

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Проректор по научной работе  
 Российского государственного  
 педагогического университета  
 им. А. И. Герцена  
 доктор психологических наук,  
 профессор, академик РАО



Л.А. Цветкова

20 21 г.

### ОТЗЫВ ВЕДУЩЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена» на диссертационную работу Джалилова Пирбалы Бейрутовича на тему: «Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля», 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 выполненного исследования и её связь с соответствующей отраслью науки и практики.** Определение правильного сочетания различных компонентов спортивной подготовки, обоснование рационального распределения тренировочных нагрузок, как по общему объему, так и по интенсивности выполнения упражнений в тренировочном занятии, является одной из наиболее актуальных проблем в теории и методике спортивной тренировки пауэрлифтеров.

Стратегия развития пауэрлифтинга, ориентирует *теоретиков и практиков* на существенное обновление содержания спортивной тренировки спортсменов на основе современных технологий. Меняется специфика подготовки спортсменов-пауэрлифтеров, формируются новые задачи тренировочного процесса, в котором основное место уделяется учету индивидуальных особенностей длительности развития и сохранения спортивной формы спортсмена, позволяют решать задачи достижения максимально возможного спортивного результата в соревнованиях. Диссертационное исследование Д.Б. Джалилова выполнено в указанном проблемном поле и уже в силу этого является **актуальным**. О несомненной

актуальности задачи рецензируемого исследования для развития теории и методики спортивной тренировки свидетельствует анализ ведущей идеи исследования, которая заключается в утверждении о том, что эффективность и рациональность выполняемой тренировочной программы, наблюдение за адаптационными изменениями основных энергетических систем и функциональной перестройки организма в процессе тренировки пауэрлифтеров высокой квалификации при воздействии нагрузок разной интенсивности строится с учетом сочетания педагогического и биохимического контроля.

**Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертации.** Полученные П.Б. Джалиловым данные, в результате аналитических и экспериментальных исследований, имеют существенное значение как для теории и методики атлетизма, так и спортивной тренировки в видах спорта связанных с нагрузками силовой направленности (гиревой спорт, тяжелая атлетика и др.). К наиболее существенным результатам диссертационного исследования можно отнести:

- полученные данные о концентрации метаболитов в слюне и моче и использования их для осуществления оперативного контроля в пауэрлифтинге;
- усовершенствованную коррекцию тренировочной нагрузки силовой направленности пауэрлифтеров на основе изменений концентрации метаболитов в слюне, моче при воздействии нагрузок разной интенсивности.
- выявленные особенности сочетания педагогического и биохимического контроля, основанного на анализе информативных маркеров, позволяющих корректировать процесс адаптивных изменений в организме спортсменов с учетом изменения нагрузки по объему и интенсивности.

**Степень обоснованности использования методов, а также полученных результатов и положений диссертации** состоит в том, что в диссертационной работе использован комплекс методов исследования, который в полной мере решает задачи исследования.

Степень обоснованности выдвигаемых научных положений базируется на результатах теоретического анализа и обобщения широкого спектра теоретических исследований, выполненных в рамках разрабатываемой темы в различные периоды развития науки в сфере физической культуры и спорта, и на результатах экспериментальных исследований, полученных в лабораторных и естественных условиях современного эксперимента.

Примененные при обработке результатов методы математической статистики адекватны задачам исследования;

Основные положения защищаемого исследования внедрены в практику работы кафедры теории и методики атлетизма НГУ им. П.Ф. Лесгафта, в тренировочный процесс СШОРСВС имени В.Ф. Краевского. Основные положения диссертации, представленные на рассмотрение специалистов, нашли своё отражение в 22 опубликованных работах, 3 из которых в рецензируемых научных журналах, определенных перечнем ВАК Минобрнауки РФ. Публикации автора отражают основное содержание диссертационной исследования. Работа прошла апробацию на конференциях различного уровня.

**Достоверность и новизна, полученных в исследовании результатов.** Достоверность основных результатов исследования подтверждается анализом и обобщением сведений специальной литературы, решением исследовательских задач, обусловленных требованиями практики, комплексным характером методики исследования, адекватной его цели и задачам, положительными результатами экспериментальной работы и внедрением основных положений защищаемой концепции в практику подготовки пауэрлифтеров высокой квалификации и в подготовку будущих специалистов физической культуры и спорта.

Научная новизна полученных результатов, связана прежде всего с доказательством идеи принципиальной возможности и правомерности определять и корректировать в тренировочном процессе парюэрлифтеров высокой квалификации объем и интенсивность тренировочных нагрузок силовой направленности в зависимости от характера и выраженности биохимических сдвигов и функционального состояния спортсменов. К таким результатам относятся следующие:

- раскрыты содержательные характеристики биохимического контроля пауэрлифтеров и их значение для оперативного определения воздействия силовой нагрузки на организм спортсмена в подготовительном и соревновательном периоде годичного цикла подготовки и коррекции содержания тренировочного процесса.
- раскрыт и обоснован объективно существующий комплекс методов оперативного биохимического контроля, основанного на анализе информативных маркеров, обеспечивающий результативность тренировочной деятельности пауэрлифтеров;

- доказано влияние новых возможностей коррекции тренировочной нагрузки силовой направленности пауэрлифтеров высокой квалификации на результативность тренировочных занятий на основе изменений концентраций метаболов в слюне, в моче.

**Значимость для развития соответствующей отрасли науки и производства, полученных автором диссертации результатов** состоит в том, что данные исследования расширяют знания о специфических особенностях процесса управления подготовкой пауэрлифтеров высокой квалификации. Проведенные исследования позволяют утверждать, что использование при подготовке пауэрлифтеров биохимических маркеров, представляющих собой совокупность показателей, полученных с помощью определения концентрации метаболитов в слюне, моче создает возможность для того, чтобы на объективной основе индивидуально корректировать тренировочные нагрузки силовой направленности каждого спортсмена. Технология распределения нагрузки, использованная в работе на основе интегрального показателя может служить теоретической базой для проведения подобных исследований в других видах спорта, в частности, в тяжелой атлетике и гиревом спорте.

**Практическая значимость** диссертации обусловлена прикладностью исследования. Методы оперативного контроля успешно используются в тренировочном процессе пауэрлифтеров высокой квалификации в СШОРСВС имени В.Ф. Краевского и при подготовке студентов на кафедре теории и методики атлетизма НГУ им. П.Ф. Лесгафта. Коррекция тренировочной нагрузки силовой направленности на основе биохимического контроля состояния спортсмена обеспечила повышение уровня подготовленности пауэрлифтеров высокой квалификации и минимизировала негативные последствия субмаксимальных и максимальных нагрузок на организм спортсменов.

В диссертации решается круг задач прикладного характера:

- определены основные тенденции применения коррекции тренировочного процесса в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля;
- выявлены педагогические и биомеханические особенности коррекции тренировочной нагрузки силовой направленности, позволяющие совершенствовать программную и методическую базу тренировочного процесса пауэрлифтеров высокой квалификации в подготовительном и соревновательном периодах годичного цикла подготовки;

- определены возможные пути применения в тренировочном процессе пауэрлифтеров высокой квалификации диагностических материалов по определению комплекса биохимических показателей, определяющих результативность спортивной подготовленности спортсменов;

Не вызывает сомнения мотивированность опытно-экспериментальной работы автора по апробации и практической реализации основных теоретических положений исследования. Экспериментальная часть исследования обеспечила значимость основных выводов и результатов работы. С этой точки зрения диссертация имеет широкий диапазон применения.

**Выводы работы** в основном раскрывают сущность исследования. Обработка и анализ результатов исследования соответствуют решению поставленных задач. Теоретические положения подкрепляются иллюстрациями, имеющими обобщающий и систематический характер, что позволяет получить представление о проделанной работе.

Опубликованные научные работы соответствуют основной проблематике диссертации. Автореферат и публикации автора отражают основное содержание диссертационной работы.

Отмечая достоинства диссертационного исследования, как в теоретическом, так и практическом плане, следует обратить внимание на дискуссионные вопросы и замечания:

1. В научной новизне исследования указано, что биохимический контроль осуществлялся на основе изменения концентрации метаболитов в слюне, моче и крови. Вместе с тем на защиту выносятся «применение неинвазивных информативных маркеров биохимического контроля». Кроме того, на 52 странице диссертации и в публикации в журнале, определенным перечнем ВАК, речь идет о концентрации метаболитов в крови.

2. В третьей задаче исследования записано «Разработать методику коррекции тренировочной нагрузки силовой направленности на основе биохимического контроля спортсменов ....». Вместе с тем, в содержании диссертации эта методика в целом не описана, не представлена в цели, гипотезе, положениях выносимых на защиту. Кроме того, в выводах целесообразно дать ответ, что из себя представляет методика формирующего эксперимента (задача 3).

3. В диссертации было бы уместно разграничить результаты изменений биохимических показателей с физическими нагрузкам по мощности и с преимущественным проявлением направленности на развитие физических качеств, которые выполняли спортсмены во время

педагогического эксперимента. Поскольку средства педагогического контроля включали скоростно-силовые, скоростные, а в тренировочные занятия были включены упражнения на силовую выносливость.

4. Исследование значительно выиграло, если бы в выводах диссертационной работы были представлены более содержательные данные, например, приведены результаты тестов и математической статистики, подтверждающие эффективность применяемой «методики».

5. В исследовании рассмотрены 191 источник литературы, причем 66 на иностранном языке. Однако очень мало проанализировано литературы за последние десять лет. Вместе с тем, исследования, в которых изучаются вопросы биохимического контроля в системе интегральной подготовки спортсменов в различных видах спорта привлекают внимание ученых и тренеров на протяжении ряда десятилетий: за эти годы сформирована теоретическая, эмпирическая, научно-экспериментальная база.

6. В перечне важнейших нормативных актов, составляющих документальную основу исследования, не учтен Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта пауэрлифтинг (Приказ Минспорта России от 7 декабря 2015 года). В данном документе представлена современная трактовка вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса.

Высказанные суждения и замечания не снижают теоретической и практической значимости, проведенного автором исследования.

**Рекомендации по использованию результатов и выводов диссертационной работы.** Программу исследования, описание содержания тренировочных занятий пауэрлифтеров, коррекция тренировочной нагрузки на основе биохимического контроля, можно рекомендовать для использования в тренировочном процессе пауэрлифтеров высокой квалификации. Методический материал, содержащийся в диссертации, будет полезен для тренеров и преподавателей, специализирующихся в теории и методике атлетизма, аспирантов и студентов педагогических вузов и вузов физической культуры.

Рекомендуется использовать полученные данные и продолжить исследования по данному аспекту в вузах, реализующих программы подготовки по направлению «Физическая культура» и обеспечивающих научное сопровождение подготовки специалистов в сфере физической культуры.

**Заключение.** Диссертационная работа Джалилова Пирбалы Бейрутовича на тему: «Коррекция тренировочной нагрузки силовой

направленности в пауэрлифтинге на основе биохимического контроля» является завершённым научно-квалификационным исследованием, которое содержит новое решение актуальной научной задачи – коррекции интенсивности тренировочных нагрузок силовой направленности в зависимости от характера и выраженности биохимических сдвигов и функционального состояния спортсменов, обеспечивающей рост спортивных результатов. По своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне, достоверности полученных данных диссертация отвечает требованиям п.п. 9, 10, 11, 13, 14 «Положение о присуждении ученых степеней», утвержденного Правительством Российской Федерации от 24 сентября 2013 года № 842, предъявляемым к кандидатским диссертациям, а ее автор Джакилов Пирбала Бейрутович заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 - Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Отзыв на диссертацию обсужден и одобрен на заседании кафедры теории и организации физической культуры 16 февраля 2021 г. протокол № 8.

Заведующий кафедрой теории и организации физической культуры  
ФГБОУ ВО РГПУ им. А.И. Герцена  
доктор педагогических наук, профессор

Г.Н. Пономарев

«Подпись руки Т.Н. Пономарева»



Начальник управления организации диссертационных исследований и аттестации кадров высшей квалификации

А.А. Лактионов

Ведущая организация: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена» (ФГБОУ ВО РГПУ им. А.И. Герцена). Адрес: 191186, Санкт-Петербург Набережная реки Мойки 48. Телефон: (812) 312-44-92. Электронная почта: [mail@herzen.spb.ru](mailto:mail@herzen.spb.ru) Официальный сайт: [herzen.spb.ru](http://herzen.spb.ru)