

## **ОТЗЫВ**

официального оппонента Башкина Виктора Михайловича по диссертации Хамид Джамал Абдулкарим Хамид «Коррекция специальной силовой подготовки метателей диска на основе биомеханического анализа параметров усилия в упражнениях на тренажерах», 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 и направленность исследований**

Метание диска относится к одному из наиболее сложных видов легкой атлетики. Сочетание вращательных и поступательных движений в совокупности с проявлением взрывной силы предъявляет высокие требования к опорно-двигательному аппарату и уровню специальной подготовленности. Анализ литературных источников по исследуемой тематике показывает, что применяемые методики не дают количественной оценки параметров выполняемых действий, оценка уровня развития взрывной силы происходит на эмпирическом уровне. Применение в тренировочном процессе тренажеров, воздействующих на ведущие мышечные группы позволяет моделировать режимы, превышающие соревновательные, при этом появляется возможность оценивать длительность моделируемых фаз движения. Силовые упражнения на тренажерах позволяют моделировать динамику и кинематику основных движений при метании диска, оценивать тренируемость отдельных мышечных групп, по приросту величины максимального усилия.

### **Степень обоснованности основных результатов исследования**

Обоснованность научных результатов подтверждается логикой исследования, корректной статистической обработкой, обеспечивается методологией исследования, адекватным подбором исследовательских методик, корректным использованием методов математической обработки результатов, непосредственной организацией и участием автора в экспериментальной работе.

### **Наиболее существенные результаты, полученные автором и их научная новизна**

В результате исследования определены взаимосвязи между значениями усилий и временными параметрами локальных упражнений на тренажерах. Получены новые данные о величинах максимальных усилий мышечных групп, определяющих результат в метании диска. Выявлены новые данные по оценке тренировочных сдвигов отдельных мышечных групп на основе оценки прироста показателей максимального усилия. Приведены абсолютно новые данные по величинам граничного и постграничного значения усилия и времени их развития.

## **Теоретическая значимость результатов исследования**

Применение предложенной методики позволяет осуществить новый подход к тренировочному процессу. Разработанная методика оценки граничных значений отягощений по показателям времени их проявления позволяет количественно определить тренировочные сдвиги и вносит вклад в теорию и методику тренировочного процесса метателей диска. Выявленные взаимосвязи показателей усилия и длительности их проявления дают возможность совершенствовать тренировочный процесс в области специальной силовой подготовки.

## **Практическая значимость диссертации и использование полученных результатов**

Использование в тренировочном процессе метателей диска методики оценки граничных значений отягощений по показателям времени развития усилий для ведущих мышечных групп позволяет строго индивидуализировать силовую подготовку спортсменов на различных этапах тренировочного процесса и повысить эффективность выступления на соревнованиях.

Несмотря на достоинства диссертационной работы, считаем необходимым обратить внимание на замечания и дискуссионные моменты:

В гл.1 говорится, что изучение второго проблемного вопроса помогло выявить ведущие мышечные группы, тренируемые метателями диска. Опрос тренеров (приложение 1.) показал, что специальная силовая подготовка осуществляется в большей степени без использования тренажеров, предпочтение отдается работе со «свободными весами», а при подборе отягощения предпочтение отдается предельным отягощениям. Эти данные достаточно давно выявлены и определены.

В гл. 2, п 2.2 говорится, что проведенные исследования показали, что существует достоверная корреляционная зависимость между величиной максимального усилия и временем его развития при граничной его величине. При постграничном значении усилия время проявления усилия начинает увеличиваться. Не понятно, на какие исследования ссылается автор и на каком контингенте спортсменов проводились исследования.

В гл.3 говорится, что характерной особенностью современных систем тренировки на этапе высшего спортивного мастерства является направленное развитие специальной силы, то есть силы, которая по своим параметрам существенно приближена к параметрам усилия в основном соревновательном упражнении. Не полностью раскрыто, как это применимо к тренажерам.

Табл. 3.13-3.19 можно свести в одну таблицу для наглядности

Выводы по 3 гл. отражают методику диссертации только частично!

В тоже время, следует отметить, что высказанные замечания носят дискуссионный характер и не снижают научную, теоретическую и практическую значимость работы.

### Заключение

Диссертация Хамид Джамал Абдулкарим Хамид «Коррекция специальной силовой подготовки метателей диска на основе биомеханического анализа параметров усилия в упражнениях на тренажерах» представляет собой законченную научно-исследовательскую квалификационную работу, содержащую новые теоретические положения, совокупность которых следует квалифицировать как решение актуальной научной проблемы в развитии теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Научный труд Хамид Джамал Абдулкарим Хамид отвечает требованиям п.п.9,10,11,12,13,14 «Положения о порядке присуждения ученых степеней», утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24.09.2013года, предъявляемым к диссертациям на соискание учёной степени кандидата наук по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

ФГАОУВПО «Санкт-Петербургский государственный университет  
аэрокосмического приборостроения»  
Ул. Большая Морская д.67, Санкт-Петербург; 190000,  
Тел. (812) 710-65-10, E-mail: [common@aanet.ru](mailto:common@aanet.ru)

Официальный оппонент,  
доктор педагогических наук, доцент,  
заведующий кафедрой физической культуры и спорта  
Тел. (812) 571-23-74, E-mail: [kfv@guap.ru](mailto:kfv@guap.ru)

Башкин В.М.

