

## ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Аксенова Максима Олеговича на тему: «Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в тяжелоатлетических видах спорта с учетом генетических особенностей» представленной на соискание ученой степени доктора педагогических наук по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

**Актуальность исследования** Аксенова М.О. не вызывает сомнений. Появление новых методов исследования в науке и внедрение их в подготовку спортсменов, безусловно, позволяет на междисциплинарном уровне комплексно подходить к проблеме наиболее эффективного построения тренировочного процесса спортсменов в тяжелоатлетических видах спорта. В основе работы лежит идея определения генов высококвалифицированных спортсменов и их связь с параметрами тренировочных нагрузок в макроструктуре тренировочного процесса.

В первой главе диссертации автор обосновано приводит данные научно-методической литературы о том, что на сегодняшний день имеются хорошо изученные гены, которые связаны со спортивной успешностью людей. Выбрав четыре гена ACE, ACTN3, PPARGC1A и MSTN было организовано многолетнее исследование, направленное на решение проблемы повышения эффективности тренировочного процесса спортсменов тяжелоатлетических видов.

Диссертация состоит из введения, 5 глав, выводов, практических рекомендаций, списка опубликованных работ, литературы и приложений. Главы логически связаны между собой, написаны вполне понятным языком, содержательны и имеют наглядный материал.

**Научная новизна исследований, теоретическая и практическая значимость.** Научная новизна исследований заключается в том, что расширены и углублены имеющиеся знания в области теории и методики спортивной тренировки спортсменов тяжелоатлетических видов. Обоснован новый подход к проблеме построения макроструктуры тренировочного процесса спортсменов



тяжелоатлетических видов на основе учета их генетических особенностей. Предложена новая концепция многолетнего планирования тренировочного процесса спортсменов тяжелоатлетических видов.

Исследования имеют высокий уровень теоретической и практической значимости, в частности, научно обоснован выбор оптимальных величин тренировочной и соревновательной нагрузок в многолетнем построении подготовки спортсменов тяжелоатлетических видов спорта с учетом индивидуальных генетических возможностей. Исследованы ассоциации полиморфизмов генов ACE, ACTN3, PPARGC1A и MSTN с количественными и качественными параметрами тренировочного процесса спортсменов. Выявлены генетические факторы, влияющие на тренируемость спортсменов тяжелоатлетических видов спорта. В практическом плане соискателем разработана компьютерная программа «Спорт», лежащая в основе методики тренировочного процесса спортсменов тяжелоатлетических видов спорта. Данная программа внедрена в учебно-тренировочный процесс. Имеются акты внедрения результатов работы в практику.


**Достоверность полученных результатов.** Многолетние исследования проводились с использованием междисциплинарных методов. Основным методом явился педагогический эксперимент, в ходе которого были получены статистически значимые научные данные, свидетельствующие о наличии различных темпов роста тренируемости спортсменов. Установлены достоверные связи между генотипами спортсменов и их тренируемостью. Автор классифицировал спортсменов на быстро- и медленнотестируемых в зависимости от их генетических особенностей. Для этого были использованы медико-биологические методы исследований, ДНК-анализ, биоимпедансный анализ, статистические методы: критерии определения достоверности, метод Харди-Вайнберга, корреляционный анализ и анализ тренировочных нагрузок с помощью разработанной компьютерной программы. Состояние спортивной формы испытуемых соискатель контролировал с помощью биоимпедансного анализа. Полученные экспериментальные данные представлены в работе в виде таблиц, графиков, диаграмм и имеют подробное текстовое описание.



Перечень опубликованных работ соискателя убедительно свидетельствует о полноте представленного материала. Изучая автореферат диссертации, складывается впечатление о соискателе как о сложившемся исследователе, подготовившим крупный научный труд.

**Заключение.** На основании вышеизложенного считаю, что автореферат диссертации Аксенова Максима Олеговича на тему: «Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в тяжелоатлетических видах спорта с учетом генетических особенностей» по своему содержанию соответствует Российскому Положению о порядке присуждения ученых степеней, автор диссертации заслуживает присуждения ученой степени доктора педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Профессор (Associate Professor),  
доктор педагогических наук (dr. hab.)



Мареk Крушевски  
(Marek Kruszewski)

**KATEDRA SPORTU**  
Akademii Wychowania Fizycznego

**KATEDRA SPORTU**  
Zakład Gimnastyki, Sportów Walki  
i Podnoszenia Ciężarów

**СВЕДЕНИЯ: МАРЕК КРУШЕВСКИ**  
ПРОФЕССОР (ASSOCIATE PROFESSOR), ДОКТОР (DR HAB.)  
ЗАВЕДУЮЩИЙ КАФЕДРОЙ СПОРТА  
ЗАВЕДУЮЩИЙ ЗАВЕДЕНИЕМ ГИМНАСТИКИ, БОЕВЫХ ИСКУССТВ И  
ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
ЮЗЕФА ПИЛСУДСКОГО В ВАРШАВЕ (ПОЛЬША).  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
ВИЦЕ ПРЕЗИДЕНТ ФЕДЕРАЦИИ ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ, БОДИБИЛДИНГА,  
ФИТНЕССА И ПАУЭРЛИФТИНГА ПОЛЬШИ.

**Почтовый адрес:** 00968, Польша, Варшава 45, ул. Marymoncka 34,  
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ЮЗЕФА ПИЛСУДСКОГО В  
ВАРШАВЕ

**Телефон:** 8-10(48-22)834-04-31 доб. 328;

**E-mail:** marek.kruszewski@awf.edu.pl

**KIEROWNIK**  
Katedry Sportu



dr hab. prof. AWF Marek Kruszewski

**KIEROWNIK ZAKŁADU**  
Gimnastyki, Sportów Walki  
i Podnoszenia Ciężarów



dr hab. prof. AWF Marek Kruszewski

Подпись Марка Крушевского заверяю:

18.09.2017