

ОТЗЫВ

официального оппонента, доктора педагогических наук, профессора Анцыперова Владимира Викторовича 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 избранной темы. Диссертационное исследование посвящено решению актуальной социально-методической проблемы планирования поэтапной спортивно-тренировочной подготовки ветеранов пауэрлифтинга в возрасте 60-79 лет, а также выявлению возрастной динамики спортивных достижений, специальной физической подготовленности, морфофункциональных показателей, физической и умственной работоспособности. Следует отметить, что факт, что вопросы спортивной подготовки ветеранов различных силовых видов спорта рассматривались в ряде научных трудов таких отечественных авторов, как А.Н. Воробьев (1977), Г.П. Виноградов (2015), В.А. Глубокий (2016), Ю.И. Волков (2020), Л.С. Дворкин (2012) и др. Однако задача разработки и научного обоснования содержания поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга пожилого и старшего возраста только начинает исследоваться. Что же касается решения задачи разработки и научного обоснования содержания поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга пожилого и старшего возраста, то в этом направлении делаются только первые шаги.

В связи с этим актуальность научной работы не вызывает сомнений, так как в современной практике пауэрлифтинга все большее количество ветеранов мужского пола принимают участие в соревновательной деятельности. Это привело к возникновению проблемной ситуации, заключающейся в недостатке знаний о влиянии многолетних занятий пауэрлифтингом на физическое и умственное состояние ветеранов в возрасте 60-79 лет, что имеет важное значение для продления их спортивного и социально-трудового долголетия.

С учетом вышеизложенного автором были выявлены следующие противоречия, которые в процессе научных исследований получили своё дальнейшее разрешение,

Первое – между степенью оценки социального статуса пожилых людей 60-79 лет, регулярно занимающихся пауэрлифтингом и соревновательной деятельностью, с одной стороны, и отсутствием научно обоснованных методических рекомендаций, с другой;

Второе – между влиянием многолетних занятий пауэрлифтингом на физическое развитие, функциональное состояние ветеранов 60-79 лет, с одной стороны, и отсутствием научных данных о взаимовлиянии этих занятий на возрастную динамику, с другой.

Третье – между влиянием многолетних занятий пауэрлифтингом на возрастную динамику спортивных достижений ветеранов 60-79 лет, с одной стороны, и отсутствием научных данных, подтверждающих возможность участия в соревнованиях лиц пожилого и более старшего возраста, с другой.

Четвертое – между выявленными автором закономерностями воздействия многолетних занятий спортом на процесс сопряженного сохранения двигательного потенциала ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет, с одной стороны, и отсутствием научной информации о их стремлении к продолжению не только тренировочного процесса, но и участия в соревновательной деятельности, с другой.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации. В диссертационной работе убедительно раскрывается степень разработанности проблемы спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет на основе следующих фундаментальных научных исследований отечественных авторов: Л.П. Матвеева (1997), Ю.В. Верхошанского (1970), В.Н. Платонова (1988), Г.П. Виноградова (1998) и др., которые обосновали теоретико-методическую концепцию эффективности использования отягощений в физической подготовке ветеранов различных силовых видов спорта. Цель, задачи, объект и предмет, а также выводы и практические рекомендации представлены автором корректно, в соответствии с темой исследования.

Диссертационная работа включает в себя достаточно большой объем теоретико-методического и экспериментального материала, раскрывающего содержание поэтапного планирования тренировочной нагрузки для ветеранов пауэрлифтинга четырех возрастных этапов (60-64, 65-69, 70-74, 75-79 лет) в

подготовительном и предсоревновательном периодах с опорой на результаты годовых экспериментальных исследований морфофункциональных показателей, физической и умственной работоспособности.

Достоверность и новизна исследования, полученных результатов, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации. Достоверность и надежность исследования опирается на теоретико-методологическую основу исходных позиций автора, а именно на использование комплекса структурно взаимосвязанных между собой методик, адекватных объекту, предмету, цели, задачам и логике исследования. На всем протяжении диссертационной работы представлены результаты сравнительных исследований экспериментальных и контрольных групп ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет с учетом возрастной динамики планирования поэтапной спортивной подготовки, физической и умственной работоспособности, морфофункциональных показателей и соревновательных достижений. Достоверность полученных данных обеспечивается корректным использованием методов математической статистики.

Наиболее существенными научными результатами являются следующие:

- автор убедительно доказал эффективность использования комплексных методов исследований (социально-педагогических, морфофункциональных и психолого-физиологических), позволивших впервые разработать и обосновать содержание поэтапной спортивной подготовки мужчин-ветеранов пауэрлифтинга в следующих возрастных периодах: 60-64, 65-69, 70-74 и 75-79 лет. В то же время исследования не выявили достоверных различий в результатах спортивных достижений между ветеранами пауэрлифтинга смежных возрастных периодов, за исключением группы 75-79 лет;

- полученные автором результаты исследований являются новыми научными знаниями, так как, в отличие от существующих работ, автором определена социальная значимость поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга в возрасте 60-79 лет как фактора личностного удовлетворения их потребности в систематических тренировочных занятиях и стремления к спортивным достижениям.

Новизна диссертационного исследования и полученных результатов заключается в том, что автору удалось:

– в результате многолетних комплексных исследований показать высокую эффективность длительных физических занятий для улучшения и поддержания социально-педагогических, морфофункциональных и психолого-физиологических показателей у мужчин-ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет;

– установить отсутствие статистически значимых изменений в физическом развитии и функциональном состоянии сердечно-сосудистой и дыхательной систем мужчин-ветеранов в возрасте 60-79 лет под влиянием занятий пауэрлифтингом ($p > 0,05$);

– оценить уровень адаптационных резервов и функциональной работоспособности сердечно-сосудистой системы и способности мужчин-пауэрлифтеров переносить значительную физическую нагрузку ($p < 0,001$; $p < 0,05$);

– установить прирост физической работоспособности в тесте «приседание со штангой на плечах» у ветеранов мужчин 60-79 лет под влиянием занятий пауэрлифтингом ($p < 0,001$; $p < 0,01$);

– определить отсутствие значимых различий при оценке умственной работоспособности, в частности когнитивных функций различных видов памяти;

Относительно новые результаты заключались в том, что:

- автором разработаны модельные характеристики нормативных показателей при выполнении соревновательных и специально-вспомогательных упражнений для массового применения их в тренировочном процессе ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет;

- автором впервые была усовершенствована проба Абалакова в качестве индекса скоростно-силовых качеств (ИССКА), который определяется отношением максимального результата прыжка в высоту с места (см) к весу тела (кг) (см/кг);

– представлена концепция содержания спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет как единой системы многолетнего планирования тренировочного процесса с учетом соотношения объемов и интенсивности специальной тренировочной нагрузки на подготовительном, предсоревновательном и соревновательном периодах полугодового цикла.

Значимость для науки и практики полученных автором результатов исследований заключается в первую очередь в актуальности исследований,

направленных на углубление и расширение научных знаний в области теории и методики ветеранского спорта в пауэрлифтинге, а именно в области:

- планирования поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга в возрасте 60-79 лет;
- выявления закономерностей возрастной динамики по оптимизации тренировочных и соревновательных нагрузок в подготовительном и предсоревновательном периодах ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет;
- влияния занятий пауэрлифтингом на развитие физических, морфофункциональных и умственных возможностей ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет.

Практическая значимость исследования состоит в выявлении закономерностей возрастной динамики тренировочных и соревновательных достижений ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет, что позволило определить эффективность содержания специальной физической подготовки на каждом возрастном этапе (60-64, 65-69, 70-74, 75-79 лет). Установлено, что вне зависимости от возраста ветераны пауэрлифтинга 60-79 лет способны демонстрировать высокие спортивные результаты — от 2-го разряда до мастера спорта, что говорит об их высоких резервных физических и умственных возможностях. Полученные данные исследований позволили разработать по пятибалльной системе модельные характеристики тренировочных нагрузок при выполнении приседания, жима штанги лежа и становой тяги. Практические результаты исследования могут быть широко использованы в специальной физической подготовке не только мужчин, но и женщин пожилого возраста, занимающихся пауэрлифтингом, а также в практике работы инструкторов фитнес-клубов и тренеров в различных силовых видах спорта.

Конкретные рекомендации по использованию результатов и выводов диссертации. Рекомендуется внедрить разработанное автором содержание планирования тренировочных занятий мужчин 60-79 лет, что в значительной степени будет способствовать сохранению их физического состояния на оптимальном уровне в совокупности с повышением интереса и стремления к занятиям силовой направленности в процессе физической и умственной трудовой деятельности. Кроме того, при планировании тренировочных нагрузок для мужчин 60-79 лет

рекомендуется учитывать выявленную в каждом возрастном периоде тренировочного процесса динамику спортивных достижений в трёх соревновательных упражнениях пауэрлифтинга (приседании, жиме лежа и тяге).

Личный вклад автора. Научная новизна исследования заключается в теоретическом обосновании выдвинутых положений; в проведении теоретических и педагогических исследований с мужчинами-ветеранами пауэрлифтинга 60-79 лет, математико-статистической обработке полученных данных; в анализе и обобщении теоретических и экспериментальных материалов исследований, формулировании выводов и практических рекомендаций.

Результаты диссертационного исследования изложены автором грамотным научным языком, логически выстроены и хорошо структурированы. Обобщающие материалы исследования корректно обработаны на основе методов математической статистики с учетом различной степени достоверности и представлены в виде таблиц и рисунков.

Основные положения диссертации докладывались и получили одобрение 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» (Краснодар, 2023).

Эффективность методики и результативность научных исследований подтверждены актами внедрения результатов 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).

Результаты диссертационного исследования нашли отражение в 9 научных публикациях, из них 5 статей – в рецензируемых научных изданиях, входящих в перечень ВАК при Министерстве науки и высшего образования РФ.

Диссертационная работа Головки Петра Вячеславовича является завершённым научно-исследовательским трудом, в котором приняли участие 217 пауэрлифтеров в возрасте от 60 до 79 лет, имеющих спортивную квалификацию от 2-го разряда до КМС.

Несмотря на отмеченную актуальность исследования, научную новизну, теоретико-методическую и практическую значимость, представленные Головкин Петром Вячеславовичем, необходимо выделить ряд недостатков и замечаний, которые в целом не снижают положительную оценку диссертационного исследования.

1. В актуальности исследования автор недостаточно полно раскрывает проблему занятий силовыми видами спорта ветеранами, акцентируя внимание только на продлении физической активности без должного освещения аспекта улучшения здоровья занимающихся. Освещение проблемы с этой стороны сделало бы работу более качественной.

2. Предмет исследования следовало бы дополнить термином «структура», поскольку в работе рассматриваются не только содержательные аспекты подготовки (техническая, физическая и другие виды), но и структурные компоненты (микро-, мезо-, макроструктура) тренировочного процесса, которые находятся в тесной взаимосвязи.

3. В формулировке гипотезы не совсем понятно, как можно научно обосновать стремление ветеранов пауэрлифтинга в возрасте 60-79 лет к непрерывной спортивно-тренировочной деятельности. Первое предположение в гипотезе больше подходит к выводам. Идет утверждение, что нагрузка в 60-80% от максимальной будет соответствовать возрастным этапам позднего онтогенеза.

4. В научной новизне следовало бы уточнить формулировку второго пункта: «обоснована структура и содержание поэтапной спортивной подготовки...». Четвертый пункт научной новизны по содержанию больше соответствует выводам работы, а учитывая выявленные взаимосвязи, целесообразность его включения в научную новизну вызывает сомнения.

5. В первом положении, выносимом на защиту, следовало бы привести факторы, а не ограничиваться только личностной потребностью ветеранов в соревновательной деятельности. В четвертом и пятом положениях представление информации вызывает вопросы, поскольку большинство выявленных взаимосвязей слабые (коэффициенты корреляции 0,2-0,49). Расчет тесноты связи показывает, что доля влияния физической работоспособности на память составляет лишь 6%, возрастая до 23% в возрасте 60-64 года и с 5% до 18% в возрасте 75-79 лет. Такие

изменения недостаточно значимы для исследуемых групп, и вернее было бы говорить о сохранении и поддержании физической работоспособности.

6. В разделе практических исследований автор преимущественно констатирует полученные результаты без должного аналитического осмысления, не дополняя текст аналитическими фрагментами, например: «при сравнительном анализе разных возрастных групп наблюдается рост/снижение/стабилизация спортивных результатов, причем с повышением возраста эти тенденции становятся более выраженными».

7. В таблице 41 было бы целесообразно представить только средние и высокие коэффициенты корреляции для улучшения восприятия информации. Анализ слабых взаимосвязей ($r = 0,2-0,49$) не имеет существенной научной ценности. Согласно данным таблицы, установлена только одна средняя взаимосвязь ($r = 0,551$) между умственной и физической работоспособностью.

Заключение

Диссертационная работа Головки Петра Вячеславовича «Содержание поэтапной спортивной подготовки ветеранов пауэрлифтинга 60-79 лет» представленная на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 5.8.5 – Теория и методика спорта, является завершенным научно-квалификационным трудом, выполненным автором самостоятельно на высоком научном уровне. В ней содержится решение задачи теоретического обоснования и разработки содержания поэтапной спортивно-тренировочной и соревновательной подготовки ветеранов пауэрлифтинга указанной возрастной группы.

Выполненная диссертационная работа соответствует требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям и основным публикациям соискателя, установленным п.п 9-14 «Положения о порядке присуждения ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 24.09.2013 г. № 842 (в действующей редакции с изменениями и дополнением), и содержанию паспорта специальности 5.8.5. – «Теория и методика спорта», отрасли – «Педагогические науки», а ее автор Головки Пётр Вячеславович, заслуживает

присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности
5.8.5. – Теория и методика спорта.

Официальный оппонент,
профессор кафедры «Физическая культура и здоровье»,
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Волгоградский государственный аграрный университет»
(г. Волгоград), доктор педагогических наук,
профессор

Анцыперов Владимир Викторович

«14» нояб 2025 г.

Официальное название организации:

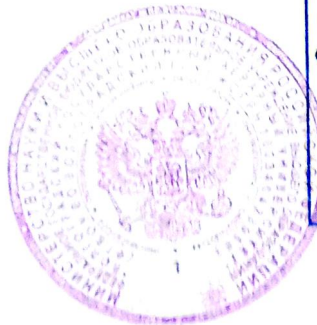
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Волгоградский государственный аграрный университет»
(г. Волгоград) (ФГБОУ ВО Волгоградский ГАУ)

Адрес: 400002, ЮФО, Волгоградская обл., г. Волгоград, пр. Университетский, д. 26

Телефон: +7 (8442) 46-93-77

Официальный сайт: <https://www.volgau.com/>

Адрес электронной почты: antsyperov@volgau.com



Подпись(и) Анцыперов Владимир Викторович
Владимир Викторович Анцыперов
Завещаю начальник Управления кадровой
политики и делопроизводства
Е.Ю. Коротич Е.Ю. Коротич
14.09.2025 г.