

## **Отзыв**

о диссертации Джалилова Пирбалы Бейрутовича «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля», представленной на соискание учёной степени кандидата педагогических наук (специальность 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры)

**Актуальность темы выполненной работы и ее связь с существующими отраслями науки и практической деятельностью.**

Диссертационное исследование Джалилова Пирбалы Бейрутовича направлено на разработку важной проблемы: управление учебно-тренировочным процессом и повышение эффективности подготовки пауэрлифтеров за счёт применения коррекции тренировочной нагрузки, на основе биохимического контроля.

Уровень современных спортивных достижений в пауэрлифтинге требует на разных этапах подготовки эффективного управления тренировочным процессом. Одним из недостаточно разработанных вопросов в методике подготовки спортсменов, занимающихся пауэрлифтингом является выбор величин тренировочных нагрузок, как по общему объёму так и в отдельных упражнениях, выполняемых с той или иной интенсивностью и направленных на повышение спортивной работоспособности.

В современных условиях возможность эффективного управления подготовкой спортсменов наряду с педагогическими методами, определяется интеграцией в этот процесс разных биологических исследований механизмов адаптации.

Физические нагрузки силовой направленности запускают различные биохимические, физиологические, психологические механизмы, развивающиеся в результате адаптационных изменений.

В этой связи особую значимость для тренера приобретает объективная информация, характеризующая функциональное состояние спортсмена, основываясь на которой можно внести своевременную коррекцию в тренировочный процесс.

Данное исследование П.Б. Джалилова, целью которого явилось повышение эффективности подготовки пауэрлифтеров за счёт применения коррекции тренировочной нагрузки, на основе биохимического контроля, является своевременным и актуальным. Оно дополняет и расширяет теорию и методику атлетизма.

**Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертации.**

Научная новизна рецензируемой диссертации состоит в том, что в ней впервые:

- 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 и в моче при воздействии нагрузок разной интенсивности у спортсменов, занимающихся пауэрлифтингом.

**Степень обоснованности использования методов, а также полученных результатов и положений диссертации.**

Работа построена на фундаментальных положениях отечественных и зарубежных специалистов в области физической культуры, теории и методики атлетизма, спортивной биохимии. В ней проведен тщательный

теоретический анализ и обобщение данных большого количества научно-практических и методических работ. Теоретическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты позволяют создать новое представление о управлении учебно-тренировочным процессом и повышении эффективности подготовки пауэрлифтеров.

Диссертация выполнена на высоком научном уровне.

Во введении раскрыты: объект, предмет, гипотеза исследования и положения, выносимые на защиту. Они в полной мере характеризуют проблемную ситуацию исследования, и направления обоснования путей решения поставленной педагогической задачи. В результате исследования удалось сформировать научные положения, которые отражают необходимость в повышении эффективности подготовки пауэрлифтеров. Выводы и практические рекомендации, представленные в работе, грамотно обоснованы автором с помощью математических методов исследования, применяемых в современной спортивной науке при интерпретации педагогических процессов.

#### **Оценка достоверности и новизны результатов исследования.**

В работе соблюдена логика научного исследования. Методы исследования, которые применялись, адекватны цели и поставленным задачам. Экспериментальные данные получены на достаточных выборках испытуемых. Обоснованность полученных результатов подтверждается корректностью статистической обработки данных с использованием компьютерных программ и доказательность аналитических выводов.

Всё вышперечисленное позволяет сделать вывод о том, что полученные результаты диссертационного исследования объективны, обоснованы и достоверны.

Наиболее существенные научные результаты и новизна, содержащиеся в работе, заключается в том, что разработан и экспериментально апробирована методика применения коррекции тренировочной нагрузки на

основе оперативного биохимического контроля, характеризующего метаболические сдвиги при воздействии силовых нагрузок.

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

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.

**Рекомендации по использованию результатов и выводов диссертационного исследования.**

Предложенная методика коррекции тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге может быть использована в подготовке спортсменов любого уровня. Теоретические данные могут применяться в программных материалах спортивных школ, ВУЗов и на курсах повышения квалификации.

Оценивая в целом основные положения диссертационного исследования, изложенные в работе, необходимо отметить, что они сформулированы правильно и позволяют доказать выдвинутые предположения в начале исследования.

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.

Основные положения исследования изложены в 22 научных статьях (3 из которых опубликованы в научных журналах и изданиях, рекомендуемых ВАК).

Полученные Джалиловым Пирбалой Бейрутовичем в ходе диссертационной работы результаты позволяют внедрить ряд новых положений в теория и методику подготовки пауэрлифтеров.

Оценивая в целом диссертационную работу Джалилова Пирбалы Бейрутовича необходимо отметить ряд недостатков, которые не снижают общего положительного представления о выполненной работе, и носят дискуссионный характер:

1. Диссертационная работа содержит новый и ценный материал для эффективной коррекции тренировочной нагрузки силовой направленности, однако в научной новизне он отражен только в трёх положениях.

2. При описании педагогического эксперимента, весьма поверхностно представлена логическая структура проведения «новой методики», на которую постоянно ссылается автор, утверждающий о существенных отличиях экспериментального подхода по сравнению с традиционным.

3. Результаты анкетирования по данным опроса специалистов и тренеров, а также результаты педагогических наблюдений не проиллюстрированы таблицами или рисунками.

4. В работе слабо аргументировано почему выбраны именно данные биохимические маркеры для оценки воздействия физических нагрузок силовой направленности, а не другие.

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

## **Заключение**

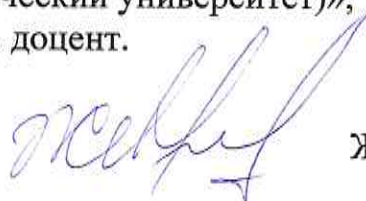
Диссертационная работа Джалилова Пирбалы Бейрутовича на тему: «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля» представляет собой самостоятельный законченный, квалифицированный труд, решающий задачи научного обоснования коррекции тренировочной нагрузки пауэрлифтеров.

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

Автореферат и публикации полностью отражают содержание диссертации. Выполненная работа соответствует требованиям пунктов 9, 10, 11, 13, 14 «Положения о присуждении учёных степеней», утвержденного постановлением Правительства РФ № 842, от 24.09.2013 года, предъявляемых к диссертациям на соискание ученой степени кандидата наук, а его автор – Джалилов Пирбала Бейрутович заслуживает присуждения учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

### **Официальный оппонент:**

Кандидат педагогических наук  
ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный  
технологический институт (технический университет)»,  
кафедра физического воспитания, доцент.



Живодеров А.В.

01.03.2021

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный технологический институт (технический университет)», кафедра физического воспитания, Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, 190013, Санкт-Петербург, Московский проспект, дом 26, телефон (812) 494-93-44, [fizvosp@technolog.edu.ru](mailto:fizvosp@technolog.edu.ru)

Подпись

*Живодерова А.В.* 6

Начальник отдела кадров

*Удостоверено*  
*Т.В. Прохорова*