

Отзыв  
на автореферат диссертационного исследования  
Мельникова Сергея Викторовича

на тему: «Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности», представленного на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Тема диссертационного исследования Мельникова С.В. высоко актуальна в контексте современной теории и методики спортивной тренировки, поскольку фокусируется на оптимизации подготовки пловцов высокого класса через интеграцию данных о функциональной подготовленности. Автор убедительно обосновывает противоречие между необходимостью индивидуализации тренировочных нагрузок с учетом адаптационных процессов и отсутствием комплексных подходов к их коррекции в годичном макроцикле.

Научная новизна работы заключается в выявлении особенностей функциональной подготовленности пловцов, разработке 7-уровневой нормативной шкалы ключевых показателей (HR (AT), VO<sub>2</sub> (AT), VO<sub>2</sub> max, VCO<sub>2</sub> max, La max, HR max), установлении корреляционных взаимосвязей между объемами нагрузок в зонах интенсивности и компонентами подготовленности, а также в создании педагогической технологии управления на основе принципа замкнутого цикла. Эти элементы вносят вклад в развитие педагогической науки, предлагая новые инструменты для анализа и интерпретации данных этапного контроля.

При этом работа Мельникова С.В. обогащает теоретические основы спортивной науки, предоставляя систематизированное понимание взаимосвязей между функциональными показателями и тренировочными нагрузками. Так, разработанная нормативная шкала и выявленные корреляционные зависимости служат теоретической базой для рационального планирования тренировочного процесса, подчеркивая роль оперативного контроля в обеспечении адаптации организма. В свою очередь, положения, выносимые на защиту, также представляют особую ценность, демонстрируя глубокий анализ динамики функциональной и специальной физической подготовленности пловцов высокого класса. В частности:

- первое положение раскрывает структуру и нормативные уровни ключевых функциональных показателей;

- второе – устанавливает количественные корреляционные зависимости, служащие основой для адресного планирования нагрузок;
- третье – обосновывает циклическую модель управления тренировочным процессом с механизмом обратной связи.

Эти положения создают методологическую базу для перехода к научно-обоснованной индивидуализации в циклических видах спорта.

Практическая ценность исследования Мельникова С.В. определяется разработкой методических рекомендаций по применению педагогической технологии управления спортивной тренировкой пловцов высокого класса, которые используются в образовательном и тренировочном процессах ряда учреждений, что подтверждено шестью актами внедрения. Разработанная педагогическая технология позволяет тренерам оперативно корректировать нагрузки на основе индивидуальных профилей подготовленности, что приводит к оптимизации функциональных показателей и повышению соревновательной результативности. Таким образом, работа приобретает высокую прикладную ценность для подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва, существенно повышая эффективность реального тренировочного процесса.

Основные научные результаты диссертационной работы опубликованы в 56 научных трудах (общим объемом 18,87 авторского листа), что полностью соответствует требованиям ВАК Республики Беларусь к публикационной активности соискателя ученой степени кандидата педагогических наук. В частности, среди публикаций – 13 статей в изданиях, рекомендованных ВАК (включая 3 единоличные), 1 раздел в коллективной монографии, 8 статей в сборниках научных трудов и 34 тезиса в материалах международных и республиканских конференций.

Автореферат диссертации Мельникова С.В. оформлен в строгом соответствии с требованиями ВАК Республики Беларусь и включает введение, общую характеристику работы, основную часть (с анализом литературы, методологией, результатами констатирующего и формирующего экспериментов), заключение, рекомендации по практическому использованию результатов, а также список публикаций соискателя. Логика изложения отличается последовательностью и связностью, обеспечивая переход от теоретических основ к эмпирическим данным и практическим выводам. Использование таблиц, схем и рисунков способствует глубокому и доступному восприятию материала.

Содержание автореферата свидетельствует, что диссертация Мельникова С.В. представляет собой цельное научное исследование, принесшее новое знание об управлении подготовкой пловцов высокого класса.

Выполненная работа отвечает требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям по педагогическим наукам, а ее автор заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Не возражаю против размещения отзыва на официальном сайте учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Заведующий кафедрой  
«Спортивная инженерия»  
Белорусского национального  
технического университета,  
кандидат педагогических наук, доцент



А.В. Солонец

3.11.2025

ОТЗЫВ ПОСТУПИЛ	06	11	2025
Ученый секретарь	Ольга А. Тусарова		



Согласовано однокомиссией  
18.11.2025  
 Молчанов С.Р.

**ОТЗЫВ**  
**на автореферат диссертации Мельникова Сергея Викторовича**  
**«Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе**  
**показателей функциональной подготовленности» по специальности**  
**13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной**  
**тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»**

Ознакомившись с авторефератом диссертационного исследования С.В. Мельникова, считаю необходимым отметить высокую актуальность представленной работы. Рассматриваемая проблема имеет фундаментальное значение для совершенствования системы подготовки спортсменов в циклических видах спорта, где достижение высоких результатов напрямую зависит от оптимизации функционального состояния атлета. В современных условиях настоящей необходимостью становится переход от эмпирических подходов к научно обоснованному управлению тренировочным процессом, опирающемуся на объективные данные мониторинга и доказательные методики.

Особую ценность работе придает ее комплексный, системный характер. Соискателем не просто констатируется важность учета функциональных показателей, а предлагается целостная педагогическая технология управления, интегрирующая современные методы диагностики (эргоспирометрическое тестирование), нормативную оценку и механизм оперативной коррекции. Разработанная 7-уровневая шкала нормативных уровней основных показателей функциональной подготовленности представляет собой не только диагностический, но и прогностический инструмент, позволяющий перейти от констатации состояния к активному и целенаправленному управлению адаптационными процессами.

Проведенное исследование отличается детальным анализом динамики основных показателей функциональной и специальной физической подготовленности в годичном макроцикле пловцов высокого класса, что позволило выявить закономерности адаптации к тренировочным нагрузкам различной направленности. Вместе с тем, выявление достоверных корреляционных взаимосвязей между объемами работы в различных зонах интенсивности и конкретными параметрами функциональной и специальной физической подготовленности представляет собой значительную научную ценность. Использование полученных данных переводит планирование тренировочных нагрузок в сферу доказательного педагогического воздействия, дает тренеру четкие количественные ориентиры для адресного развития конкретных компонентов подготовленности и является ярким примером реализации принципа индивидуализации на современном научном уровне.

Предложенная педагогическая технология, основанная на принципе замкнутого цикла управления, демонстрирует высокий потенциал для практической реализации. Важно, что технология обладает свойством адаптивности. Представленный алгоритм «диагностика показателей – оценка по нормативным уровням – формирование индивидуального профиля – коррекция тренировочных нагрузок – повторный контроль» позволяет гибко реагировать на динамику состояния спортсмена на разных этапах годичного макроцикла. Эффективность технологии, подтвержденная значимым приростом ключевых

показателей в экспериментальных группах мужчин и женщин с различным индивидуальным профилем функциональной подготовленности, свидетельствует о ее универсальности и практической состоятельности.

Данные, полученные в ходе педагогического эксперимента, подтверждают эффективность внедрения разработанной педагогической технологии управления, что выражается в приросте уровня целевых показателей функциональной подготовленности и результатов тестов, характеризующих специальную физическую подготовленность пловцов, а также улучшением спортивных результатов на основных соревновательных дистанциях и завоеванием призовых мест на турнирах национального и международного уровня.

Теоретическая значимость работы заключается в углублении теоретических положений управления подготовкой спортсменов за счет разработки концепции, основанной на интеграции данных этапного контроля и индивидуального профиля функциональной подготовленности. Практическая ценность неоспорима и подтверждается не только актами внедрения, но и наличием апробированного педагогического инструментария, что делает технологию доступной для широкого круга специалистов.

Автореферат логически выстроен, полностью раскрывает содержание диссертации, а выводы и положения, выносимые на защиту, адекватно отражают результаты проведенного исследования.

На основании изложенного считаю, что диссертация Мельникова Сергея Викторовича представляет собой завершенное научное исследование, отвечающее всем критериям, предъявляемым к кандидатским диссертациям. Автор заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Не возражаю против размещения данного отзыва на официальном сайте учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Доцент кафедры теории и методики  
физической культуры и безопасности  
жизнедеятельности Елабужского  
института (филиала) Казанского  
федерального университета,  
кандидат педагогических наук, доцент

06.11.2025г.

Г.З. Халиков



ОТЗЫВ ПОСТУПИЛ  
18 11 2025  
Ученый секретарь  
Ольга Ю.О. Тусарова

С отрывом отрывом  
18.11.2025. Г.З. Мельников С.В.

## ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Мельникова Сергея Викторовича  
«Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе  
показателей функциональной подготовленности» представленного к защите  
на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по  
специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической  
культуры

Ознакомившись с представленным авторефератом диссертационного исследования С.В. Мельникова, необходимо отметить, что тема работы, посвященная разработке и внедрению научно обоснованной технологии управления тренировочным процессом пловцов высокого класса, представляется чрезвычайно актуальной. В контексте современного спорта высших достижений, где резервы роста результатов за счет простого увеличения тренировочных объемов практически исчерпаны, на первый план выходит необходимость точного, индивидуализированного дозирования нагрузок на основе объективных данных о текущем функциональном состоянии спортсмена. Работа С.В. Мельникова дает конкретный ответ на этот вызов.

Научная новизна и теоретическая значимость исследования заключаются в том, что автор не ограничился констатацией важности функционального контроля в спорте, а предложил целостную, методически завершенную систему. Особого внимания заслуживает системный подход к решению проблемы: от идентификации ключевых показателей и создания многоуровневой нормативной шкалы до установления количественных взаимосвязей между нагрузками и адаптационным откликом и, наконец, до разработки и внедрения педагогической технологии. Эти результаты формируют научно обоснованный подход к конструированию тренировочных программ, что существенно повышает точность педагогических решений и уровень управляемости тренировочного процесса.

Важным с методологической точки зрения является комплементарность предложенного аппарата. Автор предусмотрел возможность использования как сложного эргоспирометрического оборудования, так и доступных педагогических тестов, что делает технологию универсальной и применимой в самых разных условиях – от ведущих центров олимпийской подготовки до региональных спортивных школ.

Практическая ценность работы не вызывает сомнений и получила убедительное подтверждение. Разработанная технология прошла успешную апробацию, о чем свидетельствуют 6 актов внедрения и, что еще важнее, конкретные спортивные результаты, достигнутые пловцами высокого класса, участвующими в эксперименте. Предложенный алгоритм «контроль – оценка – коррекция» предоставляет тренерам конкретный, инструментальный и при этом гибкий инструмент для работы, позволяя не только оптимизировать

подготовку к главным стартам, но и минимизировать риски перетренированности.

Содержание автореферата полностью и адекватно отражает основное содержание диссертационной работы. Выводы являются логичными и обоснованными, вытекают из представленных данных и результатов. Положения, выносимые на защиту, сформулированы четко и находят свое подтверждение в материалах исследования.

Материалы исследования нашли свое отражение в 56 научных работах, что свидетельствует о высокой степени научной зрелости соискателя.

На основании изложенного считаю, что диссертация Мельникова Сергея Викторовича представляет собой завершенное научное и практически значимое исследование, отвечающее всем требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям. Цель работы достигнута, задачи решены, а полученные результаты обладают несомненной научной новизной и высокой практической значимостью.

Автор заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Не возражаю против размещения данного отзыва на официальном сайте учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Доктор педагогических наук, профессор профессор кафедра физического воспитания и спорта,  
Институт физической культуры, спорта и здоровья  
ФГБОУВО «Московский педагогический  
государственный университет»

10.11.2025

В.Г. Никитушкин

В.Г. Никитушкин



В. Г. Никитушкин  
УДОСТОВЕРЯЮ  
А.Б. Никитина

ОТЗЫВ ПОСТУПИЛ  
18 11 2025  
Ученый секретарь  
от лица Р.А. Тубархова

С отрывом однокомпл.  
18.11.2025 Р.А. Мельников С.В.

**ОТЗЫВ**  
на автореферат диссертационной работы  
Мельникова Сергея Викторовича  
**“Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности”** представленного к защите  
на соискание учёной степени кандидата педагогических наук  
по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Автореферат диссертации С. В. Мельникова отражает содержание диссертационного исследования, характеризующегося достаточно высоким научным и методическим уровнем выполненной работы.

Актуальность диссертационной работы соискателя не вызывает сомнений, поскольку в современных условиях совершенствование системы спортивной подготовки пловцов высокого класса обуславливает необходимость разработки и внедрения современных технологий управления спортивной тренировкой, чему должны способствовать рациональная организация тренировочного процесса и, следовательно, повышение результативности соревновательной деятельности.

Соискателем четко обозначена проблема: противоречие между необходимостью построения спортивной тренировки в годичном макроцикле в соответствии с индивидуальными особенностями функциональной подготовленности пловцов высокого класса и отсутствием научно обоснованных подходов к своевременной коррекции тренировочных нагрузок. Рассматриваемая проблема перехода от эмпирического планирования тренировок к их научно обоснованному управлению на основе объективной оценки функциональных параметров представляется ключевой для современной спортивной науки, особенно в циклических видах спорта, к которым относится и плавание.

Для решения вышеуказанной проблемы автором сформулирована цель исследования и выполнен комплекс задач на достаточно высоком методическом уровне: определены особенности функциональной подготовленности пловцов высокого класса разработаны ее нормативные уровни по основным показателям, выявлены взаимосвязи объемов тренировочных нагрузок в различных зонах интенсивности с показателями функциональной и специальной физической подготовленности; разработана технология управления спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе индивидуальных особенностей функциональной подготовленности.

Методологическая основа диссертационного исследования представлена комплексом современных методов, включающих нагрузочное тестирование спортсменов с анализом и оценкой эргоспирометрических параметров как средства объективной оценки функциональной подготовленности пловцов.

Важным практическим достижением автора следует признать предложение педагогических тестов для оценки специальной физической подготовленности в различных зонах интенсивности, которые можно использовать при отсутствии эргоспирометрического оборудования. Это существенно расширяет возможности применения предлагаемой технологии в зависимости от условий спортивной подготовки.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты вносят существенный вклад в развитие теории управления спортивной подготовкой, дополняя существующие представления о взаимосвязи функциональной подготовленности и структуры тренировочных нагрузок в плавании. Установленные закономерности могут быть положены в основу дальнейших исследований в области спортивной тренировки.

Практическая значимость работы несомненна: полученные соискателем результаты могут использоваться как в подготовке пловцов высокого класса, так и в образовательном процессе учреждений высшего и дополнительного образования взрослых при подготовке и повышении квалификации тренеров по плаванию.

Автореферат диссертации С.В. Мельникова отличается логичностью изложения, последовательностью аргументации, достоверностью полученных результатов и выводов. Работа соответствует требованиям ВАК Республики Беларусь, предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Автореферат отражает содержание диссертации, имеет достаточно четкую структуру и содержит все необходимые элементы.

Проведённое исследование представляет собой завершённую научную работу, имеющую важную теоретическую и практическую значимость для теории и практики спортивной подготовки в плавании. Результаты исследования опубликованы в 56 научных работах, из них 13 статей в изданиях, рекомендованных ВАК Республики Беларусь.

Высказанные выше положительное общее впечатление от представленного для отзыва автореферата диссертационного исследования соискателя вызывает, тем не менее, необходимость задать автору ряд вопросов, высказать критические замечания и уточнить некоторые детали:

1. Замечания по формальным признакам:

1.1. Раздел “Связь работы с крупными научными программами и темами“ не содержит информации о государственной регистрации исследования;

1.2. Раздел “Апробация диссертации и информация об использовании результатов” – внедрение результатов исследования только в учебный процесс и практику учебно-спортивных учреждений г. Гомеля, что существенно сужает распространение важных результатов, полученных автором;

1.3. В таблицах 3 и 4 Основной части автореферата нет указания о количестве спортсменов в каждой функциональной группе, что затрудняет оценку представленных материалов.

2. Замечания и вопросы по существу работы:

2.1. На основании каких критериев соискатель выбрал именно те параметры функционального состояния, которые он использовал в исследовании – являются ли они основными для пловцов?

2.2. Каким образом, т.е. по каким критериям, соискатель разделил обследованных спортсменов на функциональные профили и в какой период цикла годичной подготовки? Не возникала ли ситуация, что спортсмен мог переходить из одного функционального профиля в другой по мере его подготовки?

2.3. Как сочетались выделенные автором функциональные профили с соревновательной дистанцией, на которой специализируются обследованные спортсмены? В автореферате указано, например, что пловцы ЭГ м1 (возраст 21,5 ± 1,29 лет) и ЭГж1 (n=3; средний возраст 20,3 ± 1,52 лет) были отнесены к высокому и выше среднего уровню развития аэробных возможностей (HR (AT) и VO2 (AT)), а также низкому и ниже среднего уровню развития показателей, отражающих специальную выносливость и скоростные качества (VO2 max, VCO2 max, La max). Указанные характеристики больше характерны для пловцов, специализирующихся на длинных (>200 м) дистанциях, что логично для такого функционального профиля, но в автореферате об этом не упоминается. Более того, по результатам исследования у соискателя получается, что все выделенные группы спортсменов по-разному реагируют на нагрузку, что подтверждается различными изменениями показателей... Но опять же нигде не сказано какую нагрузку выполняла, например, ЭГм 1 или ЭГ м3?

Оба вышеприведенных вопроса достаточно принципиальны, поскольку отсутствие такой информации существенно снижает ценность педагогической технологии, предложенной автором, поскольку не учитывают параметров тренировочных нагрузок.

2.4. В автореферате нет упоминания о примененных соискателем методов математической статистики для обработки полученных результатов исследования, что существенно затрудняет восприятие материала, поскольку могло наблюдаваться изменение функциональных профилей спортсменов в динамике подготовки, особенно на заключительном этапе исследования, что повлечет за собой изменение корреляционных зависимостей (таблица 2).

2.5. Автореферат насыщен многократными (тавтологическими) упоминаниями термина “педагогический” (например, на с. 18 в конце заключительного абзаца п. 2), что создает впечатление о каком-то противостоянии или особом позиционировании автора, хотя из цели, задач исследования понятно, что автором преследуется именно создание педагогической технологии.

2.6. В начале п. 1 Заключения излишним представляется упоминание об анализе научно-методической литературы в части доказательства высокой значимости функциональной подготовленности спортсменов, что создает ненужную громоздкость этого пункта заключения и отвлекает от полученных соискателем важных научно-обоснованных результатов.

2.7. К сожалению, в целом ряде диссертационных работ по педагогическим наукам, в том числе и у соискателя на с. 19 (заключительный абзац раздела “Заключение”), встречаются не корректное выражение “... полученные данные подтверждают...” – подтверждают не данные, а получаемые результаты, т.е. конкретные динамические изменения, отображаемые в виде цифр.

2.8. Соискателем предложена оригинальная семиступенчатая матрица нормативных уровней основных показателей функциональной подготовленности пловцов. Остается только пожалеть: почему она не защищена патентом на полезную модель?

Вышеприведенные вопросы и замечания носят дискуссионный характер и не умаляют достоинств диссертационного исследования соискателя.

Таким образом, проведенный анализ материалов автореферата позволяет заключить, что диссертация Сергея Викторовича Мельникова “Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности” заслуживает положительной оценки, а автор – присвоения искомой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры за разработку нормативных уровней показателей функциональной подготовленности пловцов и установления взаимосвязей объема тренировочных нагрузок в зонах интенсивности в зависимости от их функциональной и специальной физической подготовленности.

Не возражаю против размещения моего отзыва на официальном сайте учреждения образования “Белорусский государственный университет физической культуры”.

Заведующий кафедрой  
физической реабилитации и спортивной медицины  
УО “Полесский государственный университет”,  
доктор медицинских наук

Н.Г. Кручинский

подпись Н.Г. Кручинского заверяю:  
начальник отдела кадровой работы и правового  
обеспечения ПолесГУ Н.М. Лира

12.11.2025



ОТЗЫВ ПОСТУПИЛ  
14 11 2025  
Ученый секретарь  
отдела проф. А. Гусарова

С согласием ученого секретаря  
Макарова С.В.  
18.11.2025.

**ОТЗЫВ**  
на автореферат Мельникова С.В.  
по теме диссертации «Управление спортивной тренировкой пловцов  
высокого класса на основе показателей функциональной  
подготовленности» на соискание ученой степени кандидата педагогических  
наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического  
воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной  
физической культуры

Тема диссертационного исследования Мельникова Сергея Викторовича «Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности» является актуальной как для спортивной науки, так и для практики подготовки спортсменов высокого класса. В условиях возрастающей конкуренции на международной арене, повышения интенсивности соревновательной деятельности, а также усложнения требований к подготовке спортсменов, необходимость в научно обоснованных и практико-ориентированных технологиях управления тренировочным процессом приобретает ключевое значение. В работе представлены результаты многолетних экспериментальных исследований, что свидетельствует о серьезном и системном подходе соискателя к решению профессиональных задач.

Научная новизна диссертации заключается в следующем: в выявлении особенностей функциональной подготовленности пловцов высокого класса и определении наиболее значимых ее показателей; разработке шкалы нормативных значений основных показателей функциональной подготовленности, позволяющей объективно оценивать и интерпретировать данные этапного контроля, а также принимать обоснованные педагогические решения по дальнейшему планированию тренировочных нагрузок; установлении динамики исследуемых показателей и анализе объемов тренировочных нагрузок в годичном макроцикле; выявлении корреляционных взаимосвязей между объемами тренировочных нагрузок в различных зонах интенсивности с показателями функциональной и специальной физической подготовленности пловцов высокого класса; аргументации необходимости синхронизации частоты этапного контроля со структурой тренировочного процесса пловцов высокого класса; обосновании педагогической технологии управления тренировочным процессом, учитывающей индивидуальные особенности спортсменов. Выделение ключевых физиологических показателей вносит значимый вклад в понимание механизмов адаптации к тренировочным нагрузкам в плавании.

Практическая значимость результатов подтверждается успешным внедрением разработанной педагогической технологии в учебно-тренировочный процесс ведущих спортивных учреждений Республики Беларусь, в том числе в группы высшего спортивного мастерства по плаванию учреждения «Школа высшего спортивного мастерства» (г. Гомель), учреждения образования «Гомельское государственное училище

олимпийского резерва», учреждения «Гомельский областной центр олимпийского резерва по паралимпийским и дефлимпийским видам спорта», государственного учреждения «Гомельский областной комплексный центр олимпийского резерва». Это свидетельствует о высокой прикладной ценности работы и ее реальной пользе для спортивной практики.

Особое внимание автор уделил анализу структуры и динамики тренировочных нагрузок в годичном макроцикле, выделяя зоны интенсивности с четко определенными физиологическими и педагогическими характеристиками. Установленные корреляционные взаимосвязи между объемом тренировочных нагрузок в различных зонах и функциональными показателями пловцов позволяют тренеру осуществлять грамотный и своевременный подбор нагрузок, оптимизируя процесс подготовки и снижая риски перетренированности.

Экспериментальная часть диссертации демонстрирует высокий уровень организации и комплексное использование современных методов контроля. Формирующий эксперимент, включавший работу с разными группами спортсменов, характеризующимися индивидуальными особенностями функциональной подготовленности, иллюстрирует эффективность разработанной педагогической технологии управления спортивной тренировкой, а положительная динамика функциональных показателей и улучшение спортивных результатов, отмеченные в ходе эксперимента, свидетельствуют о практической реализуемости и научной обоснованности предложенного подхода.

В диссертации прослеживается хорошо продуманное и логичное построение исследования, начиная с теоретических основ, анализа литературы, постановки цели и задач и заканчивая четко структурированными экспериментальными исследованиями с глубоким анализом полученных данных. Это говорит о высоком уровне подготовки соискателя и его способности к системному научному мышлению.

Содержание диссертации соответствует современным требованиям к научным исследованиям в области теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки. В работе удачно сочетаются теоретические изыскания и практические рекомендации, что обеспечивает поиск решений конкретных задач тренерской деятельности с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.

Автор продемонстрировал глубокое знание актуальных проблем в области спортивной тренировки, широкое использование современного научного инструментария и методов анализа. Это позволяет рассматривать представленную работу как значимый вклад в развитие научной базы управления спортивной тренировкой пловцов высокого класса.

Работа обладает достаточной глубиной и полнотой раскрытия темы, вносит существенный вклад в науку и практику спортивной тренировки, а также отвечает всем требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям. В целом, диссертационное исследование Сергея Викторовича Мельникова заслуживает высокой оценки за научную новизну,

методическую обоснованность, качество экспериментальной работы и высокий уровень практической значимости. Результаты работы реально способствуют совершенствованию системы подготовки пловцов высокого класса, что является важным фактором повышения спортивных достижений.

Исходя из изложенного, считаю, что соискатель заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Не возражаю против размещения отзыва на официальном сайте учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

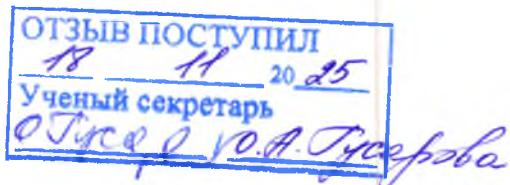
Заслуженный тренер Республики Беларусь  
старший тренер национальной команды  
Республики Беларусь по плаванию

И.А. Макеев

10.11.2025



С отзывом ознакомлен.  
18.11.2025  Менчук СВ.



## ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Мельникова Сергея Викторовича «Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности» представленного к защите на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Автореферат диссертации С.В. Мельникова выполнен на актуальную тему «Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности», отражает глубокое и системное исследование ключевой проблемы современной спортивной науки – обоснованного управления подготовкой элитных пловцов с использованием интегральных критериев функционального состояния. В эпоху ускоренного развития спорта высших достижений и усиления глобальной конкуренции такое направление приобретает первостепенную теоретическую и прикладную ценность.

Актуальность работы обусловлена необходимостью создания механизмов индивидуализированного регулирования тренировочных нагрузок, без которых прогресс в спорте высших достижений становится невозможным. Отсутствие строгого физиологического и педагогического фундамента при планировании занятий, а также эпизодический контроль показателей функциональной подготовленности часто провоцируют сбои в адаптации и снижают отдачу от тренировочного процесса. Диссертация С.В. Мельникова решает эту стратегическую задачу путем разработки научно-методической системы, обеспечивающей оптимизацию подготовки на основе надежных и воспроизводимых индикаторов функциональной готовности.

Научная новизна проявляется в создании концептуально обоснованного комплекса диагностических показателей функциональной подготовленности пловцов высокого уровня, а также в шкале нормативов, разработанной на достаточной выборке пловцов высокого класса, и предназначеннной для многослойной оценки и прогнозирования адаптационных реакций. Следует отметить и выявленные корреляции между параметрами тренировочных объемов в разных зонах интенсивности и динамикой основных маркеров функциональной подготовленности и специальной работоспособности. Эти данные формируют инновационный подход к проектированию программ подготовки, существенно повышая точность управленческих решений и степень контроля над тренировочным процессом.

Теоретическая значимость исследования состоит в значительном обогащении педагогической теории управления спортивной тренировкой. Предложенная модель интегрирует непрерывный мониторинг, объективные показатели функционального статуса и индивидуальные характеристики спортсмена, что позволяет конструировать полноценные, научно верифицированные схемы подготовки. Практическая значимость подтверждена шестью актами внедрения в работу специализированных

спортивных организаций. Разработанный подход обладает потенциалом для адаптации и применения в тренировке спортсменов других циклических дисциплин.

Содержание автореферата демонстрирует высокую степень проработанности, глубину анализа и методическую строгость исследования. Обоснованность выборки, адекватность статистических методов, последовательность аргументации и выводов свидетельствуют о выполнении работы на должном научно-исследовательском уровне.

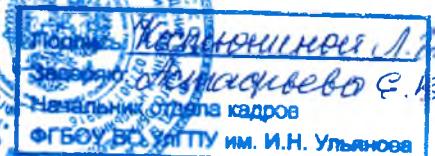
Диссертация С.В. Мельникова является завершенным, теоретически обоснованным и практически востребованным трудом, полностью отвечающим критериям, установленным для кандидатских диссертаций по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры, а соискатель достоин присуждения ученой степени кандидата педагогических наук.

Не возражаю против публикации отзыва на официальном сайте учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Доктор педагогических наук, профессор,  
заведующий кафедрой теории и методики  
физической культуры и безопасности  
жизнедеятельности ФГБОУ ВО  
«Ульяновский государственный  
педагогический университет  
имени И.Н. Ульянова»

10.11.2025г.

Любовь Ивановна Костюнина



ОТЗЫВ ПОСТУПИЛ		
18	11	2025
Ученый секретарь		
Ольга А. Тусарова		

С отзывом согласна.  
18.11.2025г.   
Мельников С.В.

## ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Мельникова Сергея Викторовича «Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности» представленного на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

**Актуальность темы исследования.** Диссертационная работа С.В. Мельникова посвящена проблеме теоретико-экспериментального обоснования технологии управления спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности. Актуальность темы не вызывает сомнения, так как современный спорт высших достижений характеризуется исключительно высокими нагрузками, что требует перехода от эмпирических моделей управления тренировочным процессом к научно обоснованным подходам и технологиям, обеспечивающим индивидуализацию подготовки и минимизацию рисков перетренированности. В связи с этим, работа направлена на решение важной научно-практической задачи в области теории и методики спортивной тренировки.

**Научная новизна исследования** является весомой и многогранной. Это подтверждается тем, что соискателем: впервые выявлены особенности функциональной подготовленности пловцов высокого класса и определены наиболее значимые ее показатели, позволяющие рационально управлять спортивной тренировкой; разработаны и систематизированы в виде 7-уровневой нормативной шкалы основных показателей функциональной подготовленности пловцов высокого класса, что позволяет объективно оценивать и интерпретировать данные этапного контроля, принимая обоснованные педагогические решения по дальнейшему планированию тренировочных нагрузок; установлена динамика показателей функциональной и специальной физической подготовленности пловцов высокого класса в годичном цикле подготовки и проведен анализ объемов тренировочных нагрузок в различных зонах интенсивности.

Особого внимания заслуживают выявленные корреляционные взаимосвязи между объемами тренировочных нагрузок в различных зонах интенсивности и показателями функциональной подготовленности спортсменов-пловцов высокого класса, а также результатами тестирования специальной физической подготовленности, что позволяет определять зоны интенсивности, оказывающие наибольшее воздействие на конкретные компоненты подготовленности и задает четкие количественные ориентиры для планирования нагрузок.

Аргументирована необходимость синхронизации частоты этапного контроля со структурой тренировочного процесса пловцов высокого класса, что позволяет при его проведении по завершении каждого этапа годичного цикла обеспечить оперативность получения информации о состоянии

спортсмена и создать условия для своевременной адресной коррекции тренировочных нагрузок, обеспечивая принципиальное повышение точности управления спортивной тренировкой.

Разработана и экспериментально обоснована педагогическая технология, основанная на принципе замкнутого цикла управления и представляющая собой интегративную систему этапного контроля и коррекции тренировочных нагрузок, которая объединяет нормативные уровни основных показателей функциональной подготовленности и выявленные корреляционные зависимости, позволяя осуществлять индивидуальное планирование тренировочных нагрузок на основе объективных качественных данных, что представляет собой законченное инновационное решение.

**Теоретическая значимость** работы заключается в дальнейшем развитии теории управления подготовкой спортсменов-пловцов. Особенno импонирует современная и глубокая методологическая база исследования. Синтез принципов глобального эволюционизма, философской антропологии и феноменологии выводит работу за рамки частнометодического решения и придает ей фундаментальный характер. Такой подход позволяет рассматривать спортсмена как целостную, саморазвивающуюся систему, а не просто как объект для приложения тренировочных нагрузок.

**Практическая значимость** исследования очевидна и подтверждена актами внедрения в ведущие спортивные учреждения Республики Беларусь. Разработанные методические рекомендации по применению педагогической технологии управления спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности предоставляют тренерам конкретный, инструментальный алгоритм работы, позволяющий оптимизировать подготовку к главным стартам сезона. Важно, что технология носит не жестко детерминированный, а гибкий, адаптивный характер, позволяющий учитывать индивидуальный профиль подготовленности каждого спортсмена.

**Содержание автореферата** полностью отражает основное содержание диссертации. Выводы являются логичным следствием проведенного исследования и адекватно отражают его результаты. Положения, выносимые на защиту, убедительно аргументированы и соответствуют цели и задачам работы.

**Заключение.** Диссертация Мельникова Сергея Викторовича представляет собой завершенное самостоятельное научное исследование, в котором решена значимая для теории и практики спорта проблема. Соискатель продемонстрировал глубокие теоретические знания и высокую методологическую культуру. Полученные результаты обладают признаками научной новизны и имеют существенную практическую ценность.

Автореферат адекватно отражает содержание диссертационной работы.

На основании изложенного считаю, что диссертация Мельникова Сергея Викторовича соответствует критериям, установленным Положением о

присуждении ученых степеней, а ее автор заслуживает присуждения искомой ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Не возражаю против размещения отзыва на официальном сайте учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Доктор педагогических наук,  
профессор и.о. проректора  
по научно-исследовательской  
работе ФГБОУВО «Московская  
государственная академия  
физической культуры»,

 Квашук Павел Валентинович

Подпись д.п.н., профессора Квашука Павла Валентиновича  
удостоверяю.

Начальник управления кадров и делопроизводства ФГБОУ ВО МГАФК

 Калинкина В.Г.

 31.10.2025

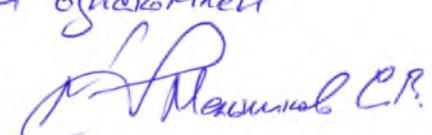
Название организации. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московская государственная академия физической культуры» (ФГБОУ ВО МГАФК)

Адрес: 140032, Московская обл., Люберецкий р-н, пос. Малаховка,  
ул. Шоссейная, д. 33

Контактные телефоны: +7 (495) 501-55-45

Адрес электронной почты: info@mgafk.ru

ОТЗЫВ ПОСТУПИЛ  
18 11 2025  
Ученый секретарь  
О.Гусев, Ю.А.Гусева

С отрывом ознакомлен  
18.11.2025  
 Рассимов Р.В.

## ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Мельникова Сергея Викторовича  
«Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе  
показателей функциональной подготовленности» представленного к защите  
на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по  
специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической  
культуры

Актуальность диссертационной работы С.В. Мельникова не вызывает сомнений, поскольку одним из факторов, способствующих успешному выступлению спортсменов на соревнованиях и достижению ими высоких спортивных результатов является высокий уровень общей и специальной работоспособности. Вместе с тем, для улучшения качества спортивной подготовки, большое значение приобретает обеспечение эффективного научно-методического сопровождения, при помощи которого возможно своевременно и обоснованно регулировать процесс спортивной тренировки с учетом индивидуальных характеристик спортсменов. В первую очередь это связано с тем, что решение задачи повышения эффективности системы подготовки спортсмена требует систематического учета и оценки уровня подготовленности, исследования протекания процессов адаптации, а также выбора необходимых тренировочных средств с целью оптимизации тренировочного процесса, что соответствует сути педагогического принципа индивидуализации. Однако, недостаточное физиологическое обоснование планирования и отсутствие регулярного контроля за ответной реакцией организма на предъявляемые нагрузки, часто приводит к уменьшению эффективности тренировочных воздействий, а в некоторых случаях к дезадаптации организма спортсмена.

Научная новизна работы отличается комплексным характером и имеет весомое методологическое обоснование. С поискатель не только выявил ключевые показатели функциональной подготовленности, но и создал завершенный научно-методический аппарат для их практического

применения. Особую ценность представляет разработанная 7-уровневая шкала нормативных значений, которая служит эффективным инструментом не только для диагностики, но и для прогнозирования адаптационных процессов. Установленные корреляционные зависимости между объемами нагрузок в различных зонах интенсивности и параметрами функциональной и специальной физической подготовленности предоставляют тренерам конкретные количественные ориентиры для планирования, а предложенная педагогическая технология управления демонстрирует высокую эффективность в обеспечении индивидуального подхода.

Теоретическая значимость работы состоит в углублении теоретических основ управления спортивной подготовкой за счет разработки педагогической технологии, основанной на интеграции данных контроля и индивидуального профиля подготовленности. Разработанная технология обладает высокой практической значимостью, предоставляя тренерам педагогический инструментарий для оптимизации подготовки пловцов высокого класса, что подтверждается 6 актами внедрения в учебно-тренировочный и образовательный процессы.

Представленный в автореферате материал показывает, что соискателем сформирована репрезентативная выборка исследования и проведена достаточная статистическая обработка данных. Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций по практическому использованию результатов, сформулированных в автореферате, обеспечена достаточно логичным построением научного исследования и соответствует поставленным в работе цели и задачам.

Работа изложена грамотным научным языком в едином стиле, а ее научные положения и результаты изложены в 56 научных работах (среди которых 1 раздел в коллективной монографии, 13 статей в изданиях, рекомендованных ВАК Республики Беларусь, в том числе 3 единолично, 8 статей в сборниках научных трудов, 34 публикации в материалах

международных и республиканских научных конференций), что дает достаточно полное представление о ходе и результатах исследования.

На основании изложенного считаю, что диссертация Мельникова Сергея Викторовича представляет собой завершенное научное исследование, отвечающее всем критериям, предъявляемым к кандидатским диссертациям. Автор заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Не возражаю против размещения отзыва на официальном сайте учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Доктор медицинских наук, профессор,  
Директор Института физиологии  
Коми научного центра Уральского отделения  
Российской академии наук Федерального государственного  
бюджетного учреждения науки Федерального исследовательского центра  
«Коми научный центр Уральского отделения Российской академии наук»  
Бойко Евгений Рафаилович Е.Р.Бойко

Контактные данные:

Институт физиологии Коми научного центра Уральского отделения  
Российской академии наук Федерального государственного бюджетного  
учреждения науки Федерального исследовательского центра «Коми научный  
центр Уральского отделения Российской академии наук»

Адрес: 167982, Российская Федерация, Республика Коми, г.Сыктывкар,  
ГСП-2, ул. Первомайская 50; тел. +7(8 8212)24-00-85, e-mail:  
boikob60@inbox.ru

Подпись доктора медицинских наук,  
профессора Е. Р. Бойко удостоверяю  
помощник директора И.Я.Зюзина Зюзина И.Я.

Дата подписания: « 13 » ноября 2025



С отрывом оценок.  
18.11.2025  
Мельников С.В.