

ОТЗЫВ

официального оппонента на диссертацию Ненахова Ильи Геннадьевича «Повышение уровня проявления способности к равновесию у спортсменов посредством коррекции мышечно-тонических асимметрий», 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 выполненной работы. Процесс всестороннего развития спортсмена сопровождается морфологическими перестройками опорно-двигательного аппарата. В настоящее время актуален вопрос о влиянии мышечно-тонических асимметрий на работоспособность спортсменов. С одной стороны такие перестройки являются следствием адаптации, но с другой стороны могут снижать уровень работоспособность спортсменов. В ситуации постоянно растущих требований к уровню проявления физических способностей, особое внимание уделяется способности к сохранению равновесия, которая тесно связана с функциональным состоянием опорно-двигательного аппарата и непосредственно влияет на спортивно-технические показатели спортсменов. Чрезмерные физические нагрузки могут привести к ухудшению технических и физических показателей, а также увеличит риск получения спортивной травмы. Поэтому существует потребность в разработке и внедрение подходов срочного восстановления спортсменов и подборе педагогических средств, снижающих негативное влияние мышечно-тонических асимметрий.

Ненахов Илья Геннадьевич предложил свой взгляд на процесс подготовки спортсмена, развития его координационных способностей, способности к равновесию в частности, и уровню спортивно-технических показателей.

Наиболее существенные научные результаты. К новым научным результатам стоит отнести: разработанную методику проприоцептивной миокоррекции, направленную на повышение уровня проявления способности к равновесию у спортсменов, на примере борцов-самбистов.

Предложена структурированная и последовательная методика, включающая в себя педагогические средства коррекции мышечно-тонических асимметрий опорно-двигательного аппарата спортсменов.

Степень обоснованности методов и полученных результатов. Методы исследования, применённые в работе, адекватно соответствуют поставленным целям и задачам, и не оставляют сомнений в обоснованности, полученных автором, выводов и рекомендаций. Это анализ и обобщение специальной научной и методической литературы по избранной теме; анализ двигательных действий спортсменов, на примере борцов-самбистов; тестирование функциональных возможностей опорно-двигательного аппарата и физических способностей спортсменов до и после эксперимента в контрольной и экспериментальной группах, а также в эталонной группе; педагогический эксперимент; аппаратные методы исследования в исследуемых группах; метод математико-статистической обработки результатов исследования.

Обоснование темы и анализ методической литературы свидетельствует о хорошей осведомлённости автора по теме исследования.

В проводимом исследовании И.Г. Ненахов теоретически и экспериментально обосновывает альтернативный подход повышения уровня проявления способности к равновесию у спортсменов путём коррекции мышечно-тонических асимметрий, возникающих под действием чрезмерных односторонних физических нагрузок. Теоретически и практически обоснованна методика проприоцептивной миокоррекции, направленная на повышение уровня проявления способности к равновесию. Положительные

изменения в уровне проявления способности к равновесию способствовали повышению уровня спортивно-технических показателей борцов-самбистов.

Оценка достоверности и новизны результатов. Достоверность полученных данных аргументируется применением: теоретико-методологической основой исследования, адекватно поставленной целью и задачами исследования, достаточным количеством испытуемых, статистической обработкой данных в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным работам.

Автор получил данные о влиянии мышечно-тонических асимметрий на уровень проявления способности к равновесию, факторам формирования специфичных мышечных перестроек в зависимости от особенностей двигательной деятельности спортсменов. Предложенная автором методика решила следующие задачи: повысила уровень проявления способности к равновесию, повысила функциональные возможности опорно-двигательного аппарата, снизила негативное влияние мышечно-тонических асимметрий на опорно-двигательный аппарат и уровень проявления спортивно-технических показателей.

Статистически значимая динамика в экспериментальной группе: увеличение времени удержания равновесия, как с открытыми, так и с закрытыми глазами; сближение показателей электрических потенциалов мышц на приоритетной и неприоритетной сторонах в состоянии покоя и напряжения; уменьшение разности расстояния между изучаемыми параметрами антропометрического исследования.

В контрольной группе не наблюдалось статистически достоверных положительных изменений по исследуемым показателям.

Значимость результатов исследования

Для науки: расширение знаний о влиянии повышенных физических нагрузках на работоспособность спортсмена и формировании специфичных мышечных перестроек; о факторах, ограничивающих проявление

способности к равновесию у спортсменов; о применении педагогических средств восстановления спортсмена в процессе спортивной тренировки.

Для практики: разработанная методика проприоцептивной миокоррекции, направленная на повышение уровня проявления способности к равновесию может быть внедрена в учебно-тренировочный процесс специализированных спортивных школ, а также применена специалистами в области теории и методики спортивной тренировки.

Наряду с достаточно высокой теоретической и практической значимостью представленной диссертационной работы для теории и практики спортивной подготовки борцов-самбистов, следует указать отдельные **замечания и дискуссионные положения**:

1. Первой задачей исследования являлось изучение причин формирования мышечно-тонических асимметрий у спортсменов, в работе озвучена только основная причина, касающаяся соревновательных действий борцов-самбистов, а остальные рассмотрены обзорно.

2. Поскольку в результатах функционального мышечного тестирования автор исследовал 3 группы мышц, логично было бы исследовать их с применением метода электронейромиографического исследования, тогда использованные обобщенные выводы были бы более обоснованы.

3. В практических рекомендациях не указано, для какого возраста, на каком этапе многолетнего тренировочного цикла и для какой части мезо и макроцикла, автор рекомендует применять предложенную им методику, в то же время очень много уделено внимания нюансам выполнения упражнений, которые можно было бы включить в методические указания и условия выполнения при описании комплекса корригирующих упражнений.

4. В работе важно было бы немного более подробно остановиться на изучении и интерпретации данных спортивно-технических параметров,

поскольку именно их положительное влияние предполагалось в гипотезе исследования, а так же являлось третьей задачей исследования.

5. В тексте диссертации содержатся опечатки и редакционные погрешности, что не мешает восприятию материала.

Вышеуказанные замечания не снижают теоретической и практической значимости исследования и могут быть учтены диссертантом в его дальнейшей научной работе.

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, направленную на решение научной задачи, по повышению уровня проявления способности к равновесию, путём коррекции специфичных мышечных перестроек.

Диссертация соответствует паспорту специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (пункт 3 п.п. 3.2 и 3.3 Общие основы подготовки спортсменов – направленность, формирование долговременных адаптационных реакций в многолетней и годичной подготовке, коррекция процессов утомления и восстановления в системе подготовки спортсменов, развитие координационные способности, методики их развития и совершенствования).

По своей актуальности, научной новизне, содержанию и объёму экспериментальных исследований, теоретической и практической значимости диссертационное исследование «Повышение уровня проявления способности к равновесию у спортсменов посредством коррекции мышечно-тонических асимметрий» соответствует профилю Диссертационного совета Д 311.010.01 и полностью соответствует критериям, установленным «Положением о присуждении ученых степеней», утвержденного

постановлением Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 года № 842 от 24 сентября 2013 года (п. 9, 10, 11, 13, 14), предъявляемым к диссертациям на соискание степени кандидата наук, а её автор, Ненахов Илья Геннадьевич, заслуживает присуждения искомой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Заведующая научно-исследовательской лабораторией
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения
высшего образования

«Воронежский государственный институт физической культуры»,

г. Воронеж, 394036, ул. Карла Маркса, д.59.

тел.: 8-473-252-10-60,

e-mail: kanc@vgifk.ru

к.п.н.

Седоченко Светлана Владимировна



Подпись С.В. Седоченко
Заведую Л.О. Москова
Науч. ОК

15.11.2018