

## ОТЗЫВ

научного руководителя на диссертационную работу Ракоца Андрея Ивановича «Эффективность методики учебно-тренировочного процесса спортсменов полиатлонистов с использованием контроля их функционального состояния», представленную на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Ракоца Андрей Иванович в 1983 году поступил в Иркутский сельскохозяйственный институт и в 1988 году окончил данный вуз. Все годы обучения активно занимался биатлоном, являлся членом сборной команды Иркутской области по биатлону, выполнил норматив КМС. После окончания института работал преподавателем на кафедре физической культуры института. Тренировал сборные команды вуза по биатлону, лыжным гонкам и зимнему многоборью ГТО (впоследствии полиатлон).

Тренерская работа втянула в научно-исследовательскую работу. Ежегодно участвовал в научно – практических конференциях различного уровня.

В 2001 году заочно окончил Иркутский техникум физической культуры. В 1998 году был избран на должность заведующего кафедрой физической культуры института. В 2001 году одним из первых в вузовской системе, на базе кафедры, совместно с Учёным советом, создал «Физкультурно-оздоровительный центр».

В январе 2015 был создан институт физической культуры, спорта и здорового образа жизни, директором института назначен Ракоца А.И.

Кроме того в 2001 году Андрей Иванович создаёт первый в Иркутской области областной сельский спортивно-оздоровительный клуб «Колос», как автономную некоммерческую организацию, которая ежегодно проводит массовые соревнования по различным видам спорта, в том числе областные Сельские спортивные игры, Всероссийскую массовую лыжную гонку «Лыжня России», апробируя разработанные методики.

Все эти годы Андрей Иванович активно занимался научно-методической работой. В научно-методическом совете вузов Минсельхоза России отвечает за организацию научно-методической и спортивно-массовой работы вузов Минсельхоза России в Сибирском федеральном округе. Андреем Ивановичем издад ряд учебных и методических пособий, в том числе «Рабочая тетрадь» для методико-практических занятий по дисциплине «Физическая культура».

В 2011 году, совместно с кафедрой, организовал и провёл международную научно-практическую конференцию вузов Минсельхоза России, посвященную 80-летию образования ИРГСХА «Проблемы и перспективы подготовки компетентных специалистов к профессиональной деятельности средствами физической культуры и спорта».

В последние годы работает над совершенствованием методик тренировки спортсменов. Особое место занимает изучение телеметрических систем с биологически обратной связью, что и нашло отражение в изучении совершенствования методики тренировки спортсменов полиатлонистов.

В 2013 г. закрепился соискателем на кафедру спортивных дисциплин Бурятского государственного университета. Ракоца А.И. показал себя как думающий, целенаправленный, трудолюбивый исследователь.

Актуальность исследования определяется тем, что с применением телеметрических систем (ТС) контроль, управление функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом, становятся более эффективными. Имеющаяся в современной практике телеметрическая аппаратура для контроля функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом не всегда имеет необходимый набор функций оценки состояния организма, либо работает в стационарных условиях.

Вышесказанное позволило выявить противоречия между необходимостью повышения эффективности учебно-тренировочного процесса полиатлонистов и недостаточной разработанностью методики контроля их функционального состояния; необходимостью получения всесторонней и объективной информации о состоянии организма полиатлонистов и недостаточной разработанностью специализированных технических средств индивидуального комплексного контроля.

**Высокая научная новизна состоит в том что:**

1. Разработана методика учебно-тренировочного процесса для занимающихся зимним полиатлоном с применением комплексного использования ТС оперативного дозирования физической нагрузки в реальном режиме времени.

2. Скопструирована и испытана специализированная ТС, позволяющая повысить точность и оперативность контроля за ЧСС, ЧД, Ткп спортсменов в реальном режиме времени во время тренировочных занятий.

3. На основе использования специализированной ТС выявлены изменения оперативного функционального состояния полиатлонистов во время и после выполнения физических нагрузок.

4. Представлен алгоритм применения ТС в управлении подготовкой полиатлонистов.

**Теоретическая значимость заключается в следующем:**

1. Разработаны научно-методические положения индивидуального комплексного контроля функционального состояния организма полиатлонистов с применением ТС, являющиеся теоретической основой повышения эффективности их подготовки.

2. Установлены индивидуальные особенности изменения функциональных параметров организма при воздействии на него физических нагрузок различной интенсивности и длительности.

3. Полученные данные являются теоретической основой для оптимального распределения тренировочных и соревновательных нагрузок в подготовке полиатлонистов.

**Практическая ценность полученных результатов.**

1. Использование ТС раскрывает функциональные возможности занимающихся, позволяет формировать учебно-тренировочные группы по уровню их физической подготовленности, дает возможность регулировать адаптивные реакции организма на основе коррекции объема и интенсивности физической нагрузки.

2. Разработана специализированная ТС, работающая дистанционно (в пределах приема GPS сигнала) в реальном режиме времени. Во время выполнения нагрузки ведется прием и обработка данных изменения ЧСС, ЧД, Ткп, иерархической индивидуальной оценки изменения этих функциональных параметров, их демонстрация на ноутбуке в графическом виде и цифровой информации. Эта информация дает возможность оперативного подбора индивидуальной тренировочной нагрузки, регулирования функциональных сдвигов ЧСС, ЧД, Ткп и, в целом, повысить эффективность тренировочного процесса полиатлонистов.

**Обоснованность и достоверность результатов** обеспечиваются опорой на фундаментальные исследования в области теории и методики физической культуры и спорта, теоретическим анализом, обобщением и учетом опыта подготовки лыжников и полиатлонистов, практической проверкой теоретических результатов, внутренней непротиворечивостью результатов исследования, их соответствием положениям базисных наук; репрезентативной выборкой, воспроизводимостью и контролируемостью экспериментальной работы, соответствующей апробацией в реальных условиях учебно-тренировочного и соревновательного процесса.

**Апробация и внедрение результатов исследования.** Основные положения диссертационной работы доложены и обсуждены на 3 всероссийских и 4 международных конференциях в период с 2006 по 2014 гг. По теме диссертации опубликовано 11 статей, из них 4 – в рецензируемых изданиях. Результаты исследований внедрены в тренировоч-

ный процесс полиатлонистов ИрГСХА, ИГМУ, ИрГУПС, СК «Колос».

Результаты исследований имеют высокую ценность для науки и производства, так как позволяют получать данные телеметрии о состоянии испытуемых во время выполнения нагрузок.

По нашему мнению диссертация Ракоцы Андрея Ивановича «Эффективность методики учебно-тренировочного процесса спортсменов полиатлонистов с использованием контроля их функционального состояния», соответствует «Положению о порядке присуждения ученых степеней», предъявляемым к кандидатским диссертациям и рекомендуется к защите в диссертационном совете Д 212.022.02 по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Научный руководитель: доктор педагогических наук,  
доцент, профессор кафедры спортивных дисциплин  
ФГБОУ ВПО «Бурятский государственный университет»

Сагалеев А.С.



Правильность подписи	_____
<i>А.С. Сагалеева</i>	заверяю
зав. общим отделом БГУ	<i>Да</i>
<i>Смирнова Елена Андреевна</i>	