

## ОТЗЫВ

на автореферат диссертационной работы Кучерова Юрия Юрьевича на тему: «Совершенствование техники конькового хода лыжников на основе методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений» представленной на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Рассматриваемая проблема в диссертационной работе Ю. Ю. Кучерова имеет фундаментальное значение для совершенствования техники конькового хода как для белорусских, так и для российских лыжников-гонщиков. Сложившиеся обстоятельства на международной арене в лыжных гонках, возрастающая конкуренция с норвежскими спортсменами, показывает, что достижение стабильно высоких результатов возможно только при полной реализации двигательного потенциала в соревновательных условиях. Одним из основных факторов реализационной эффективности спортсменов высокого класса является рациональная, стабильная и вариативная техника движений.

Техническая подготовленность взаимосвязана с различными сторонами физической подготовки спортсмена и является интегральным показателем тренированности. С одной стороны, для достижения эффективной техники лыжного хода и сохранения ее параметров в условиях утомления, необходим достаточный уровень силовой, скоростно-силовой подготовки, специальной выносливости и координационных способностей. С другой стороны, спортсмен, обладающий очень высоким моторным потенциалом, не сможет проявить свои возможности на соревнованиях, если не обладает эффективной техникой движений. В связи с этим работа актуальна, так как совершенствование техники конькового хода на основе методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений позволит повысить эффективность технической подготовки лыжников-гонщиков и обеспечит рост спортивных результатов.

Новизна данного исследования заключается в использовании системной интеграции оригинальной методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений, учитывающей техническое мастерство лыжников-гонщиков экстра-класса, позволяющей оптимизировать технику спортсменов группы спортивного совершенствования. Данный подход поможет быстрее исправить «неправильный стереотип» движений и оптимизировать движения спортсмена за счет минимизации лишних энергозатрат. Для коррекции неправильного стереотипа автор предлагает использовать покадровое сравнение видеозаписей, «Фазовой портрет» и применение специально-подготовительных упражнений, соответствующих уровню подготовленности спортсменов.

Теоретическая значимость диссертационной работы состоит в углублении теоретических положений совершенствования процесса технической и специальной физической подготовки лыжников. Экспериментально обоснована дидактическая ценность и педагогическая перспективность применения биомеханической модели «Фазовый портрет лыжника-гонщика» в технической подготовке лыжника.

Практическая значимость подтверждается внедрением разработанной методики в учебно-тренировочный процесс лыжников-гонщиков Могилевской области, наличием актов внедрения, а также научными публикациями автора.

Автореферат полностью раскрывает содержание диссертационной работы, логически структурирован. Цели, задачи и положения, выносимые на защиту, отражают результаты проведенного исследования, подтверждаются применением комплекса современных, информативных методов исследования, логикой построения исследования и репрезентативностью выборки испытуемых.

Данные, полученные в ходе педагогического эксперимента, подтверждают эффективность предложенной методики, что выражается в статистически значимом приросте показателей технической и физической подготовленности у лыжников экспериментальной группы по сравнению с контрольной.

На основании вышеизложенного считаю, что автореферат отражает содержание и структуру диссертационного исследования, демонстрирует высокий уровень научной подготовки соискателя, обоснованность результатов и их практическую значимость. Представленная работа соответствует требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям, 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».

Герой Российской Федерации,  
шестикратная олимпийская чемпионка по лыжному спорту,  
заслуженный мастер спорта СССР,  
заслуженный мастер спорта России,  
заместитель председателя постоянной  
комиссии по образованию культуре и науке,  
член профильной комиссии по вопросам  
физической культуры и спорта, комитета  
по законодательству  
кандидат педагогических наук, доцент

04.02.2026



Зам. НАЧАЛЬНИКА  
ОТДЕЛА КАДРОВ  
И. Ф. ЦАРЕВА  
06.02.2026

Егорова Любовь Ивановна

ам. ил. обр.бл

## Отзыв

на автореферат диссертационной работы Кучерова Юрия Юрьевича на тему: «Совершенствование техники конькового хода лыжников на основе методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений» представленной 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 диссертации Ю.Ю. Кучерова представляет собой законченное научное исследование, посвященное проблеме совершенствования технического мастерства лыжников. Работа сочетает педагогический подход с глубоким биомеханическим анализом. В качестве эталона техники взята модель движений олимпийского чемпиона Йоханнеса Клебо.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью повышения эффективности технической подготовки лыжников-гонщиков на основе объективных биомеханических критериев. Автором на высоком уровне проведен комплексный теоретико-экспериментальный анализ существующих подходов к технической подготовке лыжников. Соискатель убедительно обосновывает недостаточную разработанность вопросов взаимосвязи биомеханического анализа и методики подбора тренировочных средств в теории лыжного спорта.

Научная новизна работы заключается в разработке и экспериментальной апробации методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений на основе фазового портрета движений. Использование эталонной модели техники Й. Клебо в качестве ориентира для оценки и коррекции двигательных действий спортсменов представляется методически оправданным и перспективным.

Также к новизне исследования можно отнести то, что автор впервые внедрил в тренировочный процесс биомеханическую модель «Фазовый портрет лыжника-гонщика», что позволит повысить эффективность в совершенствовании техники лыжников.

Методологическая база исследования соответствует поставленным задачам. Особого внимания заслуживает применение авторских компьютерных модулей в среде Scilab, позволивших формализовать процесс анализа технического мастерства.

Теоретическая значимость диссертационной работы состоит в уточнении методологических оснований построения процесса технической и физической подготовки лыжников на основе системного, интегративного, компетентностного и личностно-ориентированного подходов. Экспериментально обоснована дидактическая ценность и педагогическая перспективность применения биомеханической модели «Фазовый портрет лыжника-гонщика» в технической подготовке лыжника, позволяющая предоставить визуальную и количественную оценку соответствия анализируемой техники лыжных передвижений лыжника-гонщика групп

спортивного совершенствования в коньковом ходе техническим действиям спортсмена экстра-класса, принимаемым за эталон спортивной техники.

Практическая значимость работы подтверждена актами внедрения в тренировочный процесс специализированных спортивных школ. Разработанная методика может быть использована не только в лыжных гонках, но и адаптирована для других циклических видов спорта.

Достоверность научных положений и полученных результатов подтверждается применением комплекса современных и информативных методов исследования, адекватных поставленным задачам, логикой построения исследования и репрезентативностью выборки испытуемых.

Данные, полученные в ходе педагогического эксперимента, подтверждают эффективность предложенной методики, что выражается в статистически значимом приросте показателей технической и физической подготовленности у лыжников экспериментальной группы по сравнению с контрольной.

Автореферат структурирован логично, отражает основные положения диссертации. Работа соответствует критериям, предъявляемым к кандидатским диссертациям. Автор заслуживает присуждения ученой степени кандидата педагогических наук.

Автореферат демонстрирует высокий уровень научной подготовки соискателя, обоснованность результатов и их практическую значимость. Представленная работа соответствует требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям, а ее автор, Кучеров Юрий Юрьевич, 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».

Отзыв подготовил:

доцент кафедры теоретических основ и технологий  
физкультурно-спортивной деятельности  
федерального государственного автономного  
образовательного учреждения высшего образования  
«Национальный исследовательский  
Томский государственный университет  
(634050, г. Томск, пр. Ленина, 36; 8(3822)529-725;  
e-mail: [vadim14sergeevich@gmail.com](mailto:vadim14sergeevich@gmail.com)),  
кандидат педагогических наук (13.00.04), доцент

10 февраля 2026 г.

Подпись Сосунковского В.С. удостоверяю



Сосунковский Вадим Сергеевич

Подпись удостоверяю  
Ведущий документовед  
Андрienko И.В.

*см. во. об. 2026*

## Отзыв

на автореферат диссертационной работы Кучерова Юрия Юрьевича на тему: «Совершенствование техники конькового хода лыжников на основе методики биомеханического подбора специально-подготовительных упражнений» представленной на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 - Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Диссертационная работа Ю.Ю. Кучерова посвящена проблеме совершенствования технического мастерства лыжников на основе повышения уровня физической подготовленности.

В условиях растущих требований к технической подготовленности спортсменов, сопровождающейся высоким уровнем физической и подготовленности и технико-тактического мастерства, тема исследования приобретает особую значимость. Актуальность работы не вызывает сомнений, так как традиционная система технической подготовки лыжников зачастую не обеспечивает требуемого уровня развития физических качеств, соответствующих специфике их соревновательной деятельности.

Автором проведен комплексный теоретико-экспериментальный анализ существующих подходов к технической подготовке лыжников и предложена оригинальная методика, основанная на применении специально-подготовительных упражнений для совершенствования техники конькового хода лыжников, которые подбираются для использования на основе биомеханического обоснования.

Новизна исследования заключается в системной интеграции технического мастерства лыжников-гонщиков экстра-класса и обучением технике лыжников, внедрением в тренировочный процесс биомеханической модели «Фазовый портрет лыжника-гонщика», а также экспериментальном обосновании ее эффективности в развитии физических качеств и совершенствованием техники лыжников.

Ю.Ю. Кучеровым сформулированы педагогические требования включающие: индивидуализацию оценки, доступную форму визуального восприятия, осознанность необходимой коррекции двигательной структуры конькового хода лыжника, активизацию возможности управления смысловой структурой движения, к оценке техники конькового хода в лыжных передвижениях спортсменов групп спортивного совершенствования и ее количественного и качественного соответствия технике спортсмена экстра-класса. Соискателем определены биомеханические критерии кинематического соответствия физических упражнений, подбираемых для совершенствования технической подготовки лыжников-гонщиков групп спортивного совершенствования методом сопряженного воздействия, кинематическим параметрам конькового хода эталонной модели.

Теоретическая значимость диссертационной работы состоит в уточнении методологических оснований построения процесса технической и физической подготовки лыжников на основе системного, интегративного, компетентностного и личностно-ориентированного подходов.

Экспериментально обоснована дидактическая ценность и педагогическая перспективность применения биомеханической модели «Фазовый портрет лыжника-гонщика» в технической подготовке лыжника, позволяющая предоставить визуальную и количественную оценку соответствия анализируемой техники лыжных передвижений лыжника-гонщика групп спортивного совершенствования в коньковом ходе техническим действиям спортсмена экстра-класса, принимаемым за эталон спортивной техники.

Практическая значимость подтверждается внедрением разработанной методики в учебно-тренировочный процесс лыжников-гонщиков Могилевской области, наличием актов внедрения, а также научными публикациями автора.

Достоверность научных положений и полученных результатов подтверждается применением комплекса современных и информативных методов исследования, адекватных поставленным задачам, логикой построения исследования и репрезентативностью выборки испытуемых.

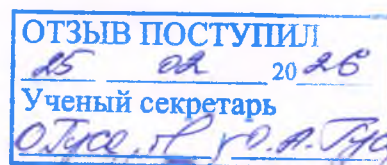
Данные, полученные в ходе педагогического эксперимента, подтверждают эффективность предложенной методики, что выражается в статистически значимом приросте показателей технической и физической подготовленности у лыжников экспериментальной группы по сравнению с контрольной.

В целом, автореферат отражает содержание и структуру диссертационного исследования, демонстрирует высокий уровень научной подготовки соискателя, обоснованность результатов и их практическую значимость. Представленная работа соответствует требованиям, предъявляемым к кандидатским диссертациям, 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 теории и методики лыжных видов спорта ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», кандидат педагогических наук, профессор

Сергеев Геннадий Александрович



*Подпись Сергеева Г.А.*  
УДОСТОВЕРЯЮ  
Зам. начальника  
отдела кадров  
*И.Ф. Царева*  
24.02.2026

*С отзывом ознакомлен*  
25.02.2026 *В.В. Куратов Ю.Ю.*