

Отзыв

официального оппонента доктора педагогических наук, доцента, **Башкина Виктора Михайловича** на диссертационную работу **Джалилова Пирбалы Бейрутовича «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля»**, 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. Диссертация П.Б. Джалилова «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля» посвящена решению задач выбора величин тренировочной нагрузки, как по общему объему, так и в отдельных упражнениях, выполняемых с той или иной интенсивностью и направленных на повышение спортивной работоспособности.

Уровень современных спортивных достижений в пауэрлифтинге требует на начальном этапе подготовки применения весьма значительных и напряженных физических нагрузок, которые в то же время не должны быть чрезмерными.

Возможность эффективного управления тренировочным процессом спортсменов определяется интеграцией в этот процесс медико-биологических исследований механизмов адаптации. Предельные объем и интенсивность нагрузок в пауэрлифтинге сегодня требуют от спортивной педагогики активного поиска методов повышения физической работоспособности, ускорения восстановительных процессов, сохранения здоровья спортсменов в условиях интенсивной тренировочной деятельности.

В этой связи изучение биохимических механизмов адаптации к физическим нагрузкам имеет особое значение, поскольку выявление степени воздействия силовых нагрузок разной интенсивности на биохимические показатели организма является показателем, позволяющим оценивать уровень общей работоспособности.

Однако, несмотря на успехи ученых, достигнутые в области спортивной биохимии, нет обобщающих данных о степени воздействия физических нагрузок разной интенсивности на биохимические показатели организма спортсменов-пауэрлифтеров.

Внедрение в практику спортивной тренировки методики использования результатов текущих биохимических обследований для индивидуальной коррекции срочного тренировочного эффекта остаётся без должного внимания.

Работа выполнена в соответствии с тематическим планом НИР НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург направление 01.01 – разработка современных рекреационных технологий в атлетизме 2016-2020; 02.02 – разработка комплексной оценки работоспособности и повреждения жизненно важных органов у спортсменов высокого класса на основе инновационных лабораторно-биохимических автоматизированных методов 2016-2020.

Все вышесказанное, на мой взгляд, позволяет считать диссертационную работу Джалилова П.Б., «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля» своевременной и актуальной.

Научная новизна исследования. В диссертации П.Б. Джалилова представлены результаты, обладающие научной новизной, имеющие практическую значимость:

– установлена взаимосвязь между параметрами нагрузки (интенсивностью тренировочной нагрузки) и концентрациями метаболитов в слюне спортсменов, занимающихся пауэрлифтингом;

– выявлена количественная взаимосвязь содержания биохимических показателей срочных и отставленных тренировочных эффектов на нагрузки разной интенсивности в подготовительном и соревновательном периоде;

– получены новые возможности коррекции тренировочной нагрузки силовой направленности на основе биохимического контроля с использованием изменений концентраций метаболитов в слюне, в моче и в крови при воздействии нагрузок разной интенсивности у спортсменов, занимающихся пауэрлифтингом.

Обоснованность и достоверность научных положений и выводов.

Постановка проблемы, формулирование конкретных задач диссертации и выбор методов исследования являются тщательно взвешенными и надежно обоснованными. Работа тщательно спланирована, а результаты подвергнуты грамотному и корректному обсуждению.

В работе Джалилова П.Б. использованы современные инструментальные средства исследования.

Достоинством работы и повышающим её значимость для теории и практики спорта является то, что поисковые исследования и педагогический эксперимент проводились с действующими спортсменами высокой квалификации.

Анализ изменения биохимических показателей проведен в различные сроки учебно-тренировочного процесса в динамике, что позволяло оценить биохимические изменения в организме и физического развития спортсменов.

Обработка данных выполнена корректно с привлечением адекватных статистических методов и современного программного продукта для статистического анализа данных.

Результаты диссертационной работы докладывались и обсуждались на многочисленных конференциях и научных семинарах.

Все это обеспечивает обоснованность выводов и положений, выносимых на защиту.

Теоретическая и практическая значимость диссертационного исследования заключается в дополнении теории спортивной тренировки об оценке воздействия тренировочной нагрузки силовой направленности на

организм пауэрлифтеров с использованием биохимического контроля, позволяющего оперативно выявлять эффективность применяемых нагрузок. Результаты исследования могут представлять интерес для специалистов, работающих со спортсменами на всех этапах многолетней подготовки. Оперативный контроль позволяет корректировать тренировочные нагрузки и индивидуализировать их на основе экспресс анализа.

Практическая значимость работы определяется тем, что в диссертации решается ряд вопросов прикладного характера:

Представленные в диссертационном исследовании данные об уровне содержания биомаркеров, их своевременный анализ, позволят спортсменам и их тренерам найти оптимальные тренировочные нагрузки, что будет способствовать улучшению спортивных результатов.

Разработанная программа биохимического контроля, характеризующая этапное и текущее состояние спортсменов, позволяет оптимизировать тренировочные и соревновательные нагрузки в микро и мезоциклах и, вследствие этого, повысить эффективность управления подготовкой спортсменов.

Значимость для развития соответствующей отрасли науки основные положения исследования внедрены в учебно-тренировочный процесс федерации пауэрлифтинга г. Санкт-Петербурга, в учебно-тренировочный процесс федерации тяжелой атлетики Санкт-Петербурга, в учебный процесс кафедры теории и методики атлетизма НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, о чем свидетельствуют акты внедрения, приложенные к диссертации. Успешное выступление на соревнованиях, вплоть до чемпионатов Европы, подтвердило эффективность применяемых методов исследования в учебно-тренировочном процессе.

Рекомендации по использованию результатов и выводов диссертационной работы.

Результаты, полученные в ходе выполнения исследования Джалиловым П.Б., могут быть использованы непосредственно в тренировочном процессе пауэрлифтеров высокой квалификации, в учебном процессе Вузов на кафедрах, специализирующихся по теории и методике атлетизма, и теории и методике физической культуры, на курсах повышения квалификации.

Структура и оформление диссертации. Диссертационная работа П.Б. Джалилова изложена на 153 страницах машинописного текста и включает в себя введение, четыре главы, обсуждение результатов, заключение, практические рекомендации, список использованной литературы и приложения. Диссертационная работа содержит 22 рисунка и 27 таблиц. Библиография представлена 191 источником, 67 из которых – на иностранных языках.

Во введении обосновывается актуальность диссертационного исследования; формулируется цель и основные задачи работы; описывается предлагаемый автором подход к решению поставленных задач; характеризуется степень новизны полученных результатов и их апробация.

В первой главе «Теоретико-методологическое обоснование проблемы исследования» изложены современные представления об управлении подготовкой спортсменов, проблемы контроля и индивидуализации спортивной подготовки, оценки влияния тренировочной нагрузки силовой направленности на организм спортсменов.

Глава 2 «Организация и методы исследования» содержит описание объектов исследования, методов, использованных для решения поставленных задач и методов статистической обработки данных.

Разделы диссертации, посвященные описанию результатов собственных исследований, представлены в виде двух глав. Каждая глава содержит подробное описание результатов исследования и их обсуждение.

В главе 3 «Разработка методики применения биохимического контроля для оценки воздействия тренировочной нагрузки на организм спортсменов

занимающихся пауэрлифтингом», посвящена решению первых двух задач исследования.

Автор анализирует современное состояние проблемы педагогического контроля и коррекции тренировочной нагрузки в пауэрлифтинге на основе анкетного опроса тренеров и специалистов, результатов педагогических наблюдений организации и построения тренировочных занятий.

П.Б. Джалилов излагает биохимическую характеристику различных тренировочных нагрузок, выявляемую в процессе текущего контроля, которая позволяет судить о степени мобилизации и использованию резервных возможностей организма. Установлена особенность метаболических сдвигов в моче и в слюне во время занятий пауэрлифтингом.

Выявлены различия показателей срочного и отставленного тренировочных эффектов в подготовительном и соревновательном периоде.

В главе 4 «Экспериментальное обоснование применения коррекции тренировочной нагрузки на основе биохимического контроля для построения оптимальных тренировочных нагрузок спортсменов занимающихся пауэрлифтингом» - рассматривается и анализируется итоги экспериментального изучения коррекции тренировочной нагрузки в пауэрлифтинге на основе предлагаемого автором оперативного биохимического контроля, характеризующий метаболические сдвиги при воздействии силовых нагрузок.

Выводы полностью соответствуют цели и задачам диссертационного исследования и объективно отражают полученные результаты.

Завершается диссертационная работа практическими рекомендациями, которые необходимо учитывать при планировании тренировочных нагрузок, при подготовке к соревнованиям и в биохимических исследованиях.

Диссертационное исследование Джалилова П.Б. посвящено сложной проблеме и в силу этого не может не вызывать дискуссионных суждений и **замечаний:**

1. Из работы не ясно, с какой целью были выбраны именно эти семь показателей?

2. В главе 3.3 недостаточно полно описано проведение констатирующего эксперимента. Нет информации о количестве подходов, времени отдыха и других параметрах нагрузки.

3. В четвертой главе имеются данные не только о срочных и отставленных, но и кумулятивных тренировочных эффектах воздействия физической нагрузки силовой направленности на организм спортсменов, так как изучаются биохимические показатели в подготовительном и соревновательном периоде, однако в предмет исследования вынесен анализ только срочных и отставленных тренировочных эффектов.

Отмеченные выше замечания и недочеты не принципиальны и не снижают общего высокого мнения о представленной диссертации.

Заключение

Диссертация Джалилова П.Б. «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля» является глубоким, серьезным и тщательно выполненным научным исследованием. Диссертация представляет собой завершённое исследование, имеющая важное теоретическое и практическое значение.

Полученные в работе результаты позволяют по-новому взглянуть на проблему оценки воздействия тренировочных нагрузок силовой направленности на организм спортсменов.

Диссертационная работа Джалилова Пирбалы Бейрутовича «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля» соответствует паспорту специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки), имеет важное социокультурное значение для теории и методики физической культуры и носит прикладной характер. По своей актуальности,

теоретической и практической значимости, степени обоснованности, достоверности и новизне научных положений и выводов, диссертация соответствует требованиям п. 9, 10, 11, 13, 14 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства РФ № 842, от 24.09.2013 года, предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата наук.

Официальный оппонент:

Доктор педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой физической культуры и спорта
ФГАОУ ВО «Санкт-Петербургский
государственный университет аэрокосмического
приборостроения»



Башкин Виктор Михайлович

18 февраля 2021

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения», кафедра физической культуры и спорта, Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, 19000, г. Санкт-Петербург, ул. Большая Морская, д. 67, лит. А, тел. (812) 571-23-74, fri-spb@rambler.ru