

ОТЗЫВ

официального оппонента кандидата педагогических наук, заведующего сектором современных технологий подготовки высококвалифицированных спортсменов Федерального государственного бюджетного учреждения «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры» Новиковой Наталья Борисовны на диссертацию Герасимова Николая Петровича на тему «Лыжная подготовка студентов спортивной учебной группы с использованием лыж с фторопластовой скользящей поверхностью», представленной на соискание ученой степени кандидата наук по научной специальности 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки).

Актуальность исследования. Физическое воспитание студентов в условиях вуза – неотъемлемый компонент профессиональной подготовки, необходимый для полноценного и гармоничного развития молодых людей. Распространенный в настоящее время в теории и практике физического воспитания спортивизированный подход предполагает активное использование спортивной деятельности, спортивных технологий, соревнований и элементов спорта в образовательном процессе с целью формирования спортивной культуры обучающихся. В то же время, научно-теоретические подходы к спортивной тренировке в условиях непрофильных вузов разработаны недостаточно. Большинство исследований связано с организацией учебно-тренировочных занятий студентов во внеучебное время, тогда как современные образовательные стандарты позволяют использовать учебную нагрузку в рамках учебных дисциплин «Физическая культура и спорт» и элективных дисциплин «Физическая культура и спорт» для увеличения времени на спортивную подготовку. Современные тенденции развития лыжного спорта в вузах свидетельствуют о необходимости разработки новых подходов в организации процесса физического воспитания и спортивной подготовки в условиях ограниченного времени студентов-спортсменов. С одной стороны, лыжный спорт входит в число обязательных соревновательных видов программы межвузовской спартакиады, и владение техникой передвижения на лыжах является нормативным требованием Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО», а с другой – уровень квалификации студентов-лыжников имеет существенные различия, что требует особых организационно-методических условий для совершенствования спортивной подготовленности.

Процесс спортивной подготовки студентов в условиях вуза тесным образом связан с учебной деятельностью, в частности, загруженность студентов в напряженные периоды учебы влияет на выполнение физической

нагрузки как по объему, так и по интенсивности, причем психофизиологическая нагрузка может оказывать влияние на организм лыжника, сопоставимое с соревновательной деятельностью или даже превышает его.

В условиях напряженной спортивной и учебной деятельности особое значение приобретает эффективность тренировочных планов студентов-лыжников разной квалификации.

Все это обуславливает актуальность темы диссертационного исследования Николая Петровича Герасимова, предложившего свое педагогическое видение решения проблемы спортивной подготовки студентов-лыжников.

Наиболее существенные результаты, содержащиеся в диссертационной работе соискателя. В диссертационном исследовании теоретически и экспериментально обоснован трехлетний план лыжной подготовки студентов, занимающихся в спортивной учебной группе, с учетом бюджета времени дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» и самостоятельной работы. Разработаны и детально описаны тренировочные планы для групп студентов с разным уровнем подготовленности, определена преимущественная направленность спортивной подготовки в учебных семестрах, представлено содержание специальной физической, психологической, технической и тактической подготовки студентов спортивной учебной группы в соответствии с используемым инвентарем и уровнем квалификации.

Получены новые научные данные о кинематических параметрах техники лыжных ходов при передвижении на лыжах с фторопластовой скользящей поверхностью.

Экспериментально подтверждена эффективность предложенного трехлетнего плана учебно-тренировочных занятий, сопряженного с учебным планом и графиком обучения студентов 1-3-х курсов, включающего «форсированную» лыжегоночную подготовку во 2, 4, 6-ом семестрах, с акцентом на скоростно-силовую и скоростную выносливость.

Разработаны практические рекомендации по организации учебно-тренировочных занятий студентов-лыжников спортивной учебной группы, содержанию специальной физической, психологической, технической и тактической подготовки на различных этапах годичного цикла

Представленный подход позволяет оптимизировать процесс спортивной подготовки лыжников-гонщиков в условиях обучения в нефизкультурных вузах, повысить эффективность учебно-тренировочных занятий и результативность студентов-лыжников.

В проведённом исследовании соискатель теоретически обосновывает и экспериментально доказывает эффективность инновационного подхода к тренировке студентов-лыжников с использованием лыж с фторопластовой поверхностью. Основным эффектом разработанных методов организации физического воспитания в спортивной учебной группе студентов-лыжников связан с повышением показателей устойчивости на статической и динамической поверхности, увеличением длины шага на равнине и подъемах соревновательной дистанции, снижением пульсовой стоимости нагрузки, положительной динамикой параметров психического состояния.

Степень обоснованности использования методов, полученных результатов и положений диссертации базируется на теоретическом анализе и обобщении данных специальной литературы и нормативной документации, комплексе применяемых педагогических, психологических, биомеханических и математико-статистических методов, тщательно спланированном многолетнем педагогическом эксперименте, корректной оценке биомеханических, психофизиологических и физиологических показателей. Обоснование темы диссертационного исследования, анализ научно-методической литературы и нормативных документов по проблемам организации и содержанию физического воспитания студентов-лыжников свидетельствуют о высокой осведомленности автора в исследуемой проблеме, а выполненный системный анализ показателей физической, технической и психологической подготовленности студентов-спортсменов демонстрирует корректность применения инструментов научного познания и высокий личный вклад соискателя в теоретическое и практическое решение исследуемой проблемы.

Оценка достоверности и новизны результатов исследования подтверждается адекватностью применяемых методов согласно цели и задачам исследования, подтверждением гипотезы, полученными результатами исследования, достаточным объемом и репрезентативностью выборки, корректной обработкой полученных данных, представленным в полном объеме анализом теоретического и эмпирического материала. Эффективность инновационных подходов к спортивной подготовке студентов-лыжников подтверждена статистически значимыми изменениями биомеханических показателей техники лыжных ходов и показателей физической подготовленности в экспериментальной группе, достоверным улучшением параметров психического состояния студентов, тренирующихся по предложенной методике и статистически значимыми межгрупповыми различиями спортсменов контрольных и экспериментальных групп. Наиболее существенными результатами трёхлетнего педагогического эксперимента

являются снижение «пульсовой стоимости» нагрузки на равнинном участке дистанции на 31 уд/е. р.; улучшение показателей статической устойчивости спортсменов экспериментальных групп на 18-23 с, и динамической – на 5,5 - 9,6 с; улучшение параметров психического состояния до уровня, соответствующего состоянию «боевой готовности».

Новизна диссертационного исследования заключается в том, что соискателем научно обоснован трехлетний план лыжной подготовки студентов, занимающихся в спортивной учебной группе, с учетом бюджета времени дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» и самостоятельной работы. Определены наиболее эффективные средства специальной физической, технической и тактической подготовки студентов-лыжников в подготовительном и соревновательном периодах. Предложены ранее не использовавшиеся в спортивной подготовке студентов в условиях вузов имитационные упражнения; приемы формирования убеждения у студентов о преимуществах лыж с фторопластовой скользящей поверхностью; идеомоторная тренировка выполнения технико-тактических приемов при преодолении подъемов, прохождения спусков на высокой скорости; прохождение дистанции на «скоростных лыжероллерах». Обосновано соотношение применяемых лыжных ходов в тренировке студентов-лыжников, применяющих лыжи с фторопластовой скользящей поверхностью: подъемы крутизной 6–18%, пологие подъемы 3–5% и равнинные отрезки преодолевается коньковым одновременным двухшажным ходом с «прыжковым» отталкиванием ног и ударным отталкиванием руками, коньковым одновременным одношажным ходом, коньковым ходом без отталкивания палками; пологие спуски – коньковым ходом без отталкивания палками (вариант без маха руками). Разработаны методические приемы совершенствования тактики за счет «наращивания скорости при уходе на спуск», «удержания скорости при прохождении поворота», «обгона и ухода в отрыв».

Теоретическая значимость диссертационного исследования состоит в том, что его результаты вносят существенный вклад в теорию и практику физического воспитания студентов научными знаниями о планировании и содержании спортивной подготовки в лыжных гонках. В частности, предложенный инновационный подход к подготовке студентов-лыжников с использованием лыж с фторопластовой скользящей поверхностью позволил дополнить теорию и методику физического воспитания студентов вузов новыми научными данными:

– о структуре тренировочного процесса студентов-лыжников учебных спортивных групп;

- о кинематических параметрах техники лыжных ходов при передвижении на лыжах с фторопластовой скользящей поверхностью;
- о динамике параметров психического состояния под влиянием предложенных тренировочных и учебных нагрузок.

Практическая значимость исследования заключается в обосновании применения лыж с фторопластовой скользящей поверхностью и средств специальной физической подготовки высококвалифицированных лыжников в тренировочном процессе студентов нефизкультурных вузов, адаптации вариантов передвижения на лыжах к возможностям студентов-спортсменов, разработке эффективных планов учебно-тренировочных занятий, сопряженных с учебной деятельностью. В процессе проведенных исследований, были разработаны, апробированы и представлены трехлетние планы лыжной подготовки студентов со спортивной квалификацией «массовые спортивные разряды» и неквалифицированных лыжников, позволившие повысить результативность и уровень подготовленности.

Полученные результаты и выводы, приведенные в диссертационной работе, следует внедрять в учебный процесс нефизкультурных вузов для решения задач лыжной подготовки. Научные разработки по теме исследования могут быть продолжены в области теории и методики спорта, психологии и педагогике.

Язык диссертации, полнота изложения материалов диссертации в работах, опубликованных автором. Основные положения исследования изложены в 18 научных публикациях по теме исследования, из которых 11 статей опубликованы в рецензируемых научных изданиях, рекомендуемых ВАК при Минобрнауки России. Авторская разработка «Лыжи с фторопластовой скользящей поверхностью» имеет один патент (Патент 2569792 С1, Российская Федерация, МПК 51 А65С 5/056. «Беговые лыжи для конькового хода»).

Текст диссертации изложен научным языком, стилистически и логически выдержан, оформлен в соответствии с требованиями, предъявляемыми к кандидатским диссертациям.

В целом работа заслуживает положительной оценки, однако стоит отметить некоторые **недостатки** в работе и несколько **дискуссионных моментов**.

1. Анализ литературы, представленный в первой главе диссертации, посвящен вопросам теоретико-методологических основ физического воспитания студентов-лыжников, а проблемы техники лыжных ходов отражены недостаточно, тогда как существенным компонентом экспериментальных исследований является совершенствование технической

подготовленности студентов. Изучение современных тенденций в технике лыжных ходов и технической подготовке лыжников-гонщиков повысило бы ценность теоретических исследований и практических авторских разработок.

2. Автором в разделе 1.3 диссертации (стр. 31) утверждается, что «не выявлено исследований, осуществляющих учет инноваций в скользящей поверхности лыж (было выявлено лишь одно исследование, в котором осуществлялся учет подготовки скользящей поверхности лыж традиционными методами)», однако в последние годы зарубежными авторами опубликовано достаточно много научных работ, посвященных вопросам снижения трения между скользящей поверхностью лыж и снегом, зависимости результативности от качества скольжения лыж, совершенствованию смазки и материалов скользящей поверхности. Изучение иностранных публикаций повысило бы значимость теоретических исследований.

3. Вызывает сомнение утверждение, что выполнение имитации лыжного хода с удержанием позиции после приземления может способствовать развитию динамического равновесия на скользящей лыже.

4. Сравнение показателя «длина шага» на соревнованиях в лыжных гонках в разные периоды времени не может быть корректно, так как этот показатель в значительной степени зависит от состояния снежного покрова, погодных условий и других внешних факторов. Указание в тексте диссертации условий проведения испытаний могло бы повысить значимость полученных данных.

5. Интенсивность циклических нагрузок студентов экспериментальной группы в течение всего периода эксперимента была выше этого показателя студентов контрольной группы. В тексте диссертации можно было бы отразить различия в выполненных нагрузках и описать средства контроля интенсивности.

Вместе с тем, высказанные замечания носят дискуссионный характер, и не снижают научной, теоретической и практической значимости выполненной Герасимовым Николаем Петровичем диссертационной работы.

Рекомендации по использованию результатов. Разработанный трёхлетний план и содержание учебно-тренировочных занятий студентов-лыжников могут быть использованы в учебном процессе студентов высших учебных заведений.

Полученные теоретические данные и результаты практических исследований целесообразно включать в учебный процесс образовательных организаций в форме практических и методических рекомендаций, материалов курсов повышения квалификации и профессиональной переподготовки.

Соответствие работы требованиям, предъявляемым к диссертациям. По актуальности исследовательской задачи, научной новизне, теоретической и практической значимости полученных результатов, их обоснованности, возможного практического использования диссертационная работа Герасимова Николая Петровича на тему «Лыжная подготовка студентов спортивной учебной группы с использованием лыж с фторопластовой скользящей поверхностью» является завершенной научной работой, в которой содержится решение важной научно-практической задачи по совершенствованию учебного процесса и спортивной подготовки студентов-спортсменов. Работа отвечает требованиям п. 9, 10, 11, 13, 14 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24 сентября 2013 года, предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата педагогических наук, а ее автор Герасимов Николай Петрович заслуживает присуждения ученой степени кандидата наук по специальности 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.

Официальный оппонент

Заведующий сектором современных технологий подготовки высококвалифицированных спортсменов Федерального государственного бюджетного учреждение «Санкт-Петербургский научно – исследовательский институт физической культуры», кандидат педагогических наук

Научная специальность оппонента

13.00.04 –Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

15 мая 2023г.

Nov

Новикова Наталья Борисовна

Адрес: 191040, г. Санкт-Петербург, Лиговский пр. 56, литера "Е".

Телефон: (812) 600-41-16

Электронная почта: nnovikova@spbniifk.ru

