные публикации указывают на значимую роль гендерных особенностей в подготовке тяжелоатлетов, а также на важность, но недостаточную разработанность проблемы индивидуализации спортивной подготовки в тяжелоатлетическом спорте. Раскрыты особенности силовой подготовки в тяжелой атлетике и методы оценки техники тяжелоатлетических упражнений по биомеханическим параметрам.

Автор диссертации использовала современные педагогические, биомеханические (акселерометрию) и антропометрические методы исследования и метод моделирования. Результаты обработаны методами математической статистики, Т-критерия Стьюдента и корреляции Пирсона.

В главе 3 «Результаты анализа кинематико-динамических параметров движений квалифицированных тяжелоатлетов» приводятся данные о корреляционных взаимосвязях антропометрических параметров тяжелоатлетов с результатами в соревновательных упражнениях рывок и толчок, а также данные кинематико-динамических параметров



соревновательных и специально вспомогательных тяжелоатлетических упражнений и их взаимосвязи с результативностью.

Глава 4 «Теоретическое и экспериментальное обоснование индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде» раскрывает методику составления индивидуального профиля специальной силовой подготовленности квалифицированных тяжелоатлетов по кинематико-динамическим параметрам движений; построения модели индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде; особенности индивидуализации содержания и направленности специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде; экспериментальное обоснование эффективности индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде.

Несомненным преимуществом данной работы является наличие расширенного заключения по каждой главе, а также общего заключения и обсуждения результатов диссертационного исследования. Такой подробный анализ позволил тщательно научно обосновать содержание и направленность индивидуализации специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлетов в подготовительном периоде годового цикла, исходя из профилей силовой подготовки.

Оформление диссертации соответствует предъявляемым требованиям ВАК. Все основные результаты диссертации, на основе которых сделаны выводы и защищаемые положения диссертации, опубликованы в 11 работах, в том числе в 4 изданиях, рекомендованных ВАК, апробированы на специализируемых научных форумах разного уровня.

#### **Достоверность результатов исследования**

Анализ теоретической базы, использованной для организации исследования, методических подходов и аппаратуры, публикаций по результатам диссертации, а также контингента обследуемых лиц указывает на достоверность и обоснованность полученных результатов диссертации. Исследование базируется на современных и общепринятых теоретических предпосылках, а также на работах, проведенных отечественными и зарубежными исследователями в последние годы. Результаты получены на репрезентативной выборке: 17 квалифицированных спортсменок-тяжелоатлетов.

В исследовании исходных данных – кинематико-динамических параметров движений в общей сложности проведено 1124 измерения толчковых и рывковых движений.

Статистический анализ данных. Полученные экспериментальные данные и расчетные величины обрабатывали с использованием современных методов математического анализа – Т-критерия Стьюдента и корреляцию Пирсона, с помощью программы MS Office Excel 2010.



Основные положения и выводы диссертации достаточно апробированы в статьях и тезисах конференций международного и всероссийского уровня, 4 из которых опубликованы в научных журналах, рекомендованных ВАК Министерства образования и науки РФ.

Таким образом, можно утверждать, что результаты диссертационного исследования достоверны и обоснованы.

**Личный вклад соискателя** в получении результатов, изложенных в диссертационном исследовании, заключается в:

- постановке проблемы, определении объекта, предмета, цели и задач исследования;
- определении теоретических и практических оснований программы исследования;
- подборе адекватного комплекса педагогических, биомеханических, антропометрических и математических методов исследования;
- сборе, обработке и интерпретации научных данных;
- подготовке публикации результатов выполненной работы;
- написании текста диссертации и автореферата.

**Вопросы и замечания, возникшие при рассмотрении диссертации и автореферата.** Оценивая в целом положительно диссертационное исследование Альбшлави М.М., считаем целесообразным остановиться на некоторых замечаниях и вопросах дискуссионного плана:

1. По нашему мнению, количество и объём положений, выносимых на защиту, несколько избыточен для кандидатской диссертации. Можно было ограничиться 2-м, 3-м и 4-м положениями.

2. В работе не представлено, каким образом рассчитывались из данных акселерометрии кинематико-динамические параметры толчковых и рывковых движений (не представлены формулы расчета).

3. В работе встречаются орфографические и синтаксические ошибки, не во всех рисунках пояснены обозначения и сокращения.

4. В диссертационном исследовании применялись параметрические методы статистической обработки данных, проводилась ли проверка исходных данных на нормальность распределения?

5. С чем связано то, что время на рисунках приводится в относительных единицах измерения, синхронизировались и сопоставлялись ли данные акселерометрии с фазами тяжелоатлетических упражнений?

6. Видит ли диссертант перспективы продолжения данной работы в переносе разработанной им технологии индивидуализации специальной силовой подготовки женщин-тяжелоатлеток на спортсменов-мужчин?

Имеющиеся замечания не снижают научной ценности и практического значения представленной работы.

**Заключение.** Таким образом, диссертация Альбшлави Майсун Мохсен «Индивидуализация специальной силовой подготовки квалифицированных тяжелоатлеток в подготовительном периоде годичного цикла» является самостоятельным законченным научно-квалификационным оригинальным

исследованием, в котором сформулированы и обоснованы научные положения, совокупность которых можно квалифицировать как новое решение актуальной научной задачи, имеющей существенное значение для теории и методики физической культуры и спорта.

Работа имеет теоретическое и практическое значение, соответствует паспорту избранной специальности и в полной мере отвечает требованиям, предусмотренным в пункте п.9 «Положения о порядке присуждения ученых степеней», утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 г., № 842, предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры, а её автор достоин присуждения искомой степени.

Отзыв рассмотрен на расширенном заседании центра медико-биологических технологий ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России 25.05.2021 г.

Отзыв подготовила:

доктор биологических наук, профессор  
руководитель центра медико-биологических технологий  
ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России

Юлия Владиславовна Корягина

Ставропольский край, г. Ессентуки, 357601, ул. Советская, 24;  
Телефон служ. +7 (906) 4711405  
E-mail: [nauka@skfmba.ru](mailto:nauka@skfmba.ru)

Подпись Корягиной Ю.В. заверяю.  
Начальник отдела кадров Е.В. Склярова

