

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА Д 311.010.01,  
СОЗДАННОГО НА БАЗЕ ФГБОУ ВО «НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,  
СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ ИМЕНИ П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»,  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ,  
ПО ДИССЕРТАЦИИ НА СОИСКАНИЕ УЧЕНОЙ СТЕПЕНИ  
КАНДИДАТА НАУК

аттестационное дело № \_\_\_\_\_  
решение диссертационного совета от 31.01.2019 № 02

О присуждении Федорову Эдуарду Павловичу, гражданину Российской Федерации, ученой степени кандидата педагогических наук.

Диссертация на тему «Восстановление квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировки» по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры принята к защите 25 октября 2018 года (протокол заседания № 14 п/з) диссертационным советом Д 311.010.01, созданным на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», Министерство спорта Российской Федерации, 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35, приказ № 105/нк от 11.04.2012 г.

Соискатель Федоров Эдуард Павлович, 1978 года рождения, в 2010 году окончил ФГОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», присуждена степень магистра физической культуры по направлению «Физическая культура». В 2015 году соискатель освоил программу подготовки научно-педагогических кадров ФГБОУ ВПО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

Работает старшим преподавателем кафедры естественных дисциплин ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта», Министерство спорта Российской Федерации.

Диссертация выполнена на кафедре теории и методики массовой физкультурно-оздоровительной работы ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», Министерство спорта Российской Федерации.

Научный руководитель - кандидат педагогических наук Петров Андрей Борисович, ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», кафедра теории и методики массовой физкультурно-оздоровительной работы, заведующий кафедрой.

Официальные оппоненты:

Бирюков Анатолий Андреевич, доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, и спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)», кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической культуры, профессор;

Родичкин Павел Васильевич, доктор медицинских наук, профессор, ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена», кафедра теории и организации физической культуры, профессор,

дали положительные отзывы на диссертацию.

Ведущая организация - ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», г. Санкт-Петербург, в своем положительном отзыве, подписанном Голубом Ярославом Валерьевичем, кандидатом медицинских наук, сектор физиологии спорта, заведующим, и утвержденном Воробьевым Сергеем Алексеевичем кандидатом педагогических наук, доцентом, директором, указала, что по



своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне, достоверности полученных данных, диссертационное исследование Федорова Эдуарда Павловича на тему «Восстановление квалифицированных спортсменов мас-рестлеров в годичном цикле тренировки» является законченной самостоятельной научно-квалификационной работой, в которой содержится решение актуальной научно-практической задачи по обоснованию и применению методики восстановления в годичном цикле тренировки квалифицированных спортсменов мас-рестлеров на тренировочном этапе.

Соискатель имеет 15 опубликованных работ общим объемом 2,9 пл. (личный вклад автора 2,5 пл.), в том числе по теме диссертации опубликовано 9 работ общим объемом 1,7 пл. (личный вклад автора 1,1 пл.), из них в рецензируемых научных изданиях опубликовано 3 работы, общим объемом 2,5 пл. (личный вклад автора 0,42 пл.). В научных трудах соискателя в полной мере отражены результаты диссертационного исследования.

Основные публикации по теме диссертации:

1. Федоров, Э.П. Влияние комплексной физической реабилитации на показатели физического развития студентов-спортсменов / Э.П. Федотов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 7 (137). – С. 137–140.
2. Федоров, Э.П. Влияние комплексной физической реабилитации на физическую подготовленность студентов мас-рестлеров / Э.П. Федоров, О.Б. Крысюк // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 9 (139). – С. 195–197.
3. Федоров, Э.П. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Повышение работоспособности спортсменов мас-рестлеров на основе применения комплекса физических средств восстановления / Э.П. Федоров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – № 1. – С. 21–22.

4. Федоров, Э.П. Влияние вибромассажа на функциональное состояние спортсменов занимающихся мас-рестлеров / Э.П. Федоров, Е.В. Спиридонова // Актуальные проблемы подготовки спортсменов в олимпийских и национальных видах спорта на разных этапах многолетнего совершенствования : материалы Всероссийской научно-практич. конф. с международным участием. – Чурапча, 2015. – С. 306–312.
5. Федоров, Э.П. Повышение работоспособности спортсменов мас-рестлеров путем применения комплекса физических средств восстановления / Э.П. Федоров // Международные спортивные игры "Дети Азии" - фактор продвижения идей Олимпизма и подготовки спортивного резерва : материалы международной науч. конф., посвященной 20-летию I Международных спортивных игр "Дети Азии" и 120-летию Олимпийского движения в стране. – Якутск, 2016. – С. 282–283.
6. Федоров, Э.П. Комплексное восстановление спортсменов мас-рестлеров на этапе спортивного совершенствования / Э.П. Федоров, А.Б. Петров // Физическая культура, спорт, наука и образование : материалы I всероссийской науч. конф. с международным участием. – Чурапча, 2017. – С. 244–247.
7. Федоров, Э.П. Восстановление спортсменов мас-рестлеров на этапе спортивного совершенствования / Э.П. Федоров, А.Б. Петров // Интеграция науки и практики в единоборствах : материалы XVI международной научно-практич. конф., посвящ. памяти заслуженного мастера спорта СССР, заслуженного тренера СССР, проф. Евгения Михайловича Чумакова. – Москва, 2017. – С. 233–238.
8. Федоров, Э.П. Физические средства восстановления и повышения работоспособности спортсменам мас-рестлинга / Э.П. Федоров // Актуальные проблемы физической культуры и спорта : материалы VI международной научно-практич. конф. – Чебоксары, 2016. – С. 454–457.
9. Федоров, Э.П. Технология восстановления спортсменов мас-рестлеров на тренировочном этапе / Э.П. Федоров, А.Б. Петров // Спорт,



человек, здоровье : сб. материалов конгресса. – Санкт-Петербург, 2017. – С. 493–495.

В диссертации отсутствуют недостоверные сведения о работах, опубликованных соискателем ученой степени.

На диссертацию и автореферат поступили отзывы: от научного руководителя Петрова Андрея Борисовича; от ведущей организации ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры»; от официального оппонента Бирюкова Анатолия Андреевича; от официального оппонента Родичкина Павла Васильевича; от Гуляева Михаила Дмитриевича доктора педагогических наук, доцента, председателя постоянного комитета Госсобрания (Ил Тумэн) по делам молодежи, физической культуры и спорту, президента Всероссийской федерации мас-рестлинга; от Левицкого Алексея Григорьевича доктора педагогических наук, профессора, кафедры теории и методики борьбы ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», Почетного работника высшего профессионального образования; от Кершенгольца Бориса Моисеевича доктора биологических наук, профессора, главного научного сотрудника ФГБУН институт биологических проблем криолитозоны СО РАН, академика Академии наук Республики Саха (Якутия); от Гаврильевой Кристины Семеновны, кандидата медицинских наук, заведующей отделом физиотерапии и реабилитации ГБУ РС(Я) Республиканского Центра спортивной подготовки сборных команд РС (Я).

При общей положительной оценке диссертации в отзывах оппонентов и ведущей организации указываются следующие замечания:

1. Таблицы и рисунки, обобщающие данные многих исследователей выполнены грамотно, но, на наш взгляд, перегружены представленными результатами.

2. В главе 1 рецензируемой работы подробно представлен анализ технико-тактической подготовки мас-рестлеров, но в дальнейшем, это не

нашло своего отражения при особенностях подбора восстановительных средств.

3. Исследование выглядело бы значительно более методически привлекательно при осуществлении подбора средств восстановления с учетом индивидуальных особенностей спортсменов мас-рестлеров.

4. При разработке методики восстановления мас-рестлеров, автором не отражены особенности удержания или сброски веса, что является важной отличительной особенностью при подготовке спортсменов в единоборствах.

5. С целью объективизации формирования методики восстановления мас-рестлеров, на наш взгляд, необходимо было проанализировать результативные выступления спортсменов и на их основе осуществить подбор направленных восстановительных средств, основанных на опыте ведущих тренеров по мас-рестлингу.

6. Заключение, сделанные по итогам экспериментальных третьей и четвертых глав, целесообразно было бы отразить в виде сравнительного анализа результатов, полученных автором с имеющимися данными, ранее представленными специалистами, занимающимися вопросами восстановления.

7. В тексте диссертации авторские ссылки указаны с детальным их описанием. На наш взгляд, можно было бы ограничиться указанием на порядковый номер литературного источника, что существенным образом уменьшило бы объем текста и улучшило бы его восприятие.

8. Список литературы содержит малое количество работ иностранных авторов, отсутствуют ссылки на интернет – источники.

9. В тексте диссертации встречаются стилистические неточности.

10. Почему в работе не раскрывался вопрос индивидуализации средств восстановления?

11. Не до конца понятно, что представляет собой «оценка функциональной силы мышц-разгибателей позвоночника, ягодичных мышц, мышц разгибателей позвоночника» измеряемая в секундах.



12. Требуется пояснения, почему в диссертационном исследовании акцентируется внимание только на тренировочном этапе спортивной подготовки мас-рестлеров.

13. В работе присутствует ссылка на источник 1888 года (Догель И.М.), о влиянии музыки на психофизиологическое состояние человека. Хотелось бы, чтобы автор опирался и на работы современных авторов.

14. В методику восстановления был включен восстановительный массаж продолжительностью 12 минут. Почему было выбрано такое время массажа?

15. Автор использует комплекс методик для восстановления и повышения работоспособности. Непонятен удельный вклад каждого из методов, который использует автор.

16. Существует ли разница в использовании хомуса «в живую» или в записи.

17. Исследования зарубежных авторов недостаточно представлены в работе.

Выбор официальных оппонентов и ведущей организации обосновывается их широкой известностью своими достижениями в данной отрасли науки, наличием публикаций в соответствующей сфере исследования и способностью определить научную и практическую ценность диссертации.

**Диссертационный совет отмечает, что на основании выполненных соискателем исследований:**

**разработана методика восстановления квалифицированных спортсменов мас-рестлинга в годичном цикле, в которую вошли:**

1. Педагогические средства восстановления (рациональное организация тренировочного процесса, использование эффективных средств тренировки, оптимальное сочетание средств ОФП и специальные упражнения на гибкость).

2. Физические средства восстановления (вибромассаж, восстановительный массаж, ортостатическая электромеханотермотерапия, кедровая бочка, контрастный душ и самомассаж).

3. Психологические средства восстановления (варганотерапия-национальная музыка «Хомус»);

**предложены** восстановительные средства в структуре отдельных микро- и мезоциклов годичного тренировочного плана для квалифицированных мас-рестлеров на тренировочном этапе, предполагающие учет: особенностей вида спорта и этапности подготовки, динамики объема нагрузки в годичном цикле, особенностей физического развития, функционального состояния и физической подготовленности спортсменов;

**доказано** и количественно определено соотношение объемов нагрузки и характера восстановительных средств при различной направленности и содержании тренировочного процесса квалифицированных мас-рестлеров.

**Теоретическая значимость исследования обоснована тем, что доказана** целесообразность дополнения теории и методики процесса подготовки квалифицированных мас-рестлеров научными данными по применению методов восстановления, что является основой эффективности тренировочного процесса и повышения уровня спортивной результативности;

**применительно к проблематике диссертационного исследования использован** комплекс методов научно-педагогического исследования: теоретический анализ и обобщение данных в научно – методической литературе, педагогическое тестирование, медико-биологические методы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, опрос (анкетирование), методы математической статистики;

**изложены** идеи и доказательства повышения эффективности восстановления квалифицированных спортсменов мас-рестлеров на основе правильного сочетания средств и методов с учетом особенностей микро- и



мезоциклов, в годичном цикле тренировки;

**раскрыты** противоречия между необходимостью:

с одной стороны, совершенствования процесса тренировки в годичном цикле, а с другой стороны, отсутствием научно обоснованной методики применения восстановительных средств;

с одной стороны, применением больших тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле, а с другой стороны, назначением восстановительных мероприятий, на любом тренировочном этапе, без учёта уровня функциональной, физической и психологической подготовленности, а также степени утомления спортсмена;

с одной стороны, использованием в тренировочном процессе взаимосвязи нагрузки и восстановительных мероприятий, а с другой стороны, отсутствием методологического подхода в применении различных средств восстановления;

**изучены** процессы восстановления квалифицированных мастеров в годичном тренировочном цикле с учетом их функционального состояния, уровня общей и специальной физической подготовленности во взаимосвязи нагрузок различной направленности с эффектом восстановительных средств и особенностей их влияния на спортсмена;

**проведена модернизация** методического подхода к выбору средств и методов восстановления квалифицированных спортсменов мастеров вольного стиля на тренировочном этапе в годичном цикле тренировки.

**Значение полученных соискателем результатов исследования для практики подтверждается тем, что:**

**разработана и внедрена** методика восстановления в структуре отдельных микро- и мезоциклов годичного тренировочного плана для квалифицированных мастеров вольного стиля на тренировочном этапе; обосновано применение физических средств восстановления (вибромассаж, восстановительный массаж, ортостатическая электромеханотермотерапия, кедровая бочка, контрастный душ, самомассаж) и параметры их применения

в годичном цикле тренировки квалифицированных мас-рестлеров в учебно-тренировочном процессе; обоснованы объём, интенсивность и направленность педагогических, физических и психологических средств восстановления для квалифицированных мас-рестлеров в годичном цикле на тренировочном этапе; обосновано рациональное сочетание микро- и мезоциклов в периодах годичного цикла у квалифицированных мас-рестлеров на тренировочном этапе. Полученные результаты могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе мас-рестлеров, в учреждениях спортивной направленности, осуществляющих подготовку спортивного резерва по мас-рестлингу; практические рекомендации позволят тренерскому составу более рационально планировать различные средства восстановления в годичном цикле тренировки спортсменов мас-рестлеров.

Результаты исследований внедрены в учебно-тренировочный процесс спортсменов мас-рестлеров ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физкультуры и спорта» и ГБОУ «Чурапчинская республиканская спортивная средняя общеобразовательная школа-интернат олимпийского резерва имени Д.П. Коркина», Государственного бюджетного учреждения «Региональный центр спортивной подготовки» в Республике Саха (Якутия);

**определено и** научно-обосновано оптимальное сочетание тренировочных нагрузок и восстановительных средств на основе учета функционального состояния, уровня общей и специальной физической подготовленности спортсменов в годичном цикле тренировки для квалифицированных мас-рестлеров;

**создан** комплекс средств восстановления квалифицированных спортсменов мас-рестлинга в годичном цикле тренировки;

**представлены** перспективы дальнейшего совершенствования процесса восстановления квалифицированных мас-рестлеров; практические рекомендации тренерам по реализации предложенной методики восстановления в годичном цикле тренировки.



**Оценка достоверности результатов исследования выявила:** для экспериментальных работ результаты подтверждаются применением комплекса корректных взаимодополняющих и информативных методов исследования, соответствующих проблеме, цели и задачам исследования, репрезентативностью выборки испытуемых, привлеченных к исследованию; достаточной продолжительностью исследования; корректностью применения методов статической обработки данных; качественной обработкой полученных результатов исследования;

**теория** исследования построена на основе педагогических концепций, позволяющих обобщить теоретико-методические особенности восстановления квалифицированных мас-рестлеров при построении тренировочного процесса;

**идеи базируются** на материалах анализа отечественного и зарубежного опыта тренировки и восстановления квалифицированных спортсменов;

**использовано** сопоставление представленных данных авторского подхода, с данными ранее проведенных исследований по изучаемой теме;

**установлено** совпадение полученных результатов с результатами, представленных в независимых источниках по данной тематике;

**использованы** современные методики сбора и обработки исходной информации, позволяющие провести анализ полученных данных и сделать выводы.


**Личный вклад соискателя состоит в:** выборе темы диссертации, обосновании проблемного поля и актуализации предметной области исследования, в самостоятельном подборе инструментальных методик исследования, получении исходных данных и проведении экспериментального исследования, а также в математической обработке и корректной логической интерпретации экспериментальных данных, подготовке основных публикаций, текста диссертации и автореферата.

На заседании 31 января 2019 года диссертационный совет принял решение присудить Федорову Э.П. ученую степень кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

При проведении тайного голосования диссертационный совет в количестве 18 человек, из них 8 докторов наук по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки), участвовавших в заседании, из 25 человек, входящих в состав совета, проголосовали: за – 18, против – нет, недействительных бюллетеней – нет.

**ПРЕДСЕДАТЕЛЬ**

диссертационного совета Д 311.010.01,  
доктор педагогических наук, профессор

 В.А. Таймазов

**УЧЕНЫЙ СЕКРЕТАРЬ**

диссертационного совета Д 311.010.01,  
доктор педагогических наук, профессор

 В.Ф. Костюченко

31 января 2019 г.

