

«УТВЕРЖДАЮ»

И. о. ректора ФГБОУ ВО «Национальный
государственный университет физической
культуры, спорта и здоровья имени
П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»,
кандидат экономических наук, доцент
В.Ф. Гришков

« 23 »

2025 г.



ОТЗЫВ

ведущей организации Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» на диссертационную работу Головки Петра Вячеславовича на тему: «Содержание поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет» на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 5.8.5. Теория и методика спорта (педагогические науки).

Актуальность темы диссертационного исследования определяется, во-первых, степенью оценки социального статуса людей 60-79-летнего возраста, регулярно занимающихся пауэрлифтингом; во-вторых, степенью эффективности воздействия занятий пауэрлифтингом на динамику спортивных достижений в 60-79 лет; в-третьих, уровнем повышения и сохранения физической, умственной работоспособности, а также функциональной тренированности ветеранов.

Следует отметить, что в настоящее время нет в достаточной степени научных трудов, раскрывающих влияние возрастных особенностей, занимающихся на сопряженное развитие физической и умственной работоспособности, психофизиологических и морфологических показателей физического состояния ветеранов в пауэрлифтинге 60-79 лет, что в полной мере не позволяет решить вопрос о содержании и структуре поэтапной спортивной подготовки мужчин данного возраста.

Комплексный подход автора при решении вышеизложенной проблемы по теме исследования в полной мере связан с историей зарождения тяжёлой атлетики в России, которая датируется 1885 годом, а основоположником которой являлся доктор В.Ф. Краевский, опубликовавший первые научные труды «Катехизис здоровья, правила для занимающихся спортом» и «Развитие физической силы без гирь и с помощью гирь» (1900). В то же время, как было указано автором, на современном этапе исследований по проблемам содержания поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет, не выявлено.

В соответствии с вышеизложенным, выбор темы исследования П.В. Головки, посвященной разработке и теоретическому обоснованию содержания поэтапной спортивно-тренировочной и соревновательной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет, является актуальным и обоснованным на современном этапе развития теории, методики и практики силовых видов спорта, а именно пауэрлифтинга.

Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертации. Новизна результатов исследования Головки П.В. заключается в том, что впервые:

- определена социальная значимость поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет как фактора личностного удовлетворения их потребности в систематических тренировочных занятиях с целью спортивных достижений;
- определено содержание поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет с учетом их морфофункциональных показателей, физической и умственной работоспособности;
- разработаны модельные характеристики нормативных показателей при выполнении соревновательных и специально-вспомогательных упражнений для массового применения в тренировочном процессе ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет;

- выявлены возрастные особенности взаимосвязи спортивных занятий пауэрлифтингом с физической и умственной работоспособностью ветеранов: в 60-64 года ($r > 0,473$), 65-69 лет ($r > 0,462$), 70-74 года ($r > 0,429$) и в 75-79 лет ($r > 0,414$);

- в исследовании была использована усовершенствованная проба Абалакова в качестве индекса скоростно-силовых качеств (ИССКА), которая определяется отношением максимального результата прыжка в высоту с места (см) к весу тела (кг) (см/кг).

Практическая значимость диссертационной работы заключается в выявлении закономерностей возрастной динамики тренировочных и соревновательных достижений ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет, что позволяет определить оптимальное содержание специальной физической подготовки на каждом возрастном этапе.

Теоретическая значимость работы заключается в следующем:

– о возрастных особенностях планирования поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет;

– о закономерностях динамики тренировочных и соревновательных нагрузок в подготовительном и предсоревновательном периоде ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет;

– о новых научных данных в области теории и методики пауэрлифтинга и тяжелой атлетики, а также общей силовой подготовки ветеранов 60-79 лет;

– о влиянии занятий пауэрлифтингом на физические, морфофункциональные и умственные возможности ветеранов спорта.

Значимость для науки и практической деятельности полученных соискателем результатов.

Диссертационная работа Головки П.В. «Содержание поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет» представляет собой развитие нового направления в современном спорте. Впервые результаты исследования базируются на принципах доказательной базы. Автором

разработана методика спортивной тренировки в зависимости от возраста и квалификации ветеранов спорта, позволяющая добиться высоких результатов. Использование разнообразных методов в исследовании ветеранов спорта по пауэрлифтингу позволяет:

- оценить влияние возрастного фактора на максимальный уровень силовых возможностей при выполнении упражнений;
- варьировать средние величины веса штанги во время тренировочного процесса.

Результаты исследований внедрены в учебный процесс кафедры физкультурно-оздоровительных технологий, факультета повышения квалификации и переподготовки кадров ФГБОУ ВО КГУФКСТ (г. Краснодар), в практику ООО «ФИТ-ИНВЕСТ» фитнес-клуба «X-FIT», (г. Краснодар).

Определены перспективы и конкретные рекомендации практического использования теоретических положений диссертационного исследования. На основе анализа полученных данных ветеранов спорта по пауэрлифтингу, результаты диссертационной работы могут послужить базой для проведения дальнейших прикладных исследований по организации учебно-тренировочного процесса, индивидуализации подготовки и коррекции техники у ветеранов спорта в пауэрлифтинге.

Следует рекомендовать использование соотношения объема тренировочного времени как одного из весомых факторов повышения качества подготовки не только пауэрлифтеров-ветеранов, но и в других видах спорта.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации, подтверждается продолжительностью научно-педагогического исследования, надежной и непротиворечивой методологической базой, логикой представления научного исследования, репрезентативностью представленной выборки, корректной математико-статистической обработкой результатов собственных

исследований, адекватной интерпретацией полученных в ходе эксперимента результатов.

Основные теоретические положения диссертации обсуждались на ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (Краснодар 2022, 2023 гг.), Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта».

Результаты диссертационного исследования отражены в автореферате и 9 работах по теме диссертации, в том числе 5 статей опубликованы в научно-теоретических журналах, входящих в перечень ведущих рецензируемых журналов и изданий, рекомендованных ВАК Министерства науки и высшего образования Российской Федерации. Опубликованные работы полностью соответствуют теме диссертационной работы и отражают теоретические и практические результаты.

Диссертация выполнена в традиционном стиле и состоит из введения, 4 глав, выводов, заключения, практических рекомендаций, списка литературы, приложений и изложена на 231 страницах, содержит 23 рисунка, 42 таблицы и 4 приложения. Список литературы включает 193 источника, из них 27 зарубежных авторов и 2 источника интернет-ресурса. Текст диссертации и автореферата оформлен в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.11-2011. Автореферат и публикации отражают основное содержание диссертации.

Личный вклад автора в теоретическом обосновании выдвинутых положений; в проведении педагогических и медико-биологических обследований ветеранов-пауэрлифтеров и педагогического эксперимента; в определении объекта, предмета, цели и задач исследования; в математико-статистической обработке полученных данных; в формулировании выводов и практических рекомендаций.

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

1. Глава четвертая достаточно подробно представлена математическими формулами, что усложняет восприятие материала.

2. Несколько широко и чрезвычайно обстоятельно представлены выводы 4 и 5, 6 и 7 где детализированы полученные автором данные, что можно было бы сократить и указать основные моменты.

3. Содержание основных положений, выносимых на защиту, в частности, 4 и 5 его разделов, излишне насыщены фактическими материалами исследования.

4. Автор в качестве новизны предложил использовать «индекс скоростно-силовых качеств (ИССКА)», однако в своей работе он применил традиционную пробу Абалакова.

5. В работе слабо аргументирован выбор медико-биологических методов, из всего многообразия возможных вариантов, для оценки воздействия физических нагрузок силовой направленности.

Отмеченные замечания не снижают научную, теоретическую и практическую значимость выполненной Головки Петром Вячеславовичем диссертационной работы и носят дискуссионный, рекомендательный характер.

Заключение

Диссертационная работа Головки Петра Вячеславовича на тему «Содержание поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет» является самостоятельной, завершенной научно-квалификационной работой, содержащей решение актуальной научной задачи, имеющей важное теоретическое и практическое значение для совершенствования спортивной тренировки пауэрлифтеров. Диссертация Головки П.В. выполнена в соответствии с пунктам п.12 «Соревновательная деятельность в спорте», п.19 «Содержание и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования», п.21 «Управление подготовкой спортсменов (планирование, моделирование, в том числе компьютерное, информационное, математическое, имитационное; прогнозирование,

программирование, контроль; научно-методическое обеспечение тренировочного процесса; разрядные нормативы и квалификационные требования)» 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 порядке присуждения ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24 сентября 2013 года (в ред. Постановлением Правительства Российской Федерации от 02.08.2016 года №748), предъявляемых к кандидатским диссертациям, а его автор Головкин Пётр Вячеславович заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 5.8.5. Теория и методика спорта.

Отзыв о диссертационной работе Головкин П.В. подготовил заведующий кафедрой теории и методики атлетизма им. А.И. Фаламеева ФГБОУ ВО НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, доктор биологических наук, доцент Талибов Абсет Хакиевич.

Отзыв обсуждён и утверждён на заседании кафедры теории и методики атлетизма им. А.И. Фаламеева ФГБОУ «НГУ им Лесгафта, Санкт-Петербург». Присутствовало – 7 человек «За» - единогласно, «Против» и воздержавшихся – нет. Протокол № 12 от «29» мая 2025 г.

Заведующий кафедрой теории и методики атлетизма им. А.И Фаламеева
ФГБОУ ВО НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург
доктор биологических наук,
доцент

 Абсет Хакиевич Талибов

Сведения о ведущей организации:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

Адрес организации: Россия, 190121, г Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д.35

Официальный сайт: <http://lesgaft.spb.ru/>

Телефон: 8(812) 714-40-13

Адрес электронной почты: kans@lesgaft.spb.ru



Талибова А.Х.
ДОСТОВЕРЯЮ
АМ. НАЧАЛЬНИКА
ОТДЕЛА КАДРОВ
И.Ф. ЦАРЕВА
30.05.2025