

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по диссертации Мельникова Сергея Викторовича «Управление спортивной тренировкой пловцов высокого класса на основе показателей функциональной подготовленности»

### **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**

Создана и теоретико-экспериментально обоснована педагогическая технология управления спортивной тренировкой пловцов высокого класса, представляющая собой целостную систему, базирующуюся на интеграции системы этапного контроля и оперативной коррекции тренировочных нагрузок на основе объективных данных. Концепция «замкнутого цикла» способствует синтезу знаний из педагогики, теории спортивной тренировки, физиологии, обогащая педагогический инструментарий и обеспечивая тренеру возможность гибкого управления учебно-тренировочным процессом (УТП).

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

выявление особенностей функциональной подготовленности пловцов высокого класса и определение наиболее значимых ее показателей, позволяющих использовать объективные данные для планового контроля и быстрой адаптации тренировочных программ;

разработку нормативных уровней основных показателей функциональной подготовленности пловцов высокого класса и их систематизацию в виде 7-уровневой нормативной шкалы (от «очень низкого» до «очень высокого»), которая является эффективным педагогическим инструментом для объективизации и интерпретации данных этапного контроля, что позволяет принимать обоснованные решения по планированию тренировочных нагрузок;

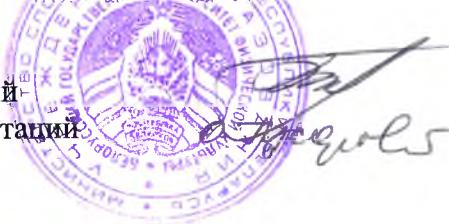
выявление корреляционных взаимосвязей между объемами тренировочных нагрузок в различных зонах интенсивности и параметрами функциональной и специальной физической подготовленности пловцов высокого класса: установлено, что объемы работы в конкретных зонах интенсивности оказывают селективное воздействие на отдельные звенья энергообеспечения (аэробные, анаэробно-гликолитические, анаэробно-алактатные возможности), что формирует научно-методическую основу для целенаправленного планирования УТП, предусматривающего адресный подбор и дозирование тренировочных средств, обеспечивая оптимизацию педагогического воздействия и индивидуализацию подготовки пловцов;

обоснование необходимости и определение оптимальной периодичности этапного контроля, синхронизированного со структурой годичного макроцикла подготовки, что трансформирует УТП в технологию управляемой адаптации, которая обеспечивает оперативность получения информации, адресность выявления проблем и своевременность коррекции спортивной подготовки, способствуя реализации дидактических принципов научности и индивидуализации;

разработку и экспериментальную апробацию педагогической технологии управления спортивной тренировкой пловцов высокого класса, основанную на циклическом этапном контроле с обратной связью (этапная диагностика – сравнение с нормативами и формирование индивидуального профиля – целевая коррекция нагрузок – реализация плана – повторный контроль) и методических рекомендаций для тренеров по ее реализации. Эффективность педагогической технологии, как инструмента управления, выразилась в положительной динамике целевых функциональных показателей, повышении уровня специальной физической подготовленности и росте спортивных результатов на соревнованиях национального и международного уровня.

**Рекомендации по использованию результатов исследования.** Результаты диссертации рекомендуется применять в УТП национальной и сборных команд Республики Беларусь по плаванию, специализированных учебно-спортивных учреждений; в образовательном процессе УВО и дополнительного образования взрослых при подготовке и повышении квалификации тренеров по плаванию.

Председатель совета по защите диссертаций  
Ученый секретарь совета по защите диссертаций  
26.11.2025



Т.А.Лопатик  
О.А.Гусарова