

## Отзыв

официального оппонента, профессора кафедры философии и социологии ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма», доктора педагогических наук, профессора, Лубышевой Людмилы Ивановны на диссертационную работу Анищенко Александра Петровича «Факторы риска развития нарушений массы тела, и их коррекция методами физической культуры у студентов вузов», представленную к защите в диссертационный совет Д. 850.019.01 при ГАУЗ «МНПЦ МРВСМ ДЗМ» на соискание ученой степени доктора биологических наук по специальности 14.03.11 – восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия

### **Актуальность темы исследования**

Привлечение молодежи к занятиям спортом является одной из актуальных проблем в системе российского здравоохранения. Необходимо подчеркнуть, что постоянная физическая активность способствует улучшению физиологического и психологического состояния людей различного возраста. Современные исследования показывают, что студенты высших учебных заведений в возрасте от 18 до 24 лет ведут, как правило, пассивный образ жизни, что отражается на ухудшении физической формы, связанной с избыточным весом. В контексте упомянутой проблемы требуется совершенствование системы физического воспитания в вузах, основанной на здоровьесберегающих технологиях.

Известно, что физическая активность студентов является одной из мер профилактики снижения умственных способностей, дисрегуляции уровня гормонов, развития системных заболеваний. Поэтому одной из главных задач выполненного диссертационного исследования является разработка комплекса мероприятий, направленных на оздоровление студентов высших учебных заведений посредством физических упражнений, позволяющих адаптировать молодой организм к тренировочным нагрузкам. В связи с вышеизложенным, тема диссертационной работы является актуальной.

### **Новизна исследования**

Научная новизна настоящего исследования заключается в разработке и обосновании новой идеи, которая связана с развитием интереса и мотивации молодежи к систематической физической активности на основе модифицированной методики занятий по физической культуре для студентов с избыточным весом тела.

Для глубокого понимания существующей проблемы автором впервые был представлен методологический подход к изучению причинно-следственных связей ухудшения здоровья студенческой молодежи. Для достижения поставленной цели диссертантом впервые были выявлены возможные предикторы, способствующие развитию избыточного веса у студентов ВУЗов. Соискатель провел анализ большого числа анкетных данных студентов вузов, которые были сопоставлены с антропометрическими параметрами, показателями общей успеваемости в вузе, результатами медицинских осмотров, уровнем физической активности студентов, поведенческими особенностями, вредными привычками, характером питания, массой тела, данными биоимпедансометрии. Предложенный А.П. Анищенко спектр физикально-инструментального и лабораторного обследования у большого числа школьников и студентов младших курсов, обучающихся в различных регионах России,

позволил выявить негативные факты увеличения симптомов гиподинамии и массы тела в молодежной среде. Автором впервые были проведены исследования, обеспечивающие научное понимание проблемы, каким образом студенты приобретают прикладной опыт в сфере физической культуры и внедряют его в студенческую среду. Автором были созданы новые методики оценки состояния гомеостаза организма после выполнения физической нагрузки, что позволяет выбрать индивидуальную тактику проведения учебных занятий по физической культуре в вузе. На основе выявленных факторов разработаны рекомендации по совершенствованию проведения учебного процесса по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений.

### **Практическое значение работы**

Автор предложил и апробировал варианты физической нагрузки с применением элементов аштанги-йоги как меры первичной профилактики не только нарушений массы тела у студентов, но и снижения риска развития хронических заболеваний в ближайшем и отдаленном будущем. Установлены параметры влияния физической нагрузки на гомеостаз организма по данным артериального давления и соотношения пульс/частота дыхания в покое. Автором диссертационной работы получен патент (Патент РФ № 2633346) на способ определения физической работоспособности студентов с учетом степени развития мышечной массы, анализа работоспособности отдельных групп мышц после выполнения физической нагрузки.

### **Теоретическое значение работы**

Теоретическая значимость диссертационного исследования состоит в расширении теории и практики физического воспитания для совершенствования процесса преподавания в высших учебных заведениях базовой и вариативной частей дисциплин «Физическая культура», «Прикладная физическая культура».

### **Значимость для науки и практики полученных автором диссертации результатов**

Значимость для науки результатов диссертационной работы определяется тем, что обоснованы и разработаны рекомендации по совершенствованию физической подготовки молодежи в ряде спортивных организаций, а также могут применяться в реабилитационных учреждениях медицинского профиля. Результаты работы внедрены в практическую деятельность «Спортивной федерации бокса Московской области», Московской федерации конькобежного спорта, АНО «Клиника спортивной медицины», ЗАО «Олимпийский центр имени братьев Знаменских» Московской Федерации Профсоюзов, Федерации Конькобежного спорта России, а также в учебном процессе кафедры ЮНЕСКО. «Здоровый образ жизни – залог успешного развития», кафедр физической культуры и здоровья, а также кафедры биологической химии ФГБОУ ВО «Московский государственный медико-стоматологический университет им. А.И. Евдокимова» Минздрава России.

### **Обоснованность и достоверность научных положений, выводов и заключений**

Содержание представленной диссертационной работы в соответствии с темой исследования и раскрывает ее на должном теоретическом и методическом уровне, соответствующем уровню докторских диссертаций. Цель, заявленная в диссертации,

реализована, решены задачи теоретического, методического и прикладного характера, которые коррелируют с темой проведенного докторского исследования. Изложенные пункты научной новизны обоснованы и современны. В разделе «обсуждение и заключение» проведен полный анализ полученных результатов с использованием эмпирической и научной базы данных. Выводы и практические рекомендации соответствуют основным положениям диссертации, обоснованы и четко отражают результаты работы. В целом диссертация представляет собой заверченный научный труд и вносит вклад в разработку проблемы по формированию здорового образа жизни молодого трудоспособного населения страны.

### **Оценка содержания диссертации, ее завершенность в целом, замечания по оформлению**

Диссертация А.П. Анищенко построена в классическом стиле на 207 страницах машинописного текста и представлена введением, литературным обзором, описанием материалов и методов исследования, результатов собственных исследований, заключением, выводами, практическими рекомендациями, библиографическим указателем, аббревиатурой, словарем терминов, списком иллюстративного и табличного материала и приложением. Работа состоит из введения, обзора литературы, глав с описанием материалов и методов исследования и результатов собственных исследований, а также главы обсуждения результатов, заключения, выводов, практических рекомендаций. Структурно-содержательный аспект работы изложен логически - от общего к частному.

Список литературы содержит 231 источник (133 российских и 98 иностранных авторов). Текст иллюстрирован 31 таблицей и 9 рисунками.

Введение раскрывает актуальность избранной темы, цель, задачи исследования, обоснование научной новизны, практической значимости работы, научные положения, выносимые на защиту.

В обзоре литературы автор провел значительный анализ научных трудов ведущих отечественных и зарубежных авторов по проблеме исследования, что заслуживает высокой оценки. А.П. Анищенко изучил данные последних лет по выявлению факторов риска нарушений массы тела у обучающихся средних и высших учебных заведений. Автором отмечен рост медицинской, экономической и социальной значимости проблемы нарушения массы тела в молодежной среде. В связи с тем, что профилактика ожирения в детско-подростковом периоде позволит в дальнейшем избежать серьезных проблем со здоровьем, были рассмотрены вопросы по использованию методов физической культуры и спорта для коррекции избыточной массы тела детей и подростков. Одним из объектов для внедрения этих методов может быть образовательное учреждение, так как там обучаются лица в возрасте от 17 до 25 лет. Именно в этом возрасте могут закладываться основные привычки поведения человека. Все это диктует необходимость изучения и внедрения методов физической культуры в образовательную среду общеобразовательных и высших учебных заведений.

Во второй главе автором для формирования новейшей актуальной концепции были описаны методические схемы, обеспечивающие использование современной методологии исследования. Представлена подробная характеристика рандомизированных по возрастному аспекту и полу 1035 студентов высших учебных заведений и 600 школьников, проживающих в городе Москве, Тольятти и Саратове, а также представлен дизайн исследования. Для исследования были использованы

опросники, тестовые задания, проведены антропометрические исследования, расчёт индекса массы тела, лабораторный анализ крови и мочи, биоимпедансный анализ, изучены параметры дыхания и частота сердечно-сосудистых сокращений, термографию поясничного отдела, получены результаты велоэргометрии и показателей ГТО. Подробно описана методика проведения «модифицированной» физической культуры. В конце главы описаны методики статистической обработки результатов.

Третья глава посвящена анализу результатов собственных исследований. Впечатляет объем проведенных исследований. В этой главе автор разрабатывает алгоритм оценки результативности «модифицированной» методики проведения физических упражнений и предлагает систему показателей результативности с выделением коммуникативной, физической и биологической составляющей.

К дискуссионным замечаниям можно отнести следующие:

1. Для достижения цели исследования автором было поставлено десять задач, пять из которых направлены на изучение различных аспектов влияния физической активности на поведенческие факторы риска, психологическое восприятие студентами модифицированной методики, на характер метаболических процессов. На мой взгляд можно было бы объединить данные частные задачи в главную по обоснованию эффективности модифицированной методики занятий по физической культуре для студентов с избыточным весом тела.

2. В разделе «Степень разработанности проблемы» автором представлен только практический аспект решения проблемы изучения факторов риска развития нарушений массы тела и их коррекции методами физической культуры у студентов вузов. На мой взгляд следовало бы усилить данную позицию за счет анализа актуальных теоретических источников по данной проблеме, включая анализ психолого-педагогических исследований последних лет.

3. Ключевой задачей диссертационного исследования, проведенного А.П. Анищенко является разработка методики занятий по физической культуре для студентов с избыточным весом тела. Автор обращает внимание на то, что существующая методика не приносит эффективных результатов снижения веса занимающихся. В этой связи он предлагает использовать методику, основанную на средствах «йоги-аэробики». Однако при этом автор не описывает методы обучения данным упражнениям, дозировку тренирующих воздействий, интервалы отдыха, пульсовые режимы тренировочной работы. Данные методические индикаторы позволили бы автору более убедительно и доказательно представить содержание модифицированной методики.

4. В ходе разработки модифицированной методики занятий по физической культуре для студентов с избыточным весом тела автор не описывает организационный аспект ее использования: каким образом данная методика сочетается с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и построением учебного процесса в вузе?

Указанные замечания носят рекомендательный характер и не умаляют ценности представленной работы Анищенко А.П.

### **Соответствие автореферата основным положениям диссертации**

Структура автореферата представлена в классической форме и отражает основное содержание диссертации. Изложенные основные положения диссертации позволяют получить полное представление о значимости выполненной работы.

**Подтверждения опубликованных основных результатов диссертации в научной печати**

По теме диссертации опубликовано 38 публикаций, из них 23 работы в журналах, рекомендованных ВАК РФ, которые отражают основные положения работы, и 1 патент на изобретение.

**Заключение о соответствии диссертации критериям, установленным Положением о порядке присуждения ученых степеней**

Диссертация Анищенко Александра Петровича «Факторы риска развития нарушений массы тела, и их коррекция методами физической культуры у студентов вузов», представленная на соискание ученой степени доктора биологических наук по специальности 14.03.11 – Восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия, является самостоятельным законченным научно-квалификационным исследованием, в котором решена научная проблема по выявлению факторов риска развития нарушений массы тела и их коррекции у студентов высших учебных заведений методами физической культуры, и вносящим крупный вклад в восстановительную и спортивную медицину, полностью соответствует указанной специальности и требованиям п. 9 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации «О порядке присуждения ученых степеней» от 24.09.2013 №842, предъявляемым к докторским диссертациям, а ее автор заслуживает присуждения ученой степени доктора биологических наук по специальности 14.03.11 - Восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия.

**Официальный оппонент:**

Профессор кафедры философии и социологии  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»,  
доктор педагогических наук (13.00.04 – Теория и методика  
физического воспитания, спортивной тренировки,  
оздоровительной и адаптивной физической культуры),  
профессор

Л.И. Лубышева

Подпись д.п.н., профессора Л.И. Лубышевой заверяю

Ученый секретарь РГУФКСМиТ

О.А. Логинова

« 26 » \_\_\_\_\_ 2019 г.