

ОТЗЫВ

научного руководителя

на диссертационную работу Самсонова Глеба Александровича «Коррекция техники жима штанги лежа пауэрлифтеров высокой квалификации с целью преодоления “мертвых зон”», 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 (педагогические науки).

Жим штанги лежа, являясь одним из трех соревновательных упражнений силового троеборья (пауэрлифтинга), с 1990г признан самостоятельным видом спорта, по которому проводятся чемпионаты Европы и Мира.

В большинстве Олимпийских видов спорта жим штанги лежа является одним из наиболее существенных элементов силовой подготовки атлетов, исключая отрицательные последствия нагрузки на позвоночник.

Проблема изучения такого критического элемента техники жима штанги лежа, каким является «мертвая зона», представляется сверхактуальной по следующим обстоятельствам:

1. Степени изученности этого технического элемента;
2. Уровню значимости в целостном двигательном действии;
3. Наличию противоречий в определении этого понятия, критериям его оценки, пониманию механизмов, провоцирующих формирование и проявление этого механического явления.

Системное изучение вышеизложенных аспектов проблематики явления «мертвой зоны» как единой матрицы – является отличительной чертой работы, представленной Г.А. Самсоновым. Для достижения поставленной в исследовании цели диссертант использовал широкий круг инструментальных методик в

современной модификации (в частности, электромиографическую методику, полидинамометрию, высокоскоростную видеосъемку).

При обработке экспериментального материала для расширения степени информативности синхронно регистрируемых показателей, а также повышения количества иллюстративного материала Г.А. Самсонов самостоятельно разработал способ последовательной обработки исходных данных с помощью ряда компьютерных программ, и, в частности, ряд автоматизированных сценариев обработки и представления данных.

В процессе работы над диссертацией Г.А. Самсонов проявил себя как креативный исследователь с нестандартным мышлением и высоким уровнем аналитических возможностей, способный принимать самостоятельные решения в нестандартных обстоятельствах.

Масштабная аналитика на основе углубленного биомеханического анализа позволила диссертанту впервые установить, что при выполнении жима штанги лежа с максимальным отягощением возможно проявление не одной, а нескольких «мертвых зон», выявить закономерности формирования и механизмы преодоления «мертвых зон», предложить новые определения понятий «мертвая зона» и «неблагоприятная зона», а также новый количественный критерий выявления «мертвых зон».

На основе учета механизмов формирования и преодоления «мертвых зон» была разработана комплексная экспериментальная методика коррекции техники жима штанги лежа, позволяющая повысить уровень резистентности биосистемы (ОДА) атлета к факторам, провоцирующим проявление «мертвых зон», и повысить результат в жиме.

Результаты исследования диссертанта применяются при проведении лекционных, семинарских и практических занятий кафедры теории и методики атлетизма и кафедры биомеханики.

Считаю необходимым отметить не только большое прикладное значение проведенного Г.А. Самсоновым исследования, но и его значимость для научного роста соискателя, в процессе которого он овладел современной методологией научного исследования, научился выдвигать, обосновывать и проверять научную гипотезу и получать на этой основе новые знания.

По мнению научного руководителя, диссертационная работа Самсонова Глеба Александровича «Коррекция техники жима штанги лежа пауэрлифтеров высокой квалификации с целью преодоления “мертвых зон”» заслуживает положительной оценки, а сам соискатель – присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

Научный руководитель
к.б.н., доцент,
профессор кафедры биомеханики
НГУ им. Лесгафта

Н.Б. Кичайкина

Подпись *Кичайкина*
УДОСТОВЕРЯЮ
07 АЕК 2015
ЗАМЕСТИТЕЛЬ НАЧАЛЬНИКА ОТДЕЛА
А.С. МАКОВИЧ