

ОТЗЫВ

официального оппонента доктора педагогических наук Мякинченко Евгения Борисовича, ведущего научного сотрудника лаборатории проблем спортивной подготовки федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научный центр физической культуры и спорта на диссертацию Сивковой Юлии Николаевны «Стрелковая подготовка биатлонистов высокой квалификации в годичном цикле с использованием психофизиологической оценки и коррекции их состояния», представленную к защите в диссертационный совет 38.2.005.01, созданном на базе федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», по специальности 5.8.5. Теория и методика спорта

Актуальность темы выполненной работы и ее связь с планами соответствующих отраслей науки и народного хозяйства. Как показано в многочисленных исследованиях, качество стрельбы – второй после дистанционной скорости фактор соревновательной результативности биатлонистов высокого класса. Поэтому совершенствование стрелковой подготовленности спортсменов – важнейшая практическая задача, которая постоянно встает перед тренерами и специалистами, несмотря на то, что по качеству стрельбы российские спортсмены надежно занимали и занимают ведущие позиции в мире. Тем не менее, как показал опыт последних международных стартов, именно обидные ошибки в стрельбе лишали наших спортсменов золотых медалей. Многими специалистами справедливо отмечалось, что это может быть связано с более надежным овладением навыками управления своим психофизиологическим состоянием в ходе сезонной и многолетней подготовки биатлонистов. Поэтому совершенствование методики стрелковой подготовки и, особенно, методов и технологий достижения качественной стрельбы в напряженных условиях крупнейших соревнований, является важнейшей практической и теоретической проблемой.

В этой связи, безусловный интерес представляет поиск нетрадиционных путей повышения надежности стрельбы российских

биатлонистов. В частности, можно согласиться с автором, что пока существует очень мало разработанных и апробированных способов регуляции психического и психологического состояния спортсменов. Также как повышения, своего рода, «психофизиологической подготовленности спортсменов», под которой можно понимать владение ими навыков специфической психорегуляции, применимых к оптимизации текущего и оперативного состояния при непосредственной подготовке к соревнованиям или, даже, при подходе к огневому рубежу.

Сказанное выше является основанием считать, что исследование, выполненное Сивковой Юлией Николавной, по изучению возможностей, заключенных в использовании современных инструментальных методов реализации т.н. «альфа-тренинга» для релаксации спортсменов, оценки и коррекции психофизиологического состояния биатлонистов в контексте улучшения их стрелковой подготовленности, безусловно, актуально и имеет большие практические перспективы, причем – и это очень важно – не только в биатлоне.

Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертации.

- выполнен анализ существующих методов, в том числе инструментальных, оценки и коррекции психофизиологического состояния спортсменов высокой квалификации. Оценены возможности и место применения таких методик в системе годичной подготовки биатлонистов высокого класса, раскрыта и охарактеризована система факторов определяющих психофизиологическую подготовленность биатлонистов;

- методом анкетного опроса подтверждена актуальность использования методов психофизиологической регуляции в подготовке биатлонистов высокого класса;

- в ходе инструментального исследования подтверждено, что метод альфа-тренинга является эффективным средством воздействия на психоэмоциональную сферу спортсменов, путем модуляции функциональной активности мозга. При этом показано, что в выбранном варианте применения (15 уроков), метод альфа-тренинга может дифференцированно воздействовать на разные группы спортсменов, оказывать положительное

воздействие на время бега на тредбане до отказа при тенденции снижения потребления кислорода и легочной вентиляции, то есть путем повышения эффективности мышечной деятельности;

- в работе обосновано, что выбранный программно-аппаратный комплекс обладает рядом конструктивных и эксплуатационных характеристик, делающим возможным его применения в практике спортивной тренировки, в частности, в составе методики стрелковой подготовки;

- в ходе сравнительного эксперимента, показано, что включение в естественный тренировочный процесс биатлонистов высокого класса дважды в год блока из 15 занятий по предложенной методике, положительно сказывается на большинстве компонентов стрелковой подготовленности биатлонистов.

Степень обоснованности использования методов, а также полученных результатов и положений, сформулированных в диссертации, определяется тщательным анализом имеющейся литературы, корректной постановкой исследовательских задач, хорошей теоретической, методической и экспериментальной обоснованностью выбранных инструментальных методов исследования для решения задач и доказательства гипотезы, репрезентативными выборками испытуемых, включенностью автора непосредственно в тренировочный процесс спортсменов, проведением длительного сравнительного эксперимента, адекватным применением методов математической статистики для обработки полученных данных.

Оценка достоверности и новизны результатов исследования.

В процессе исследования корректно получен ряд новых результатов и на их основании сделан ряд существенных выводов, а именно:

- доказана возможность практического применения избранной методики воздействия на психофизиологическое состояние спортсменов в ходе естественного тренировочного процесса;

- показано, что психофизиологическое состояние высококвалифицированных биатлонистов может быть изменено в процессе 15 ежедневных занятий альфа-тренингом;

- показано, что при проведении блока сеансов альфа-тренинга могут изменяться некоторые параметры проявления двигательных способностей спортсменов;

- доказана возможность улучшения компонентов стрелковой подготовленности путем включения в подготовку сеансов альфа-тренинга;

- представлен один из вариантов методики применения программно-аппаратного комплекса альфа-тренинга в тренировочном процесса спортсменов высокого класса.

Результаты исследования нашли свое отражение в 7 опубликованных работах автора, в том числе 3х статей в рецензируемых журналах рекомендованных ВАК.

Значимость для развития соответствующей отрасли науки и производства результатов, полученных автором диссертации.

Теоретическая значимость состоит в научном обосновании возможности эффективного применения альфа-тренинга в тренировочном процессе биатлонистов. Это создает теоретико-методическую базу для поиска и оценки на практике новых, нетрадиционных методов повышения результативности спортсменов высокого класса.

Практическая значимость определена тем, что в исследовании получены результаты, имеющие практическое значение и представляющие ценный материал для тренеров и специалистов по биатлону. В число пользователей, заинтересованных в результатах диссертационного исследования, входят спортивные школы, образовательные учреждения среднего и высшего звена, учреждения дополнительного образования.

Оценивая диссертацию положительно, тем не менее, представляется целесообразным остановиться **на некоторых недостатках**, главным образом, редакционного характера:

1. Целью работы была разработка методики совершенствования стрелковой подготовки квалифицированных биатлонистов в годичном цикле с использованием аппаратно-приборного комплекса психофизиологической оценки и коррекции состояния спортсменов. Но из текста работы следует, что автор чрезмерно узко трактует понятие «методика» и недостаточно полно описывает ее содержание. Вероятно, целесообразно было бы дать

развернутое «рабочее» определение понятию «методика» и следовать ему по ходу изложения материала.

2. Гипотеза работы хорошо сформулирована, но в тексте недостаточно четко представлены результаты, позволяющие однозначно судить о том, доказаны ли все элементы гипотезы. Например, не приведены аргументы, подтверждающие, что применение АПК позволит «..оперативно определять их психофизиологическое состояние, корректировать его, что поможет спортсменам быстрее оптимизировать свое эмоциональное состояние при переходе с бега на стрельбу, правильно оценивать ситуацию и условия огневого рубежа ...» и др.

3. На наш взгляд, первое положение, выносимое на защиту, сформулировано на основе анализа достаточно ограниченного обзора литературных данных, не позволяющих однозначно трактовать преимущество применения концепции блоковой периодизации при разработке годичного плана подготовки. Также в тексте диссертации не очень четко представлено обоснование целесообразности блокового применения альфа-тренинга в указанные автором сроки «на первом (май-июнь) и втором (октябрь) этапах подготовки».

4. Отсутствие обозначения единиц измерения на рисунках 20 и 21 (рисунки 5 и 6 автореферата), к сожалению, не позволяют провести сравнительный анализ представленных данных с имеющимися результатами ранее проведенных и опубликованных исследований.

5. В диссертации автором не приведены экспериментальные данные, подтверждающие эффективность применения метода альфа-тренинга в качестве средства аутогенной тренировки, что утверждается в четвертом выводе диссертационной работы. Более детальное описание данного подхода, возможно, откроет новый взгляд на эффективность сочетанного применения инструментальных методик с функцией биологической обратной связи и рутинно применяемых спортсменами тренировочных нагрузок.

6. Результаты «улучшения» соревновательной деятельности спортсменов экспериментальной группы (таблицы 13-15) в качестве доказательства пользы от включения альфа-тренинга в подготовку

биатлонистов, на наш взгляд, имело бы смысл приводить в случае сравнения с исходными значениями показателей результативности, полученных до проведения педагогического эксперимента, относительно которых можно бы было судить об улучшении или ухудшении результатов.

7. В тексте диссертационной работы встречаются некоторые опечатки и стилистические погрешности.

Вместе с тем высказанные замечания носят дискуссионный и рекомендательный характер, относятся исключительно к категории редакторских правок и не снижают научную, теоретическую и практическую значимость выполненной работы.

Конкретные рекомендации по использованию результатов и выводов диссертационной работы.

Результаты и выводы, полученные в процессе проведенных исследований, могут быть использованы в спортивной практике подготовки квалифицированных биатлонистов.

Разработка и подготовка лекционных курсов в образовательном процессе вузов физической культуры, в преподавании дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (биатлон)» может опираться на результаты и выводы исследования, проведенного Сивковой Юлией Николаевной.

Соотношение выводов и положений исследования может использоваться при работе со спортивными школами Олимпийского резерва, сборными командами субъектов Российской Федерации, со сборными командами России.

Заключение

Диссертационная работа Сивковой Юлии Николаевны «Стрелковая подготовка биатлонистов высокой квалификации в годичном цикле с использованием психофизиологической оценки и коррекции их состояния» по своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне, достоверности полученных данных отвечает требованиям пунктов 9,10,11,12,13,14 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства РФ от 24.09. 2013 года № 842, предъявляемых к кандидатским диссертациям. Работа соответствует

профилю диссертационного совета 38.2.005.01, а её автор Сивкова Ю.Н. заслуживает присуждения ей ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 5.8.5. Теория и методика спорта.

Официальный оппонент:

Доктор педагогических наук,
ведущий научный сотрудник
лаборатории проблем спортивной подготовки
федерального государственного
бюджетного учреждения «Федеральный
научный центр физической
культуры и спорта»

Евгений Борисович Мякинченко

«06» сентября 2023 г.

Подпись Мякинченко Е. Б. удостоверяю:
Начальник отдела кадров и делопроизводства
управления правового и документационного
обеспечения



Екатерина Сергеевна Леонтьева

Сведения об официальном оппоненте:

Фамилия, имя, отчество: Мякинченко Евгений Борисович

Ученая степень, звание: доктор педагогических наук

Место работы: Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный научный центр физической культуры и спорта»

Должность: ведущий научный сотрудник лаборатории проблем спортивной подготовки

Адрес организации: 105005, г. Москва, Елизаветинский пер., д.10, стр.1

Телефон: +79161583684

Электронная почта: eugst@yandex.ru