

ОТЗЫВ

официального оппонента доктора педагогических наук, профессора
Правдова Михаила Александровича
на диссертацию Хамида Джамала Абдулкарим Хамида
«Коррекция специальной силовой подготовки метателей диска на основе
биомеханического анализа параметров усилия в упражнениях на
тренажерах», 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 в диссертационный совет Д 311.010.01
ФГБОУ ВПО «Национальный государственный Университет физической
культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

В технических, сложнокоординационных видах легкой атлетики, к которым относится метание диска, достижение максимального результата зависит от множества факторов, во многом, обусловленных корректным подбором форм, методов и в конечном итоге формированием методики применения средств специальной силовой и скоростно-силовой подготовки. Актуальность диссертационного исследования Хамида Джамала Абдулкарим Хамида обусловлена проблемой совершенствования методики специальной силовой подготовки высококвалифицированных метателей диска. В настоящее время в системе специальной силовой подготовки высококвалифицированных метателей диска одним из слабых звеньев является моделирование условий, соответствующих соревновательным в аспекте проявления усилий ведущими мышечными группами, участвующими в реализации двигательной программы. Прежде всего, это касается отсутствия современных методик развития силы ведущих мышечных групп в соответствии с требуемыми величинами усилий и длительностью их проявления. Выбор автором исследования тренажеров, в качестве тренировочных средств метателей диска в полной мере обоснован с позиций создания соответствующих условий, обеспечивающих модельные биомеханические параметры соревновательного двигательного действия.

При этом применение в тренировочном процессе метателей диска упражнений на специальных тренажерах, воздействующих на ведущие мышечные группы, позволяет создать условия не только для более точной оценки длительности и степени усилия в моделируемых фазах движения, но и гармонизировать соотношения фаз техники двигательного действия.

В диссертационном исследовании изучение характеристик ведущих мышечных групп, задействованных при выполнении соревновательного движения, позволило автору исследования определить наиболее слабые стороны силовой подготовки метателей диска, выявить отсутствие рациональной методики специального развития силы с помощью применения технических средств, представленных тренажерами и сами упражнения, отвечающие моделируемым параметрам техники двигательного действия.

Вышесказанное позволяет констатировать, что автором грамотно определена актуальность диссертационного исследования, выявлена его научная и практическая значимость.

Научная новизна исследования состоит в теоретическом и экспериментальном обосновании оценки граничных значений отягощений по показателям времени развития усилий для ведущих мышечных групп в упражнениях на тренажерах и новой методики силовой подготовки метателей диска.

В процессе исследования:

- теоретически и научно обоснован новый подход к проблеме специальной силовой подготовки метателей диска, основанный на комплексном использовании упражнений локального воздействия на ведущие мышечные группы с применением тренажеров;

- конкретизированы биомеханические (динамические и временные) параметры усилий в упражнениях на тренажерах, оптимальные для эффективной специальной силовой подготовки метателей диска высокой квалификации;

- выявлены новые данные максимальных усилий ведущих мышечных групп при выполнении моделируемых элементов соревновательного движения на тренажерах, выступающих в качестве зон ближайшего развития специальной силы у метателей диска.

Теоретическая значимость исследования заключается:

- в расширении знаний о средствах, формах и методах силовой и скоростно-силовой подготовки высококвалифицированных метателей диска;

- в обогащении знаний о теории и методике специальной силовой подготовки метателей диска;

- в конкретизации подходов к осуществлению учебно-тренировочного процесса специальной силовой подготовки на основе биомеханических данных о параметрах выполняемых движений метателями;

- в экспериментальном подтверждении идеи коррекции специальной силовой подготовки метателей диска, основанной на удержании усилия и длительности его проявления при выполнении упражнений в локальных упражнениях на тренажерах метателями при граничных значениях отягощений.

Практическая значимость исследования заключается в разработке практических рекомендаций тренерам, занимающимся специальной скоростно-силовой и силовой подготовкой метателей диска, а так же другим специалистам, осуществляющим подготовку в смежных сложнокоординационных видах легкой атлетики (метание копья, молота, толкание ядра). Рекомендации направлены на повышение эффективности системы специальной силовой подготовки на разных этапах тренировочного процесса метателей диска и в целом позволяют повысить эффективность основного соревновательного упражнения, посредством применения:

- методики определения граничной величины отягощения и граничного значения при выполнении упражнений локального воздействия на ведущие мышечные группы на тренажерах;

- подбора индивидуальных величин отягощения и индивидуального количества повторений, основанных на оценке времени развития максимального усилия в упражнениях локального воздействия на тренажерах;

- комплексной методики использования локальных упражнений на тренажерах с направленным воздействием на ведущие группы мышц;

- методики проведения тренировочных занятий на тренажерах с использованием локальных упражнений в форме круговой тренировки.

Результаты исследования внедрены в учебно-тренировочный процесс спортсменов секции Дома молодежи Приморского района г. Санкт-Петербурга и в учебный процесс кафедры теории и методики легкой атлетики НГУ им. П.Ф. Лесгафта. По теме диссертации опубликовано 4 работы, из них 3 статьи в изданиях, входящих в реестр ВАК Министерства образования и науки РФ.

Рекомендации по использованию результатов и выводов диссертации.

Результаты исследования могут стать руководством к процессу разработки тренерами индивидуальных тренировочных программ силовой и скоростно-силовой подготовки для метателей диска разной квалификации и уровня подготовленности на основе оценки биомеханических параметров величины отягощений и усилий в упражнениях на тренажерах, моделирования оптимальных условий тренировки соревновательного упражнения.

Полученные данные могут быть использованы на теоретических и практических занятиях студентами, магистрантами, аспирантами, докторантами, преподавателями физкультурных вузов, специалистами по физической культуре и спорту, тренерами по легкой атлетике, фитнес-тренерами тренажерных залов, в системе повышения квалификации и переподготовки тренерских кадров.

Степень обоснованности и достоверности результатов исследования.

Значительный объем эмпирических данных, длительность эксперимента, представленный комплекс методов исследования, применяемых в работе, корректное использование математического аппарата позволяет судить о достоверности порученных результатов исследования.

Диссертация состоит из введения, четырех глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, приложений. Текст работы составляет 133 страницы компьютерного текста, содержит 37 таблиц и 9 рисунков, 11 приложений, в которых представлены результаты исследования. Библиографический список содержит 120 наименований, из которых 24 работы иностранных авторов.

Во введении обоснована актуальность темы исследования, определена проблема, раскрыты: научная новизна, теоретическая и практическая

значимость диссертационной работы, сформулированы положения, выносимые на защиту, представлены сведения об апробации результатов исследования.

В первой главе «Проблемные вопросы специальной силовой подготовки метателей» на основе анализа данных научно-методической литературы раскрываются теоретико-методические вопросы современного состояния и проблематики подготовки метателей диска высокой квалификации (первый параграф диссертации). Анализ литературных источников и интерпретация позволили автору исследования выявить комплекс проблем, связанных в частности с необходимостью научного переосмысления и, выработки новых теоретико-методических парадигм и векторов развития теории и методики специальной силовой подготовки метателей диска. Логичным продолжением содержания первого параграфа выступает материал, связанный с анализом литературы, в которой автор конкретизирует данные о ведущих мышечных группах, участвующих в осуществлении соревновательного упражнения метателями диска. В третьем и четвертом параграфах первой главы представлен аналитический материал, касающийся проблем специальной подготовки метателей диска, применения методов их специальной силовой подготовки.

В результате анализа научно-методической литературы автор диссертации делает заключение о том, что за последние годы со стороны ученых и практиков не уделялось должного внимания проблеме совершенствования средств, форм и методов специальной силовой подготовки метателей диска. Диссертант указывает, что тренировка ведущих мышечных групп метателей диска осуществляется по традиционным методикам, не дающим должного прогресса в росте спортивных результатов. В качестве научно обоснованной альтернативы предлагается новый, оригинальный подход - использование инновационных структурно-целевых средств специальной силовой и скоростно-силовой направленности, а именно, комплекса упражнений локального воздействия на ведущие мышечные группы на тренажерах, выполняемых с учетом параметров граничной величины отягощения и усилия.

В целом проведенный автором исследования анализ проблемы позволяет констатировать, что Хамид Джамал Абдулкарим Хамид владеет методом анализа научно-методической литературы, умеет грамотно ориентироваться в различных научных точках зрения по данному вопросу, интерпретировать имеющиеся факты, делать аргументированные выводы.

Во второй главе «Цель, задачи, методы и организация исследований» представлены цель и задачи исследования, дана развернутая характеристика методов исследования, изложена организация проведения экспериментов.

Заслуживает внимание применение в исследовании современного комплекса аппаратных методик, позволивших автору диссертации получить новые фактические данные о биомеханических параметрах двигательного действия метателей. Методы исследования корректны,

логично подобраны в соответствии с поставленными задачами. Полученные данные обрабатывались и сравнивались на основе применения комплекса методов математической статистики, достоверность результатов не вызывает сомнений.

В третьей главе диссертации «Обоснование критериев оценки специальной силы отдельных мышечных групп» представлен материал, в котором автор аргументировал критерии и методику оценки параметров усилия, прилагаемого метателями диска в упражнениях на семи тренажерах.

Важным результатом исследования можно считать определение комплекса тренажеров, соответствующих по своей конструктивной особенности характеру движений и условиям воздействия на ведущие мышечные группы метателей диска.

Другим базовым условием педагогической методики, представленной в 4 главе диссертации, является получение данных о величине усилий и длительности их проявления при граничных и пограничных значениях отягощений на каждом из тренажеров. Полученные экспериментальные данные позволили автору диссертации определить два вида упражнений на тренажерах, максимально соответствующих значениям усилий, которые проявляют метатели диска при выполнении соревновательного упражнения (стр. 59 диссертации).

Новым для теории и методики тренировки метателей диска можно считать адаптированную автором «методику непрямого измерения величины граничного отягощения». На основе исследования кинематических (время проявления усилия) и динамических (величина отягощения) параметров, выполняемых движений были выявлены и определены для каждого испытуемого тренировочные диапазоны проявления максимальной силы и время усилий на каждом тренажере. Данный подход расширяет рамки диссертационной работы и является перспективным для развития максимальной силы у спортсменов в других скоростно-силовых видах спорта.

Важным результатом исследования для обоснования тренировочных режимов метателей диска являются данные корреляционного анализа параметров величины и времени развиваемого усилия при граничном и пограничном значении отягощения на каждом из тренажеров.

В целом анализ третьей главы диссертации позволяет констатировать следующее:

- собран большой объем экспериментальных данных;
- проведена корректная глубокая математическая обработка материала исследования;
- дана оценка особенностям развития силы ведущих мышечных групп у высококвалифицированных спортсменов - метателей диска;
- подтверждена необходимость в коррекции традиционной методики силовой подготовки метателей диска;

определены и научно обоснованы основные векторы разработки новой методики специальной силовой подготовки метателей диска, с учетом индивидуальной топографии развития силы ведущих мышечных групп;

обоснованы специальные упражнения на комплексе тренажеров, обеспечивающие условия тренировки, максимально соответствующие соревновательным параметрам метания диска и направленного воздействия на наиболее слабые звенья мышечной системы, рекрутируемые в процессе соревновательного упражнения.

В четвертой главе «Педагогическое обоснование методики коррекции специальной силовой подготовки метателей диска» представлен материал, характеризующий результаты развития быстроты и силы в контрольной и экспериментальной группах, в начале и по окончании педагогического эксперимента. Данные корректно обработаны и аргументировано интерпретированы.

Несомненный интерес для тренеров и практическую значимость диссертации имеет, разработанная на основе методики определения параметров усилия ведущих мышечных групп при выполнении упражнений на тренажерах метателями диска, педагогическая методика коррекции тренировочных отягощений (параграф 4.2 диссертации).

Анализ результатов педагогического эксперимента, представленный в третьем параграфе 4-ой главы, позволяет судить об эффективности предложенной методики. Достоверность полученных данных не вызывает сомнения. По тексту четвертой главы автором сделаны ключевые выводы. В заключении главы автором отмечены основные итоги выполненного диссертационного исследования.

Заключения и выводы отражают результаты и основные положения исследования, которые имеют научно-практическую ценность, отвечают на поставленные в диссертации задачи.

Представленные в приложениях материалы исследования дополняют результаты, организационно-исследовательский материал, раскрывают содержание и методику учебно-тренировочных занятий высококвалифицированных метателей диска.

Автореферат и опубликованные по теме диссертации работы отражают суть научно-теоретических и практических результатов, полученных автором в ходе выполнения диссертационной работы.

В целом диссертационная работа Хамида Джамала Абдулкарим Хамида «Коррекция специальной силовой подготовки метателей диска на основе биомеханического анализа параметров усилия в упражнениях на тренажерах» является самостоятельной, завершенной научно-квалификационной работой, содержащей решение научной задачи, и имеющей научное, теоретическое и практическое значение.

При общей положительной оценке диссертации, в качестве замечаний отметим следующее:

1. В тексте диссертации указано, что исследование проводилось на спортсменах Ирака, при этом в работе нет данных анализа проблем подготовки спортсменов данной страны. Представление о том, в чем схожесть и отличие системы силовой подготовки метателей диска в Ираке, несомненно, усилило бы теоретическое обоснование проблемы, решаемой в диссертации;

2. Несмотря на то, что в исследовании применен комплекс методов математической статистики, данные факторного анализа дали бы возможность автору диссертации судить о вкладе отдельных мышечных групп в достижении максимального результата в метании диска;

3. Наличие модельных характеристик высококвалифицированных метателей позволило бы с большей точностью оценить возможности контингента испытуемых;

4. Параграф 3.2 очень мал по объему и мог бы быть расширен за счет интерпретации данных, представленных в первом параграфе третьей главы;

5. В четвертой главе диссертации речь идет об уровнях развития быстроты и силы, при этом граница уровней «среднего», «низкого» и «высокого» не представлена. Приведен сравнительный анализ среднестатистических данных, но никак, не соотнесенные с каким либо уровнем.

Наряду с высказанными замечаниями необходимо отметить, что они носят в большей степени рекомендательный и дискуссионный характер, не снижая при этом научной, теоретической и практической значимости диссертационной работы.

Представленное исследование по своему научно-обоснованному подходу моделирования условий для достижения необходимых мышечных усилий с применением тренажерных средств является не только практико-ориентированным по отношению к подготовке высококвалифицированных метателей диска, но также может быть рекомендовано для решения аналогичных задач в других видах спорта.

Заключение.

На основании вышеизложенного, следует признать, что диссертационная работа Хамида Джамала Абдулкарим Хамида представляет собой завершенное, самостоятельное исследование в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Характеризуя работу в целом, необходимо отметить высокий научно-педагогический уровень, структурно-логическую стройность, полноту решения поставленных задач, обоснованность защищаемых положений и выводов. Диссертационное исследование Хамида Джамала Абдулкарим Хамида на тему «Коррекция специальной силовой подготовки метателей диска на основе биомеханического анализа параметров усилия в упражнениях на тренажерах» является научной квалификационной работой,

в которой реализованы теоретические положения, совокупность которых правомерно квалифицировать как новое решение важной научной проблемы организационной и дидактической модернизации тренировочного процесса метателей диска высокой квалификации, имеющей важное собственно педагогическое и социально-культурное значение.

Содержание автореферата и опубликованные автором работы отражают содержание диссертационного исследования.

Диссертационное исследование соответствует критериям, установленным Положением о присуждении ученых степеней, утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 года, № 842 (пп. 9, 10, 11, 13, 14), а его автор, Хамид Джамал Абдулкарим Хамид, заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 — Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Официальный оппонент:

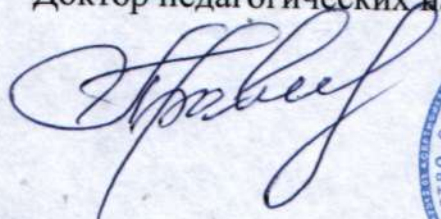
Профессор кафедры теории и

методики физической культуры и спорта

ФГБОУ ВПО «Ивановский государственный университет

Шуйский филиал ИвГУ,

Доктор педагогических наук, профессор



Правдов Михаил Александрович



Брейль Н.А.

Адрес организации

155908 г. Шуя Ивановская обл., ул. Кооперативная д. 24

Телефон раб. 8(49351) 3-04-63; +7(49351) 3-11-22

E-mail организации: sgpu@sspu.ru

«12» января 2015 года

Правдов Михаил Александрович

155908 г. Шуя Ивановская обл., ул. Кооперативная д. 14 кв. 44

Телефон раб. 8(49351) 4-69-30, сот 89158118547

E-mail: dmitry1@rambler.ru

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение «Ивановский государственный университет» Шуйский филиал ИвГУ, профессор