

УТВЕРЖДАЮ

Ректор Федерального
государственного бюджетного
образовательного учреждения
высшего образования
«Московская государственная
академия физической культуры»,
доктор пед. наук, профессор,
академик РАЕН

Н.Н. Чесноков

» мая 2024 г.



ведущей организации – Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московская государственная академия физической культуры», на диссертационную работу Захарова Григория Георгиевича «Методика технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев, юношей 13-16 лет», представленную на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта

Лыжное двоеборье – Олимпийский вид спорта, имеет богатую историю и традиции в России. Тем не менее продолжительное время результаты российских лыжников-двоеборцев не являются конкурентными на основных международных соревнованиях. Причину низкой результативности необходимо искать не только в тренировочном процессе высококвалифицированных спортсменов, но и в системе многолетней подготовки юных двоеборцев.

Именно в юношеском возрасте закладываются основы технической подготовки лыжников-двоеборцев, на которых строится дальнейший спортивный результат на уровне высшего спортивного мастерства. Недостаточная или нерациональная техническая подготовка юношей приводит к стойким ошибкам, которые сложно, а порой и невозможно исправить во взрослом возрасте. Лыжники-двоеборцы уже в детском возрасте должны быть ориентированы в технических заданиях на эталоны техники

прыжка на лыжах с трамплина, а средства и методы технической подготовки должны быть научно обоснованы, систематизированы и выбираться в соответствии с требованиями и условиями настоящего и будущего данной спортивной дисциплины.

Актуальность исследования Захарова Григория Георгиевича обусловлена тем, что в последние десятилетия в первой соревновательной программе лыжного двоеборья прыжках на лыжах с трамплина произошли существенные изменения. Это связано с модернизацией профилей трамплинов, спортивного инвентаря, регламента проведения соревнований, что в конечном итоге повлияло на усовершенствование техники соревновательного упражнения и методику спортивной подготовки. В дополнение к этому в календаре соревнований появились Зимние Юношеские Олимпийские игры и другие крупные международные соревнования, участие в которых провоцирует форсирование подготовки без учета возрастных особенностей спортсменов. При этом в отечественном научно-методическом обеспечении сложилась ситуация с дефицитом научно-исследовательских работ, посвященных современной методике подготовки лыжников-двоеборцев на различных этапах становления спортивного мастерства. Отсутствуют научно обоснованные программы подготовки, опирающиеся на актуальные модельные характеристики техники соревновательного упражнения, учитывающие уровень спортивной подготовленности двоеборцев и возрастные особенности развития организма.

В связи с вышесказанным диссертационное исследование Захарова Г.Г. на тему «Методика технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев, юношей 13-16 лет» является актуальным, в его рамках обозначена часть проблемы, разработка которой нуждается в дальнейшем научном исследовании.

Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертации. Научная новизна исследования Захарова Г.Г. заключается в том, что впервые:

– разработаны модельные показатели угловых характеристик стойки разгона, отталкивания от стола отрыва, формирования и основной части полета и модельные показатели угловых скоростей движения звеньев тела квалифицированных лыжников-двоеборцев в фазе отталкивания;

– определены подходы к оценке биомеханического соответствия имитационных упражнений соревновательному двигательному действию в прыжках на лыжах и выявлены средства технической подготовки, наиболее соответствующие биомеханической структуре соревновательного упражнения: упражнения для совершенствования стойки разгона и отталкивания на движущейся или неустойчивой опоре в экипировке для прыжков с трамплина; упражнения для совершенствования фазы полета на неустойчивой опоре и в водной среде; упражнения для совершенствования приземления и выката в движении;

– научно обоснована методика технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев на основе тренировочных средств, обеспечивающих выполнение двигательных действий, соответствующих биомеханической структуре соревновательного упражнения, содержащая, оценку техники специального упражнения; алгоритм подбора специально-подготовительных упражнений для сопряженного развития координационных способностей и совершенствования технической подготовленности; контроль техники выполнения предлагаемых упражнений.

Теоретическая значимость работы заключается в следующем:

– в дополнении теории спорта и спортивной тренировки данными об угловых характеристиках разгона, отталкивания и полета в прыжке на лыжах с трамплина сильнейших лыжников-двоеборцев и лыжников-двоеборцев 13-16 лет, а также о величинах угловых скоростей отталкивания в прыжке на лыжах с трамплина;

– в теоретическом обосновании соответствия тренировочных средств, включенных в разработанную методику технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев, биомеханической структуре

соревновательного упражнения.

Практическая значимость исследования заключается в разработке методических рекомендаций по технической подготовке в прыжках на лыжах с трамплина юных лыжников-двоеборцев. Определены требования к технической подготовке в прыжках на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев; разработаны комплексы специально-подготовительных упражнений лыжника-прыгуна для сопряженного развития специальных физических способностей и совершенствования двигательных навыков во всех фазах прыжка с трамплина; представлены варианты выполнения упражнений и усложнения тренировочных условий, а также описание необходимого оборудования и методические указания по контролю техники выполнения упражнений; разработан алгоритм применения методики технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев на основе биомеханического соответствия тренировочных средств структуре соревновательного упражнения.

Степень обоснованности и достоверности научных положений и выводов, сформулированных в диссертации обеспечивается всесторонним анализом научных работ по теме исследования, обоснованным выбором методов исследования, соответствующих цели и задачам исследования, экспериментальной проверкой полученных данных на достаточной выборке испытуемых, корректном использовании методов математической статистики с последующей интерпретацией полученных данных, объективностью положений выносимых на защиту, выводов и рекомендаций.

Основные научные и практические результаты диссертационного исследования были представлены в период 2019-2021 г. г. на международных и всероссийских с международным участием научно-практических конференциях.

Результаты исследования внедрены в тренировочный процесс лыжников-двоеборцев Санкт-Петербурга, Республики Татарстан, Нижнего Новгорода. Теоретические положения технической подготовки в прыжках на

лыжах с трамплина внедрены в учебный процесс кафедры сложно-координационных зимних видов спорта Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Чайковская государственная академия физической культуры и спорта».

Рекомендации по использованию результатов и выводов диссертационного исследования, для развития теории и методики спорта. Установленные угловые показатели в технике прыжка на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев в фазах разгона, отталкивания и полета могут быть использованы в качестве модельных параметров для оценки качества технического исполнения прыжка на лыжах с трамплина.

Результаты выполненных исследований целесообразно использовать для контроля и коррекции техники прыжка на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев, осуществляющих спортивную подготовку в СШ, СШОР, ШВСМ, УОР и сборных командах регионов России. Разработанная методика технической подготовки может быть внедрена в учебный процесс образовательных учреждений по направлению 49.03.04 и 49.04.03 «Спорт».

Авторские разработки Захарова Г.Г. по совершенствованию методики технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина юных лыжников-двоеборцев могут служить основанием для дальнейшего поиска путей оптимизации многолетнего тренировочного процесса в виде спорта.

Соответствие диссертации и автореферата принятым требованиям.

Диссертация и автореферат Захарова Григория Георгиевича оформлены в соответствии с требованиями Министерства науки и высшего образования Российской Федерации. Текст оформлен в соответствии с требованиями ГОСТ Р. 7.0.11-2011. Содержание автореферата полностью отражает структуру диссертационной работы. Диссертация изложена на 236 страницах, содержит 31 таблицу, 16 рисунков и 7 приложений. Список литературы насчитывает 199 источников, из них 116 – зарубежных авторов.

Личный вклад автора заключается в теоретическом обосновании выдвинутых положений; проведении педагогических и биомеханических

обследований высококвалифицированных и юных лыжников-двоеборцев 13-16 лет, и педагогического эксперимента; математико-статистической обработке полученных данных; в анализе и обобщении теоретических и экспериментальных материалов; формулировании выводов и практических рекомендаций.

Результаты диссертационного исследования отражены в автореферате и 18 работах по теме диссертации, в том числе 8 статей опубликованы в научно-теоретических журналах, входящих в перечень ведущих рецензируемых журналов и изданий, рекомендованных ВАК Министерства науки и высшего образования Российской Федерации.

Оценивая положительные стороны диссертации, нельзя не отметить некоторые недостатки и дискуссионные моменты:

1. Целесообразнее, на наш взгляд, объединить главы 3 и 4 в одну главу, так как определение модельных характеристик техники прыжка на лыжах с трамплина является одним из этапов и основой для разработки методики технической подготовки лыжников-двоеборцев (юношей 13-16 лет).
2. Итоговым результатом соревнований в лыжном двоеборье, является результат двух дисциплин, хорошо если бы было показано, как улучшение результативности на всероссийских соревнованиях в показателях – дальность прыжка, оценки судей за технику, общий балл отразится на итоговом месте спортсмена.

Вышеизложенные замечания не снижают научную, теоретическую и практическую значимость выполненной Захаровым Григорием Георгиевичем диссертационной работы и носят дискуссионный, рекомендательный характер.

Заключение

Диссертационное исследование Захарова Григория Георгиевича «Методика технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина лыжников-двоеборцев, юношей 13-16 лет» является самостоятельной,

завершенной научно-квалификационной работой, содержащей решение актуальной научной задачи, имеющей важное теоретическое и практическое значение для совершенствования методики технической подготовки в прыжках на лыжах с трамплина юных лыжников-двоеборцев. Диссертация Захарова Г.Г. выполнена в соответствии с пунктом п.14 «Содержание и направленность технической подготовки спортсменов» паспорта научной специальности ВАК РФ 5.8.5 – «Теория и методика спорта».

Диссертационная работа соответствует специальности 5.8.5. Теория и методика спорта (педагогические науки) и требованиям п. 9,10,11, 13, 14 «Положения о присуждении учёных степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24 сентября 2013 года, предъявляемым к кандидатским диссертациям, а ее автор Захаров Григорий Георгиевич заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук.

Отзыв о диссертационной работе Захарова Г.Г. подготовил заведующий кафедры теории и методики зимних видов спорта ФГБОУ ВО МГАФК, кандидат педагогических наук, доцент Чубанов Евгений Владимирович.

Отзыв обсуждён и утверждён на заседании кафедры теории и методики зимних видов спорта ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры». Присутствовало - 7 чел., «против» - нет., «воздержалось» - нет. Протокол №7 от 14 мая 2024 г.

Заведующий кафедры теории и методики зимних видов спорта ФГБОУ ВО МГАФК, кандидат пед. наук, доцент

Чубанов Евгений Владимирович
14 мая 2024 г.

Подпись Е.В. Чубанова удостоверяю

Начальник управления кадров и делопроизводства

делопроизводства

Е.В. Кашкина
14.05.2024

Сведения о ведущей организации:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московская государственная академия физической культуры» (ФГБОУ ВО МГАФК)

Адрес организации: 140032, Московская обл., Люберецкий р-н, пос. Малаховка, ул. Шоссейная, д. 33., Тел.: 8 (495) 501-55-45, Электронная почта: info@mgafk.ru, Официальный сайт: <https://mgafk.ru>