

«УТВЕРЖДАЮ»  
Генеральный директор  
Федерального государственного  
бюджетного учреждения  
«Федеральный научный центр  
физической культуры и спорта»  
ИИФК),  
ученых наук, доцент

А.Г. Абалян

\_\_\_\_\_ 2024 г.



### ОТЗЫВ

ведущей организации Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК) на диссертацию Аришина Андрея Васильевича «Система интеграции физической и технической подготовки пловцов на этапах многолетнего тренировочного цикла», представленную в диссертационный совет 38.2.007.01, созданный на базе ФГБОУ ВО «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»», к защите на соискание ученой степени доктора педагогических наук по научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта

**Актуальность темы выполненной работы и ее соответствие отрасли науки.** Актуальность темы диссертации Аришина Андрея Васильевича обусловлена необходимостью достижения соответствия теории, методики и практики спортивной подготовки современным требованиям и вызовам, стоящими перед специалистами в сфере спортивной подготовки. Это существенно затрудняет подготовку спортивного резерва и спортсменов высокого класса, негативно сказывается на конкурентоспособности российского спорта. Увеличение объемов и интенсивности нагрузок, обусловленное нарастающей конкуренцией, увеличивает стремление достижения высоких результатов и вынуждает спортсменов

перераспределять приоритеты в обучении и акцентировать большую часть времени на тренировочный процесс (D. Coyle, 2020; A.R. Nicholls, 2024; В.Н. Платонов 2021 и др.). Это требует пересмотра традиционных подходов к спортивной подготовке для обеспечения гармоничного развития личности спортсмена с одной стороны, и достижения максимальной эффективности его соревновательной результативности, с другой.

Современная практика спортивного плавания характеризуется интенсивной соревновательной деятельностью спортсменов. В течение года пловцы высокой квалификации участвуют в 25-30 соревнованиях (продолжительностью от одного до 5-7 дней), стартуя при этом от 80 до 140 раз (В.Н. Платонов, 2019, 2021). Рост числа стартов является стимулом для решения проблемы поиска оптимальных показателей в величине тренировочных и соревновательных нагрузок (А.Ю. Телегин, 2005; О.А. Чурганов, 2022; G.G. Haff, 2012 и др.). Однако, существующие в настоящее время различия между объемами физической и технической подготовки на разных этапах многолетнего тренировочного процесса, где большая часть отводится на физическую и меньшая – на техническую, не способствуют оптимальному становлению мастерства спортсменов и снижают эффективность учебно-тренировочного процесса.

В процессе спортивной подготовки ее виды (физическая, техническая, психологическая, тактическая и другие) сопряжены в сложную функциональную систему, в которой роль отдельных ее компонентов неодинакова. Вместе с тем, в современной науке до настоящего времени остается недостаточно изученной системная роль сопряжения отдельных видов подготовки, в частности физической и технической, неясен механизм их интеграции. В связи с этим возникает необходимость получения соответствующего нового научного знания, продиктованная как потребностями практики спортивной деятельности, так и запросами спортивной науки.

Представленная в диссертации А.В. Аришина педагогическая система интеграции физической и технической подготовки пловцов в течение



многолетней спортивной тренировки определяет новые подходы к процессу спортивной подготовки, в которых компоненты системы взаимодополняют и усиливают друг друга, способствуя более эффективному освоению техники плавания и улучшению показателей физической подготовленности спортсменов. Современные методики тренировки требуют оптимизации использования ограниченных времени и ресурсов, а интегративный подход, обеспечивающий синергетический эффект, позволяет эффективнее использовать средства как физической, так и технической подготовки.

Таким образом, тема диссертационной работы А.В. Аришина, целью которой является разработка педагогической системы интеграции физической и технической подготовки пловцов, обеспечивающей более эффективное функционирование учебно-тренировочного процесса в многолетнем аспекте, является **актуальной**.

Тема и содержание выполненной работы **соответствуют пунктам 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)», **28** «Теория и методика спорта высших достижений» и **29** «Теория и методика детско-юношеского спорта» **паспорта научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта (педагогические науки)**.

**Значимость полученных автором диссертации результатов для развития соответствующей отрасли науки.** Одним из ключевых направлений Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 года № 3081-р, является гармоничное развитие юных спортсменов. Реализация данного направления предполагает создание условий для эффективного сопровождения талантливой молодежи в процессе становления и развития их способностей, организацию комплексного научно-

технологического сопровождения подготовки резерва для сборных команд по видам спорта, а также разработку новых научных и методических подходов к формированию содержания и направленности учебно-тренировочного процесса в отдельных видах спорта. Вышесказанное подчеркивает своевременность разработки нового научно-педагогического подхода, представленного в диссертации А.В. Аришина, который позволяет оптимизировать тренировочный процесс спортсменов на всех этапах многолетней подготовки – от начального до уровня высшего спортивного мастерства. Более того, опираясь на теории систем применительно к анализу педагогической деятельности, в работе А.В. Аришина представлены решения частных аспектов задач, поставленных в Стратегии, таких как совершенствование системы спортивной подготовки детей и молодежи, формирование условий для развития школьного и студенческого спорта, а также повышение эффективности поиска, отбора и сопровождения спортсменов на каждом этапе подготовки.

Разработанная А.В. Аришиным педагогическая система интеграции физической и технической подготовки пловцов в контексте многолетнего тренировочного процесса вносит значимый вклад в развитие теоретических основ спортивной науки, в частности, теории спортивной подготовки в плавании. Разработанная педагогическая система углубляет понимание концепции синергизма в подготовке спортсменов и выделяет системообразующие принципы достижения высокой спортивной результативности пловцов. Данный вклад не только существенно дополняет теоретические основы спортивной тренировки, но и имеет важное практическое значение, обеспечивая интеграцию различных компонентов подготовки, что, в свою очередь, обеспечивает оптимизацию тренировочного процесса и повышение соревновательной результативности спортсменов.

Отмеченные результаты исследования А.В. Аришина представляют ценность для дальнейшего развития научных знаний как в сфере теории и методики плавания, так и в сфере теории и методики спорта в целом.



Полученные в диссертационной работе результаты имеют высокую значимость для науки и педагогической практики спортивной деятельности.

Новизна научных результатов, полученных А.В. Аришиным, заключается в разработке теоретико-методологических положений и содержания педагогической системы интеграции физической и технической подготовки пловцов и ее успешной реализации в многолетнем тренировочном процессе.

**Наиболее существенные научные результаты, содержащиеся в диссертации.** К наиболее существенным научным результатам, полученным автором, следует отнести:

– выявленную в результате реализации действующих программ многолетней спортивной подготовки пловцов динамику показателей физической и технической подготовленности спортсменов, обусловленную гетерохронностью развития организма, различными объемами физической и технической подготовки на каждом этапе, строгой регламентацией и унификацией средств и методов спортивной подготовки, свидетельствующую о наличии ограничений в эффективной реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки;

– установленные тесные корреляционные взаимосвязи параметров физической и технической подготовки, кинематических и динамических характеристик гребка при плавании способами кроль на груди и на спине, доказывающие необходимость интеграции физической и технической подготовки пловцов в многолетнем тренировочном процессе;

– раскрытый механизм интеграции физической и технической подготовки пловцов в многолетнем тренировочном цикле;

– установленную информативную значимость динамических и кинематических параметров гребка, определяющих максимальную скорость плавания способами кроль на груди и на спине, конкретизирующую выбор характеристик техники для систематического контроля и упражнений для акцентированного воздействия;

- выделенные комбинации средств и методов спортивной подготовки, различающиеся по направленности и глубине воздействия, момент разделения которых является критическим и обозначает переход к состоянию «регулируемой нестабильности»;
- раскрытый синергетический системный эффект интеграции физической и технической подготовки пловцов на каждом году многолетней спортивной подготовки, проявляющийся в повышении уровня физической и технической подготовленности спортсменов и улучшении результативности их выступления в соревнованиях различного уровня;
- разработанный комплекс дополнительных методов спортивной подготовки («сопряжения/конъюгации, уровневого конструирования, стабилизации техники, стрессовых воздействий, комплементации средств»), позволяющих более эффективно решать поставленные двигательные задачи в формировании и совершенствовании спортивного мастерства пловцов;
- сформулированные дополнительные принципы спортивной подготовки пловцов («субординированных доминантных воздействий, уровневой преемственности, интегративной системности, комплементарности, синергизма подготовки»), реализация которых обеспечивает повышение эффективности тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности в плавании;
- педагогическую систему интеграции физической и технической подготовки пловцов на всех этапах многолетней тренировки, системообразующим элементом которой является максимальная скорость плавания, а основными компонентами – цель, педагогические задачи на каждый год освоения тренировочных программ, средства физической и технической подготовки, обладающие синергетическим эффектом воздействия, методы, принципы, тренировочная, соревновательная (стартовая) деятельность, контроль состояния подготовленности спортсменов.



**Обоснованность научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации.** Теоретические положения и рекомендации согласуются: с базовыми положениями системного, системно-комплексного и личностно-ориентированного подходов; с ключевыми положениями биокибернетики, спортивной метрологии, теории развития динамических систем, теории синергетики, концепции построения педагогических процессов, концепции педагогической интеграции, в том числе, в области спорта; с базовыми положениями и принципами теории и методики спортивной тренировки, теории и методики спорта высших достижений, теории и методики плавания; с опубликованными экспериментальными данными отечественных и зарубежных исследований проблем многолетней подготовки пловцов.

Основные положения, выводы и рекомендации базируются на значительных по объему эмпирических данных, полученных на представительных выборочных совокупностях (в исследовании приняли участие 849 спортсменов и 49 тренеров региональных спортивных сборных команд) в ходе длительной (на протяжении 25 лет) исследовательской и опытно-экспериментальной работы с использованием современного технического, методического и математико-статистического инструментария.

Ключевые результаты исследования обсуждались на международных, всероссийских и региональных научно-практических конференциях и были благожелательно приняты научной общественностью.

**Достоверность научных положений, выводов и рекомендаций** обусловлена масштабным и лонгитюдным характером проведенного исследования; широкой апробацией его результатов на контингенте спортивных сборных команд по плаванию Краснодарского края, Южного федерального округа, Донецкой Народной Республики, Республики Крым, спортивных школ Краснодарского и Приморского краев; реализацией комплекса взаимодополняющих исследовательских методов и процедур, адекватных предмету, цели и задачам исследования; репрезентативностью выборки каждого этапа исследования; статистической значимостью



полученных результатов; 12-ю актами внедрения результатов научных разработок автора в практику; двумя свидетельствами о государственной регистрации базы данных, охраняемой авторскими правами; патентом на изобретение.

#### **Соответствие диссертации и автореферата принятым требованиям.**

Диссертация и автореферат соответствуют требованиям, предъявляемым к научно-квалификационным работам, представленным на соискание ученой степени доктора наук. Работу отличают смысловая законченность, целостность, связность и логическая последовательность изложения. Текст диссертации изложен лаконично и четко, с соблюдением научного стиля и норм современного русского языка. Автореферат соответствует структуре диссертации и отражает ее основные положения, результаты и выводы.

**Публикации** автора (126 работ, в том числе, две монографии, 20 статей в изданиях, рекомендуемых ВАК при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации) соответствуют теме исследования и дают исчерпывающее представление об основных результатах диссертационной работы. Кроме того, в списке опубликованных работ автора имеются два свидетельства о государственной регистрации базы данных, охраняемых авторскими правами, и один патент на изобретение.

Оценивая диссертационную работу А.В. Аришина положительно, следует обратить внимание на некоторые ее **недостатки**:

1. В первом положении, выносимом на защиту, соискатель утверждает, что свидетельством наличия ограничений функционирования дополнительных образовательных программ [спортивной подготовки] является выявленная в результате [анализа] реализации действующих программ многолетней спортивной подготовки пловцов неравномерная динамика показателей физической и технической подготовленности спортсменов, обусловленная гетерохронностью развития организма, различными объемами физической и технической подготовки на каждом этапе, жесткая регламентация и унификация средств и методов спортивной подготовки. На наш взгляд, заложенные в программах различия в объемах



тренировочной нагрузки, направленной на развитие физической и технической подготовленности, а также установленные характеристики такой подготовленности на этапах многолетней подготовки, логично увязаны с сенситивными периодами развития организма спортсмена и не предполагают равномерности их развития. Кроме того, на наш взгляд, указанные особенности не создают ограничений по эффективному применению программ подготовки с учетом индивидуализации тренировочного процесса. Данное замечание носит дискуссионный характер и не подвергает сомнению выявленные соискателем нюансы в отношении целей и задач каждого этапа многолетнего тренировочного процесса и рекомендуемых количественных характеристик подготовки и подготовленности пловцов.

2. Соискателем в представленной педагогической системе интеграции физической и технической подготовки за основу приняты эффекты синергии относительно параметров физической и технической подготовленности спортсменов, однако не понятна логика соискателя, не учитывающего иные компоненты системы (например, показатели и динамику антропометрических, функциональных показателей). На наш взгляд, включение данных показателей в содержание разработанной педагогической системы может содействовать формированию целостного восприятия единства ее биологического и педагогического компонентов.

3. Рассматривая механизм функционирования педагогической системы интеграции физической и технической подготовки, автором акцентируется внимание на достижении спортсменом «момента разделения пути развития системы», однако, что служит критерием достижения этого момента, не конкретизировано.

4. В разделе 4.4 «Системный эффект как основной фактор физической и технической подготовки пловцов» (стр. 231) соискатель утверждает, что системный эффект интегральной физической и технической подготовки пловцов может быть охарактеризован, среди прочего, следующим тезисом: «Для существования, функционирования и развития системы интеграции

физической и технической подготовки как открытой системы необходим определенный уровень автономии и случайности в подборе подчас несовместимых воздействий (например, включение в тренировочные программы случайных неспецифичных (стрессовых) упражнений). Подобный вариант развития педагогической системы интеграции физической и технической подготовки как открытой системы может проявляться при проведении тренировочных занятий как на суше, так и в воде. То есть в любых условиях стрессовый фактор будет служить неким толчком для дальнейшего развития системы, уводя ее от жесткой неустойчивости».

Далее на стр. 238 диссертации автор характеризует метод стрессовых воздействий подбором несовместимых воздействий (например, включение в тренировочные программы случайных неспецифических (стрессовых) упражнений, не имеющих ничего общего с алгоритмом решаемой тренировочной задачи).

В Приложениях Л-М (стр. 413-417) соискатель в качестве примеров использования метода стрессовых воздействий в планах тренировочных мезоциклов и микроциклов приводит «плавание на ногах с максимальной скоростью», плавание «с максимальной скоростью или 80-85% от максимальной скорости». Далее в Приложении Н в примерах планов тренировочного занятия (этап ВСМ-2) в воде автор к таким стрессовым упражнениям относит, например, проплывание серии 8 × 100 м основным способом в полной координации со скоростью 75-80% от максимальной в режиме 1 мин 45 с на выполнение отдельного повторения и отдых.

К сожалению, соискатель при этом не уточняет, почему именно эти упражнения будут являться стрессовыми в указанные периоды подготовки. Могут ли стать «стрессовыми» упражнения, уже применяемые спортсменами, но выполняемые в других, более интенсивных режимах? Конкретизация такой информации позволит повысить информированность тренеров и специалистов при выборе оснований для планирования тренировочного процесса и внесения коррекции в тренировочные нагрузки.



5. В главе 5 диссертационной работы «Содержание педагогической системы интеграции физической и технической подготовки пловцов в процессе многолетнего тренировочного цикла», на наш взгляд, представлен избыточный табличный материал, отражающий показатели динамической и кинематической структуры гребка у спортсменов на различных этапах многолетней подготовки, а также распределение тренировочных нагрузок по месяцам. В каждой из таблиц приведены около 30 параметров, что затрудняет восприятие представленной информации. Полагаем, что таблицы целесообразно перенести в приложения и в конце каждого раздела оставить иллюстрации, отражающие суть описываемого материала.

6. В приложениях Л-Н приведены примеры макро-, мезо- и микроциклов подготовки только для этапа высшего спортивного мастерства. На наш взгляд, было бы более наглядно привести примеры макро-, мезо- и микроциклов и для двух других этапов спортивной подготовки, рассматриваемых в диссертации.

Указанные недостатки не снижают значимости проведенного исследования и не являются принципиальными.

**Рекомендации по использованию результатов и выводов, приведенных в диссертации.** Результаты и выводы диссертационного исследования А.В. Аришина могут быть использованы:

– в управлении процессом спортивной подготовки пловцов массовых и высших разрядов, в том числе в системе школьного, студенческого, любительского, ветеранского и паралимпийского спорта;

– в системе комплексного научного сопровождения подготовки резерва для сборных команд по плаванию;

– в разработке учебно-методического обеспечения спортивной подготовки пловцов, в том числе, в системе дополнительного образования;

– в коррекции содержания действующих и разработке новых дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта «плавание»;

– в системе подготовки, переподготовки и повышения квалификации тренеров по спортивному и массовому плаванию;

– в дальнейшем исследовании проблем теории и методики спортивного плавания.

**Заключение.** Диссертация Аришина Андрея Васильевича на тему «Система интеграции физической и технической подготовки пловцов на этапах многолетнего тренировочного цикла» является завершенной научно-квалификационной работой, в которой содержится новое решение научной проблемы повышения эффективности многолетнего тренировочного процесса пловцов, имеющей важное научно-практическое значение как для теории и методики плавания, так и для теории и методики спорта в целом.

Диссертация написана автором самостоятельно, обладает внутренним единством, содержит новые научные результаты и положения, выдвигаемые для публичной защиты, что свидетельствует о личном вкладе автора диссертации в педагогическую науку.

Предложенные автором диссертации решения аргументированы и оценены по сравнению с другими известными решениями в рассматриваемой научной области, и показывают, что полученные в работе новые решения определяют одно из перспективных направлений теории и методики спорта.

По своей актуальности, научной новизне, теоретической и практической значимости, достоверности результатов, обоснованности научных положений и выводов диссертация Аришина Андрея Васильевича на тему «Система интеграции физической и технической подготовки пловцов на этапах многолетнего тренировочного цикла» соответствует требованиям, установленным пунктами 9, 10, 11, 13, 14 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 года № 842 (в действующей редакции), предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени доктора наук, а ее автор, Аришин Андрей Васильевич, заслуживает присуждения ученой степени доктора педагогических наук по научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта.



Отзыв подготовлен доктором биологических наук, профессором, ведущим научным сотрудником лаборатории циклических олимпийских видов спорта Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК) Солоповым Игорем Николаевичем.

Отзыв обсужден и одобрен на совместном заседании лаборатории циклических олимпийских видов спорта и кафедры теории и методики спортивной тренировки, восстановительной и спортивной медицины Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК) (протокол № 2 от 28 ноября 2024 года)

Начальник лаборатории  
циклических олимпийских  
видов спорта,  
кандидат педагогических наук

Головачев Александр Иванович

Заведующий кафедрой  
теории и методики спортивной  
тренировки, восстановительной  
и спортивной медицины,  
доктор педагогических наук  
профессор

Степанова Ольга Николаевна

Подписи удостоверяю.  
Ведущий специалист по кадрам  
отдела кадров и делопроизводства  
управления правового  
и документационного обеспечения

Д.С. Трубицына

Сведения о ведущей организации: Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК).

Ведомственная принадлежность: Министерство спорта Российской Федерации.

Почтовый адрес: 105005 г. Москва, Елизаветинский переулок, д. 10, стр. 1.

Телефон: +7 (499) 265-44-32, адрес электронной почты: info@vniifk.ru