

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по диссертации Кучерова Юрия Юрьевича «Совершенствование техники конькового хода лыжников на основе методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений»

### **Специальность и отрасль науки, по которой присуждается ученая степень**

Специальность 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; отрасль – педагогические науки.

### **Научный вклад соискателя в решение научной задачи с оценкой его значимости**

Разработан и внедрен в учебно-тренировочный процесс лыжников-гонщиков метод фазового портрета, обеспечивающий объективизацию педагогического контроля, количественную и визуальную оценку соответствия индивидуальной техники эталонным параметрам, а также переход от субъективной визуальной оценки тренера к формализованным критериям как педагогический инструмент эффективного управления процессом технической подготовки лыжников.

**Формулировка конкретных научных результатов (с указанием их новизны и практической значимости), за которые соискателю может быть присуждена ученая степень:**

формулирование педагогических требований к оценке техники конькового хода (индивидуализация, визуальная доступность, осознанность коррекции), обеспечивающих переход от субъективной оценки тренера к объективному контролю технической подготовленности, в том числе в других циклических видах спорта;

выявление и систематизацию двигательных предпочтений (вариативность длительности цикла, угол постановки палок  $90^\circ$ , совмещение плоскости тела с вектором движения) в построении современной техники конькового хода лыжников экстра-класса в виде конкретных числовых параметров (угловая скорость, амплитуда, временные характеристики), позволяющих конкретизировать эталонные ориентиры для спортсменов групп спортивного совершенствования;

разработку и программную реализацию компьютерного построения фазового портрета двигательных действий лыжника, позволяющего проводить оперативную диагностику технической подготовленности, с последующим компьютерным анализом, а также формировать банк данных фазовых портретов для мониторинга техники конькового хода;

создание объективного, воспроизводимого критерия для педагогического контроля уровня технической подготовленности на основе предложенного коэффициента соответствия индивидуальной техники эталону (КСИТ), позволяющего получать наглядные материалы для демонстрации спортсменам их двигательных ошибок;

разработку и экспериментальное обоснование методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений, включающих 35 упражнений, распределенных на 5 групп по признаку соответствия биомеханических параметров кинематической структуре соревновательного упражнения, что позволяет совершенствовать технику конькового хода и улучшать показатели скоростных, скоростно-силовых качеств и силовой выносливости лыжников групп спортивного совершенствования;

создание методического обеспечения (учебно-методическое пособие), позволяющего на практике реализовывать основные положения методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений.

**Рекомендации по использованию результатов исследования.** Результаты диссертации рекомендуется применять в учебно-тренировочном процессе СУСУ и УОР при подготовке лыжников-гонщиков на этапе спортивного совершенствования, в образовательном процессе учреждений высшего образования и дополнительного образования взрослых при подготовке и повышении квалификации тренерских кадров.

Председатель совета по защите диссертаций

Ученый секретарь совета по защите диссертаций

01.04.2026



Т.А.Лопатик

О.А.Гусарова