

ОТЗЫВ

официального оппонента

на диссертацию Федорова Эдуарда Павловича на тему «Восстановление квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировки», 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 в диссертационный совет Д 311.010.01 на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Диссертация Э.П. Федорова представляет собой исследование, направленное на научное обоснование методики восстановления квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировочного процесса.

Актуальность темы выполненной работы. У народов Севера издавна сложилась своеобразная по содержанию, формам и методам система физического воспитания, передающаяся из поколения в поколение, способствующая самосохранению коренного населения, проживающего в экстремальных условиях Крайнего Севера. Это послужило зарождению самобытных национальных видов спорта, отражающих философию жизнедеятельности народов Республики Саха (Якутия).

К таким национальным видам единоборств, несомненно, относится и мас-рестлинг, позволяющим атлетам демонстрировать такие физические качества как сила, ловкость и выносливость. Мас-рестлинг является национальным видом спорта Якутии, единственным в мире, с уникальной спортивной техникой, вовлекающей в функционирование все мышечные группы организма спортсмена.

В этой связи, рациональное и планомерное применение методики восстановления с определением ее роли и места в тренировочном процессе в значительной степени предопределяет эффективность всей системы подготовки спортсменов, специализирующихся в мас-рестленге.

Анализ работ, посвященных данной проблеме показал, что в спортивной практике восстановительные мероприятия применяются с учетом специфики вида спорта, дифференцируются в зависимости от характера, объема и интенсивности физических нагрузок, функционального состояния организма, степени утомления, периода спортивной тренировки и уровня квалификации спортсменов.

При изучении отечественных и зарубежных литературных источников, соискателем было рассмотрено достаточное количество работ, посвященных особенностям применения разнообразных средств восстановления в различных видах спорта, но исследований по проблемам методик восстановления в тренировочном процессе по мас-рестлингу в современной научной литературе обнаружено крайне мало.

В связи с вышеизложенным, выявлена проблема в организации управления восстановительными мероприятиями в тренировочном процессе годичного цикла у квалифицированных спортсменов мас-рестлеров.

Структура диссертации определилась сформулированными целью и задачами исследования. Диссертация состоит из следующих разделов: введения, четырех глав, включающих обзор литературы, изложение результатов собственных исследований и их обсуждения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, приложений и актов внедрения.

Диссертация изложена на 193 страницах печатного текста, иллюстрирована 23 таблицами и 31 рисунками. Список литературы состоит из 199 источников, из них – 192 отечественных и 7 - зарубежных авторов.

Для решения поставленных в работе задач, автор использовал следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы, педагогическое тестирование, медико-биологические методы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, опрос (анкетирование), методы математической статистики.

Во **введении** автором четко отражается актуальность проблемы, научная новизна и практическая значимость работы, формулируется проблема исследования.

В первой главе в ходе теоретического исследования соискатель обобщил теоретико-методические предпосылки и особенности построения тренировочного процесса квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировки; рассматривает особенности реакции организма на физическую нагрузку; анализирует возможное возникновение травм в различных видах единоборств на различных этапах спортивной подготовки; дает определение процессов утомления; теоретически обосновывает применение средств и методов восстановления спортсменов в тренировочном процессе.

Во второй главе автор представил задачи, методы, описание организации и этапов диссертационного исследования.

Третья глава диссертации посвящена обсуждению результатов констатирующего эксперимента, послуживших теоретическим обоснованием методики восстановления квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировки. Автором представлены результаты проведенного экспериментального исследования.

Для подтверждения выводов теоретического анализа о необходимости применения восстановительных средств, проведено анкетирование высококвалифицированных спортсменов ($n = 50$) и ведущих тренеров ($n = 10$) этого популярного национального вида спорта Якутии. В результате опроса всеми респондентами была отмечена высокая необходимость использования средств и методов восстановления в тренировочном процессе мас-рестлеров, причем актуальность их применения возрастает пропорционально росту квалификации спортсменов, сопряженной с возрастанием тренировочных нагрузок в годичном цикле.

Результаты констатирующего эксперимента позволили осуществить объективный подбор средств восстановления в зависимости от уровня

физического развития, функционального состояния и общей работоспособности мас-рестлеров с учетом особенностей подготовленности спортсменов.

Корреляционный анализ, проведенный соискателем, между основными значениями физической подготовленности, функционального состояния, общей физической работоспособностью квалифицированных мас-рестлеров, позволил установить взаимосвязи высокой и средней степени. Выявлена высокая корреляционная значимость тестового упражнения «становая тяга» в контроле за подготовленностью спортсменов.

С учетом результатов предварительного и констатирующего экспериментов, значений корреляционного анализа, автором, Э.П. Федоровым была разработана и апробирована методика восстановления квалифицированных мас-рестлеров в экспериментальной группе спортсменов.

Обоснование эффективности разработанной экспериментальной методики восстановления квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировки, представлено автором в **четвертой главе**.

Эффективность разработанной методики была представлена путем сравнения значений результатов контрольной и экспериментальной групп, полученных в ходе формирующего эксперимента. Достоверность выводов, полученных при анализе и интерпретации данных подтверждены методами статистической обработки.

Теоретическая ценность исследования заключается в следующем:

- в дополнении теории и методики спортивной тренировки новыми научными фактами и представлениями об особенностях средств и методов восстановления в годичном цикле тренировки квалифицированных спортсменов мас-рестлеров;

- в обосновании методики восстановления квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле учебно-тренировочного процесса на тренировочном этапе;

- в определении оптимального сочетания тренировочных нагрузок и восстановительных средств в годичном цикле для квалифицированных мас-рестлеров.

Достоверность и обоснованность результатов исследования.

Достоверность результатов определяется общей логикой исследования, достаточным количеством экспериментального материала, корректно обработанного статистическими методами и адекватно вписанного в логику реального тренировочного процесса квалифицированных спортсменов мас-рестлеров. Полученные в исследовании данные могут стать основой для создания практических и научно-методических рекомендаций для тренеров и спортсменов.

Научная значимость исследования состоит в следующем:

- научно обосновано, разработано и экспериментально проверено применение методики восстановления для спортсменов мас-рестлинга в структуре отдельных микро- и мезоциклов годичного тренировочного плана для квалифицированных мас-рестлеров на тренировочном этапе;

- обоснована методика применения физических средств восстановления (вибромассаж, восстановительный спортивный массаж, самомассаж, ортостатическая электромеханотермотерапия, паровая баня «Кедровая бочка», контрастный душ) и параметры их применения в годичном цикле тренировки квалифицированных мас-рестлеров в учебно-тренировочном процессе;

- обоснован объем, интенсивность и направленность педагогических, медико-биологических и психологических средств восстановления для квалифицированных мас-рестлеров в годичном цикле на тренировочном этапе;

- обосновано рациональное сочетание микро- и мезоциклов в периодах годичного цикла у квалифицированных мас-рестлеров на тренировочном этапе.

На основе вышеизложенного сделаны выводы и разработаны практические рекомендации о возможности применения методики восстановления в системе управления подготовкой квалифицированных спортсменов мас-рестлеров.

Значимость результатов, полученных автором для науки и практики. Научная значимость результатов диссертационного исследования для теории и методики спортивной подготовки объясняется логической структурой представленного материала. Разработана, экспериментально доказана и рекомендована к применению для квалифицированных спортсменов мас-рестлеров методика восстановления в годичном цикле тренировки, включающей целый спектр средств восстановления: педагогических (рациональная организация тренировочного процесса, использование эффективных средств тренировки, оптимальное сочетание средств общей физической подготовки, специальные упражнения на гибкость); медико-биологических (вибромассаж, восстановительный спортивный массаж, самомассаж, ортостатическая электромеханотермотерапия, паровая баня «Кедровая бочка», контрастный душ) и психологических (музыкотерапия, варганотерапия национальной музыкой «Хомус»). Методика восстановления, применяемая с учетом уровня подготовленности и специфики тренировочного процесса, повышает эффективность протекания процессов восстановления и создает условия для достижения высоких спортивных результатов.

Диссертация написана грамотным литературным языком, полноценно иллюстрирована рисунками и таблицами.

Основное содержание диссертации отражено в 9 публикациях, из них 3 статьи опубликованы в журналах ВАК РФ включенных в перечень рецензируемых научных журналов и изданий.

Результаты исследования внедрены в практику подготовки квалифицированных спортсменов по мас-рестлингу, подтвержденных актами внедрения.

Практические рекомендации соискателя позволяют тренерскому составу более рационально планировать использование различных средств восстановления в годичном цикле тренировки спортсменов мас-рестлеров. Результаты исследования могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе мас-рестлеров, в учреждениях образовательной и спортивной направленности, осуществляющих подготовку спортивного резерва по мас-рестлингу.

Несмотря на высокую теоретическую и практическую значимость представленного диссертационного исследования, автору не удалось избежать ряда **ошибок и неточностей**:

1. Таблицы и рисунки, обобщающие данные многих исследователей выполнены грамотно, но, на наш взгляд, перегружены представленными результатами.
2. В главе 1 рецензируемой работы подробно представлен анализ технико-тактической подготовки мас-рестлеров, но в дальнейшем, это не нашло своего отражения при особенностях подбора восстановительных средств.
3. По нашему мнению, исследование выглядело бы значительно более методически привлекательно при осуществлении подбора средств восстановления с учетом индивидуальных особенностей спортсменов мас-рестлеров.
4. При разработке методики восстановления мас-рестлеров, автором не отражены особенности удержания или сгонки веса, что является важной отличительной особенностью при подготовке спортсменов в единоборствах.
5. С целью объективизации формирования методики восстановления мас-рестлеров, на наш взгляд, необходимо было проанализировать результативные выступления спортсменов и на их основе осуществить подбор направленных восстановительных средств, основанных на опыте ведущих тренеров по мас-рестлингу.

6. Заключение, сделанные по итогам экспериментальных третьей и четвертых глав, целесообразно было бы отразить в виде сравнительного анализа результатов, полученных автором с имеющимися данными, ранее представленными специалистами, занимающимися вопросами восстановления.
7. В тексте диссертации авторские ссылки указаны с детальным их описанием. На наш взгляд, можно было бы ограничиться указанием на порядковый номер литературного источника, что существенным образом уменьшило бы объем текста и улучшило бы его восприятие.
8. Список литературы содержит малое количество работ иностранных авторов, отсутствуют ссылки на интернет – источники.
9. В тексте диссертации встречаются стилистические неточности.

Вместе с тем, необходимо подчеркнуть, что отмеченные недостатки являются дискуссионными, не имеют принципиального характера, а так же не снижают общей положительной оценки работы.

Полученные в ходе диссертационной работы результаты позволяют внедрить ряд новых фундаментальных, прикладных положений в теорию и практику подготовки квалифицированных спортсменов мас-рестлеров.

Соответствие автореферата диссертационной работе. Автореферат и публикации соискателя ученой степени полностью отражают содержание диссертации. Автореферат структурно выдержан, результаты исследований представлены в виде обобщающих таблиц и рисунков, иллюстрирован в достаточной степени, написан доступным научным языком с соблюдением основной терминологии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

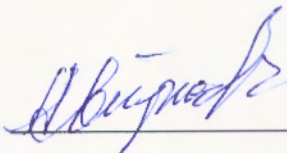
Диссертационная работа **Федорова Эдуарда Павловича** на тему «Восстановление квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировки», является завершенной научно-квалифицированной работой.

По своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне, достоверности полученных данных диссертационная работа Э.П. Федорова отвечает требованиям «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 24.09.2013 года, №842 (п.п. 9, 10, 11, 13, 14), предъявляемым к кандидатским диссертациям.

Работа полностью соответствует профилю Диссертационного Совета Д.311.010.01, а ее автор Федоров Эдуард Павлович, заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Официальный оппонент:

доктор педагогических наук, профессор
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Российский государственный университет
физической культуры, спорта, молодежи
и туризма (ГЦОЛИФК)»

«09» января 2019 г.  / Бирюков Анатолий Андреевич

РГУФКСМиТ по адресу:
105122, г. Москва,
ул. Сиреневый бульвар, д.4
тел.: 89163353621
E-mail: lfk2006@rambler.ru


Зам. нач. сб. 

