

ОТЗЫВ**ОФИЦИАЛЬНОГО ОППОНЕНТА**

на диссертацию **НЕНАХОВА ИЛЬИ ГЕННАДЬЕВИЧА**

**«ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ПРОЯВЛЕНИЯ СПОСОБНОСТИ К
РАВНОВЕСИЮ У СПОРТСМЕНОВ ПОСРЕДСТВОМ КОРРЕКЦИИ
МЫШЕЧНО-ТОНИЧЕСКИХ АСИММЕТРИЙ»,**

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 темы исследования

Современная тренировка в борьбе самбо характеризуется тем, что, спортсмен вынужден динамично и многократно повторять специфические двигательные действия в условиях ускоренного ритма и повышенной нагрузки, что сопровождается нагрузкой на одни и те же мышечные группы, суставы и сухожилия. Специфика техники основных положений самбистов во время ведения боя приводит к дополнительной односторонней перегрузке и перенапряжению опорно-двигательного аппарата. Для борьбы самбо характерны: высокий темп ведения поединка, частая смена атакующих и защитных действий, достаточно высокая скорость перемещения борцов на ковре, значительный уровень статической нагрузки. Сохранение равновесия во время соревновательной схватки не менее значимо, чем проведение бросков. Многократно повторяющаяся перегрузка аппарата движения с многочисленными однотипными и односторонними нагрузками являются сверхсильными раздражителями, вызывающим местное поражение тканей, где развиваются и сложные нарушения трофики сосудисто-вегетативного и

обменного характера, которые влияют на уровень проявления способности к равновесию.

Вопросы, касающиеся частоты выявления у практически здоровых спортсменов поструральных мышечных дисбалансов, нарушений тонусно-силовых характеристик отдельных мышц и мышечных групп, функционального блокирования отделов позвоночника, в литературе освещены достаточно скупо. В то же время согласно результатам многочисленных наблюдений последних лет они могут явиться фактором, провоцирующим и сопровождающим целый ряд пограничных и патологических состояний различных органов и систем организма, могут негативно влиять на проявление физического и технического потенциала спортсменов единоборцев, увеличивают риск получения спортивной травмы.

В связи с изложенным выше актуальность выполненной И.Г. Ненаховым работы очевидна, а включение в тренировочный процесс разработанной автором методики проприоцептивной миокоррекции мышечно-тонических асимметрий позволит достигать более высокого уровня в технической подготовке единоборцев и снизить влияние негативных факторов, действующих на опорно-двигательный аппарат спортсменов. Материалы выполненного соискателем исследования соответствует отрасли педагогические науки.

Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертации

Существенное научное достижение диссертации И.Г. Ненахова состоит в том, что автор установил:

- мышечно-тонические асимметрии оказывают негативное воздействие на уровень проявления способности к равновесию;
- специфичные мышечные перестройки, возникающие в ответ на часто повторяющиеся односторонние физические нагрузки, без проведения

срочных восстановительных мероприятий, снижают уровень спортивно-технических показателей у самбистов.

Ненахов И.Г. разработал методику коррекции мышечно-тонических асимметрий, которая направлена на коррекцию мышечных перестроек и повышение уровня проявления способности к равновесию посредством применения специально подобранных педагогических средств. Разработанная методика проприоцептивной миокоррекции позволяет создавать благоприятные условия для повышения уровня способности к равновесию и спортивно-технических показателей самбистов.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации, их достоверность и новизна

Исследование проведено на достаточном количестве спортсменов (60 человек), применены методы электромиографии и стабิโลграфии. Организация исследований спланирована в соответствии с основными задачами диссертации, проведена адекватная математико-статистическая обработка полученных данных. Выводы диссертации логически вытекают из результатов исследования. Они в достаточной степени аргументированы и соответствуют цели и задачам исследования. Широкий спектр педагогических, биомеханических и физиологических методов исследований позволил И.Г. Ненахову получить новые научные данные и создать научный труд с высоким уровнем теоретической и практической значимости.

Значимость полученных результатов для развития соответствующей отрасли науки заключается в дополнении Теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки знаниями о совершенствовании способности к равновесию спортсменов, повышении уровня проявления спортивно-технических показателей самбистов, коррекции специфичных

мышечных перестроек у спортсменов, снижении негативного влияния чрезмерных физических нагрузок на организм спортсменов.

Практическая значимость диссертации заключается в разработке автором новой методики проприоцептивной миокоррекции мышечно-тонических асимметрий, которая способствует созданию благоприятных условий для повышения уровня проявления статокинетической способности самбистов. Результаты исследования внедрены в учебный процесс НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург и в учебно-тренировочный процесс специализированных спортивных школ города Санкт-Петербург.

Недостатки работы

По диссертационной работе имеются некоторые замечания:

1. При описании процедуры антропометрического измерения не приводится информация о том, что такое приоритетная и неприоритетная сторона спортсмена и каким образом это определяется специалистом, проводящим исследования и ведущим протокол.
2. При определении влияния разработанной методики на спортивные результаты и спортивно-техническую подготовленность была проведена оценка специальной подготовленности спортсменов. Важно было представить ссылку на источник заимствования и более подробно представить информацию по проведению процедуры оценивания специальной физической подготовленности.
3. В разделе «Методы исследования» при описании электромиографии указываются особенности проведения исследования мышц задней поверхности бедра, мышц задней поверхности голени, передней поверхности бедра. В самой работе представлены данные электромиографии только паравертебральной группы мышц спины. Изложение сведений об электромиографических параметрах нижних конечностей самбистов могло существенно расширить представления о специфичных мышечных

перестройках, возникающих в ответ на часто повторяющиеся односторонние физические нагрузки.

Выявленные в работе недостатки не снижают ценность выполненного исследования. Очевидны перспективы продолжения подобных научных изысканий на примере других видов борьбы и прикладных единоборств. Результаты и выводы диссертации могут быть использованы: в организации учебно-тренировочного процесса в детских спортивных школах и спортивных центрах; в качестве дополнительного материала в лекционных и практических занятиях специалистов кафедр биомеханики, теории и методики физического воспитания высших учебных заведений.

Текст диссертации написан автором самостоятельно. Работа И.Г. Ненахова обладает внутренним единством, написана хорошим литературным языком и отличается четким, последовательным изложением материала. Диссертант в тексте работы ссылался на источники заимствования материалов других исследователей. Основные научные результаты диссертации опубликованы в виде 3 статей из перечня ВАК. В общей сложности по теме исследования автор опубликовал 7 печатных работ. Материалы исследования докладывались на международных научных конференциях. Автореферат полностью отражает содержание диссертации. Можно полагать, что научное сообщество в достаточной мере ознакомлено с результатами диссертационного исследования И.Г. Ненахова.

Заключение

Диссертация Ненахова Ильи Геннадьевича «Повышение уровня проявления способности к равновесию у спортсменов посредством коррекции мышечно-тонических асимметрий» представляет собой законченную научно-исследовательскую работу на актуальную тему. Новые научные результаты, полученные диссертантом, имеют существенное значение для науки и практики в области физической культуры и спорта.

Работа И.Г. Ненахова полностью соответствует требованиям «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 года № 842, предъявляемым к кандидатским диссертациям, а ее автор заслуживает присуждения искомой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Проректор по научно-исследовательской работе ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» доктор биологических наук, профессор, Городничев Руслан Михайлович.

182100, г. Великие Луки, ул. Юбилейная площадь, д.4

e-mail:gorodnichev@vlgafc.ru

Контактный телефон:+7 (81153) 3 51 96,

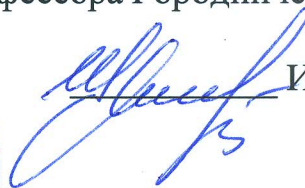
Дата 23.11.2018 г.



Р.М. Городничев

Подпись доктора биологических наук, профессора Городничева Р.М. заверяю
Начальник отдела кадров

«ИЗ» Исаева 2018 г.

И.Г. Попланова