

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА Д 311.010.01
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 учёной степени кандидата наук

аттестационное дело № _____
решение диссертационного совета от 09.06.2016 г., № 09

О присуждении Самсонову Глебу Александровичу, гражданину Российской Федерации, ученой степени кандидата педагогических наук.

Диссертация на тему «Коррекция техники жима штанги лежа пауэрлифтеров высокой квалификации с целью преодоления «мертвых зон»» по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки), принята к защите 24.03.2016 г., протокол № 6 п/з, диссертационным советом Д 311.010.01 на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», Министерство спорта Российской Федерации, 190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35, приказ № 1777-803/1000 от 02.07.2010 г.

Соискатель Самсонов Глеб Александрович, 1991 года рождения, в 2013 году окончил ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», обучается на факультете ПНПР (очная форма) ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», Министерство спорта Российской Федерации, аспирант кафедры биомеханики, работает в ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», Министерство спорта Российской Федерации, специалист первой категории кафедры биомеханики.

Диссертация выполнена в ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» Министерства спорта Российской Федерации, на кафедре биомеханики.

Научный руководитель - кандидат биологических наук, доцент Кичайкина Нина Борисовна, работает профессором кафедры биомеханики ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

Официальные оппоненты:

- Чермит Казбек Довлетмизович, доктор педагогических наук, доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой общей педагогики ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет, адрес: 385000 Майкоп, ул. Первомайская 208 каб. 209. тел. (8772) -59-37-01; (8772)- 57-19-67;
- Шалманов Анатолий Александрович, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой биомеханики ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма», адрес: 105122 г. Москва, Сиреневый бульвар д.4, тел. +7 495 961-31-11;

дали положительные отзывы на диссертацию.

Ведущая организация Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московская государственная академия физической культуры», адрес: 140032, Московская обл., Люберецкий р-н, п. Малаховка, ул. Шоссейная, д.33., тел: 7 (495) 501-55-45, +7 495 501-15-55 в своем положительном заключении, подписанном кандидатом педагогических наук, профессором, заведующим кафедрой «Биомеханики и информационных технологий» указала, что диссертационное исследование Самсонова Глеба Александровича является самостоятельной, завершенной научно-квалификационной работой, содержащей оригинальные теоретические и практические положения по вопросам совершенствования процесса подготовки пауэрлифтеров высокой квалификации.

Соискатель имеет 23 опубликованные работы, в том числе по теме диссертации – 12 работ, их них 6 публикаций в рецензируемых научных журналах по перечню ВАК РФ.

Основные публикации в рецензируемых научных журналах:

1. Кичайкина, Н. Б. Электрическая активность мышц верхней конечности и туловища при жиме штанги лёжа атлетами разной технической подготовленности / Н. Б. Кичайкина, Г. А. Самсонов // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта, 2015. – № 5 (123). – С. 97-102.
2. Самсонов, Г. А. Новый подход к определению понятия и выявлению “мёртвой зоны” в жиме штанги лёжа / Г. А. Самсонов // Российский журнал биомеханики, 2015. – Т. 19. – № 3. – С. 296-306.
3. Самсонов, Г. А. Электрическая активность широчайшей мышцы спины при жиме штанги лёжа на горизонтальной скамье / Г. А. Самсонов, Д. Д. Дальский // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта, 2015. – № 8 (126). – С. 137-142.
4. Самсонов, Г. А. Преодоление “мёртвых зон” при выполнении жима штанги лёжа / Г. А. Самсонов, Н. Б. Кичайкина, Б. И. Шейко // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта, 2015. – № 10 (128). – С. 171-176.
5. Самсонова, А. В. Механизм возникновения “мёртвой точки” при приседании со штангой в пауэрлифтинге / А. В. Самсонова, Н. Б. Кичайкина, Г. А. Самсонов // Российский журнал биомеханики, 2013. – Т. – 17. – № 2 (60). – С. 117-122.
6. Самсонова, А. В. Электрическая активность мышц нижних конечностей при выполнении жима штанги лёжа / А. В. Самсонова, Б. И. Шейко, Н. Б. Кичайкина, Г. А. Самсонов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2014. – № 5 (111). – С. 159-165.

На диссертацию и автореферат поступили отзывы от: официального оппонента Чермита Казбека Довлетмизовича, доктора педагогических наук, доктора биологических наук, профессора, заведующего кафедрой общей педагогики ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет», г. Майкоп; официаль-

ного оппонента Шалманова Анатолия Александровича, доктора педагогических наук, профессора, заведующего кафедрой биомеханики ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма», г. Москва; от ведущей организации ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры», п. Малаховка; от Кислого Александра Николаевича, кандидата педагогических наук, профессора, профессора кафедры гимнастики, атлетической подготовки и спортивных игр Федерального государственного казенного образовательного учреждения высшего образования «Военный институт физической культуры» г. Санкт-Петербург; от Правдова Михаила Александровича, доктора педагогических наук, профессора, профессора кафедры теории и методики физической культуры и спорта Шуйского филиала ФГБОУ ВПО «Ивановский государственный университет», г. Шуя; от Скобликовой Татьяны Владимировны, доктора педагогических наук, профессора, заведующей кафедрой физического воспитания ФГБОУ ВО «Юго-Западный государственный университет», г. Курск; от Шагеевой Людмилы Григорьевны, кандидата физико-математических наук, доцента, доцента кафедры естественно-научных дисциплин и медицинского обеспечения служебно-прикладной физической подготовки Федерального государственного казенного образовательного учреждения высшего образования «Военный институт физической культуры» г. Санкт-Петербург.

При общей положительной оценке диссертации в отзывах имеются следующие замечания:

1. Недостаточно четко сформулирована актуальность проведенного исследования;
2. Из семи выводов диссертации только два педагогических;
3. Не совсем удачным представляется название диссертационного исследования, т.к. основной целью работы все-таки являлось повышение результата в соревновательном упражнении, а «... преодоление «мертвых зон»» являлось средством в достижении этой цели;
4. Богатый фактический материал работы позволяет существенно расширить практические рекомендации, что повысило бы ее методическую ценность;

5. Автором был раскрыт не весь потенциал полученных данных. В частности, не раскрыты базовые и специфические особенности биоэлектрической активности мышц спортсменов высокой квалификации в ходе преодоления максимальных отягощений. Кроме того, на основе полученных параметров электромиограммы возможно построение модели биоэлектрического управления работы скелетной мускулатуры в ходе преодоления максимальных отягощений в жиме штанги лежа;

6. К механизмам преодоления второй метровой зоны автором отнесены две позиции. Первая заключается в повышении энергетических резервов и силы дельтовидной и трехглавой мышцы плеча. Вторая позиция сформулирована автором не определенно, поскольку заключается в сохранении достаточных энергетических ресурсов трехглавой мышцы плеча для интенсивной работы в фазе подъема штанги от груди, что достигается оптимальным временем опускания штанги к груди (не более 2с). Вывод о том, что длительное опускание штанги действительно согласуется с проявлением второй мертвой зоны, следует из данных исследования. Однако не выявлены механизмы и причинно-следственные связи, приводящие к необходимости длительного опускания штанги на грудь. В этой связи рекомендовать увеличение скорости опускания штанги как механизм преодоления второй мертвой зоны, на наш взгляд, не совсем корректно.

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, экспериментально апробирована и внедрена в учебно-тренировочный процесс оригинальная методика коррекции техники жима штанги лежа с целью преодоления «мертвых зон» при работе с максимальными отягоще-

ниям пауэрлифтеров высокой квалификации с учетом индивидуальных особенностей их технической и специальной силовой подготовленности;

предложены: оригинальная гипотеза о взаимосвязи соотношения сил групп мышц, выполняющих жим штанги лежа, с проявлением «мертвой зоны» в той или иной фазе жима штанги лежа, оригинальная гипотеза о взаимосвязи результатов в жиме штанги лежа с умением преодолевать или способностью исключать «мертвые зоны», новое определение понятия «мертвая зона», новый критерий выявления «мертвой зоны» при выполнении жима штанги лежа с максимальным отягощением;

доказана эффективность использования в тренировочном процессе оригинальной экспериментальной методики коррекции техники жима штанги лежа, созданной на основе системного биомеханического изучения закономерностей проявления «мертвых зон» и механизмов их преодоления, что позволило создать методику использования комплекса специальных упражнений и методически приемов, снижающих риск формирования «мертвых зон» при работе с максимальными отягощениями пауэрлифтеров высокой квалификации;

введены: понятие «неблагоприятная зона» для активности мышц в фазовой структуре жима штанги лежа, критерий проявления «неблагоприятной зоны», «коэффициент мертвой зоны», позволяющий количественно оценить соразмерность силы мышц, обеспечивающих жим штанги лежа, изменена трактовка понятия «мертвая зона» с целью упрощения сопоставления данных экспериментальных исследований с практическим опытом тренеров, введен новый критерий выявления «мертвой зоны».

Теоретическая значимость исследования обусловлена тем, что:

доказаны возможность проявления в жиме штанги лежа нескольких «мертвых зон», взаимосвязь соотношения силы групп мышц, выполняющих жим лежа, с проявлением «мертвой зоны» в различных фазах жима штанги лежа, взаимосвязь использования специальных технических приемов, позволяющих преодолеть «мертвую зону» с улучшением результатов в жиме штанги лежа, взаимосвязь индивидуализации специальной силовой подготовки атлетов, направленной на

изменение соотношений сил мышечных групп в соответствии с коэффициентом «мертвой зоны» с улучшением результата в жиме штанги лежа, эффективность методики сопряженной технической и специальной силовой подготовки пауэрлифтеров, снижающей риск формирования «мертвых зон»;

применительно к проблематике диссертации результативно (эффективно, то есть с получением обладающих новизной результатов) использован комплекс методов математической статистики, позволяющий оценить достоверность различий в результатах проведенных экспериментов;

изложены современные знания о технике жима штанги лежа, об особенностях биомеханической структуры технических элементов жима штанги лежа, современные представления о фазовой структуре жима штанги лежа, современные подходы к изучению техники жима штанги лежа, современные подходы к коррекции технической подготовки пауэрлифтеров;

раскрыты противоречия в результатах имеющихся экспериментальных исследований с эмпирическим опытом тренеров, атлетов и судей, биомеханические и физиологические механизмы преодоления «мертвых зон» в жиме штанги лежа;

изучены биомеханические и физиологические закономерности формирования «мертвых зон» в жиме штанги лежа в пауэрлифтинге, механизмы управления движением при выполнении жима штанги лежа путем анализа электрической активности мышц, участвующих в жиме штанги лежа, биомеханические факторы, определяющие проявление «мертвых зон» в жиме штанги лежа, варианты проявления «мертвых зон» в фазовой структуре жима штанги лежа, зависимость эффективности техники жима штанги лежа от соотношения силы и координации активности мышц, обеспечивающих жим штанги;

проведена модернизация существующего алгоритма обработки видеоданных, позволяющая получать и обрабатывать информацию в автоматическом режиме, также проведена модернизация алгоритма сопоставления данных об электрической активности мышц с данными о скорости ЦТ штанги путем наложения этих графиков на видеозапись выполнения попытки и последующей синхронной анимацией их изменения.

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

разработана, технически обоснована и практически апробирована оригинальная экспериментальная методика коррекции технической и специальной силовой подготовки пауэрлифтеров высокой квалификации с целью преодоления «мертвых зон» с учетом особенностей их индивидуальной подготовленности, которая внедрена в учебно-тренировочный процесс РОО «Федерация пауэрлифтинга Санкт-Петербурга», а также в учебный процесс кафедры теории и методики атлетизма ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»;

созданы практические рекомендации по планированию учебно-тренировочного процесса пауэрлифтеров высокой квалификации.

Оценка достоверности результатов исследования выявила что:

- в диссертационном исследовании достаточно полно представлены публикации российских и зарубежных ученых и специалистов в области пауэрлифтинга и жима штанги лёжа, в частности (92 отечественных и 48 иностранных);
- для достижения поставленных в исследовании цели и задач использованы как биомеханические методы исследования (видеосъемка с последующим биомеханическим анализом, полидинамометрия, запись электрической активности мышц верхних и нижних конечностей, а также мышц туловища), так и педагогические (педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент);
- результаты исследований получены на сертифицированном оборудовании (аппаратно-программный комплекс оценки электрической активности мышц «МИОТОН» (ОКБ «РИТМ» г. Таганрог, Россия) с использованием высокоточных приборов видеорегистрации и электрохронометрии. Для обработки видеоматериалов использовались компьютерные программы: PIXELFARM PFTRACK 2011 и MICROSOFT EXCEL

2010. Статистический анализ производился посредством компьютерной программы STATGRAPHICS CENTURION;

- статистическая обработка экспериментального материала осуществлена грамотно и логически обоснованно;
- выборки пауэрлифтеров высокой квалификации, участвующих в констатирующих и педагогическом экспериментах, репрезентативны.

Личный вклад соискателя заключается в выборе и обосновании темы диссертации, формулировке цели и задач, планировании и осуществлении комплексных научных исследований, обработке экспериментальных данных, анализе и обобщении их результатов, проведении педагогического эксперимента, изложении результатов исследования, а также подготовке и публикации научных статей, обобщающих результаты диссертационной работы.

На заседании 09 июня 2016 года диссертационный совет принял решение присудить Самсонову Глебу Александровичу ученую степень кандидата педагогических наук.

При проведении тайного голосования диссертационный совет в количестве 19 человек, из них 7 докторов наук по специальности 13.00.04 (педагогические науки), участвовавших в заседании, из 26 человек, входящих в состав совета, проголосовали: за - «19», против - «нет», недействительных бюллетеней - «нет»

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ
диссертационного совета Д 311.010.01
доктор педагогических наук,
профессор

УЧЕНЫЙ СЕКРЕТАРЬ
диссертационного совета Д 311.010.01
доктор педагогических наук,
профессор

09 июня 2016 года



В.А. ТАЙМАЗОВ


В.Ф. КОСТЮЧЕНКО