

РЕЦЕНЗІЯ

**на дисертаційну роботу Євтушенко Олександра Віталійовича
«Удосконалення фізичної та функціональної підготовленості борців
греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки»,
подану на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю
017 Фізична культура і спорт (01 Освіта/Педагогіка)**

Актуальність теми. Сучасна система підготовки спортсменів – це багаторічний цілеспрямований педагогічний процес, що об'єднує загальну та спеціальну фізичну підготовку, технічну, тактичну, психологічну, теоретичну підготовку, практику змагань, медичний контроль та застосування засобів відновлення працездатності. Багаторічний характер та етапність системи підготовки спортсменів мають на увазі не тільки наступність підготовки на різних етапах, а й закономірне перенесення акцентів з одного розділу підготовки на інші відповідно до вікових та кваліфікаційних особливостями підготовки спортсменів на певному етапі, або в певному віці.

Підготовка борця греко-римського стилю є багатостороннім процесом доцільного використання різноманітних засобів, методів, методичних підходів, що дозволяють спрямовано впливати на всі сторони підготовки спортсмена і забезпечити йому належний рівень готовності до спортивних досягнень.

Беручи до уваги постійно зростаючий обсяг тренувальних і змагальних навантажень у процесі підготовки борців греко-римського стилю, постає важливим завдання застосування комплексу відновлювальних заходів для створення оптимальних передумов підвищення спеціальної працездатності та адаптаційних можливостей організму спортсменів.

У зв'язку з цим проблема підготовки борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки привертає дедалі більшу увагу

науковців, що обумовлює необхідність пошуку нових шляхів удосконалення фізичної та функціональної підготовленості борців з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

Представлена до розгляду дисертаційна робота Євтушенко О. В. спрямована на теоретичне та практичне вирішення викладених вище завдань.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційну роботу виконано відповідно до теми науково-дослідної роботи Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» «Теоретико-методичні засади підготовки фахівців фізичної культури і спорту до професійної діяльності з різними групами населення» на 2019–2023 рр. (затверджено рішенням вченої ради від 27 грудня 2018 року, протокол № 5).

Роль автора як співвиконавця теми полягає у розробленні та науково-методичному обґрунтуванні структури та змісту фізичної і функціональної підготовки борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки, аналізі та узагальненні теоретичних й емпіричних даних.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації та їх достовірність.

Основні наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені у дисертаційній роботі, повною мірою відповідають меті і завданням та обґрунтовані наведеними даними згідно з результатами дослідження. Розв'язання поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних методів дослідження. Отримані результати дослідження базуються на достатньому фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків. Ступінь вірогідності отриманих кількісних даних забезпечена значним обсягом дослідження, кількістю випробовуваних, отриманими цифровими даними, використанням у роботі сучасних методів

дослідження та застосуванням адекватних методів статистичного опрацювання матеріалів.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що вперше:

- обґрунтовано структуру та зміст експериментальної програми вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки, яка враховує індивідуальні можливості спортсменів;

- розроблено компоненти фізичного навантаження з урахуванням рівня фізичної працездатності борців греко-римського стилю в межах загально-підготовчого та спеціально-підготовчого етапів підготовчого періоду піврічного циклу підготовки;

- розроблено комплексну програму відновлювальних заходів, яка поєднує гідропроцедури, ручний відновний масаж та елементи йоги, що сприяє підвищенню ефективності тренувального процесу борців греко-римського стилю у підготовчому періоді;

- доповнено та розширено дані щодо побудови тренувального процесу борців греко-римського стилю у підготовчому періоді на етапі попередньої базової підготовки;

- набули подальшого розвитку напрями застосування засобів силової підготовки борців греко-римського стилю для поліпшення фізичної та функціональної підготовленості у підготовчому періоді на етапі попередньої базової підготовки.

Практичне значення отриманих результатів полягає у розробленні та експериментальній апробації програми удосконалення фізичної та функціональної підготовленості борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки. Розроблена експериментальна програма впроваджена в практику роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, закладів вищої освіти.

Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях. За темою дисертації опубліковано 6 наукових праць, з яких 4 статті – у спеціалізованих фахових виданнях України, що індексуються в міжнародних наукометричних базах, 2 праці апробаційного характеру.

Опубліковані праці повною мірою висвітлюють матеріали дисертаційної роботи.

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Дисертація складається з анотації, вступу, 5 розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг дисертації становить 190 сторінок, список використаних джерел 217 найменувань, з них 41 – латиницею. Робота містить 21 таблицю та 16 рисунків.

У **вступі** обґрунтовується актуальність теми дослідження і формулюється наукове завдання; вказується зв'язок дисертаційного дослідження з науковими планами, темами; розкривається науковий апарат дослідження: мета, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; визначаються наукова новизна, практична значущість; наводяться дані про особистий внесок здобувача, апробацію та впровадження отриманих результатів, подано інформацію про публікації, структуру та зміст роботи

У **першому розділі «Сучасний стан проблеми фізичної та функціональної підготовки борців греко-римського стилю»** автором здійснено ретельний аналіз фахової літератури відповідно до об'єкта дослідження. Аналіз науково-методичної та спеціальної літератури з проблеми застосування засобів відновлення у річному циклі підготовки борців греко-римського стилю свідчить, що більшість з них спрямована саме на борців високої кваліфікації у зв'язку з постійним збільшенням тренувальних та змагальних навантажень, а на етапі попередньої базової підготовки майже не розглядаються.

Результати проведеного огляду та аналізу актуальних наукових даних свідчать про позитивний вплив кросфіт-тренувань на показники

спеціальної фізичної підготовленості (анаеробну силу та потужність, силову витривалість та ін.) кваліфікованих єдиноборців. У той же час виявлено нестачу актуальних наукових досліджень з питань найбільш ефективного використання засобів та методів системи кросфіту у тренувальному процесі борців греко-римського стилю саме на етапі попередньої базової підготовки, що й зумовило актуальність проведеного дослідження.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** окреслено методологічний апарат дослідження та етапи наукового пошуку здобувача.

У третьому розділі **«Фізична та функціональна підготовленість борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки»** автором подано результати досліджень, отриманих на констатувальному етапі педагогічного експерименту. Результати проведених пошукових досліджень підтвердили припущення автора щодо наявності широких можливостей ефективного залучення засобів функціонального тренінгу, а також відновлювальних заходів при здійсненні цілеспрямованої підготовки борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки у підготовчому періоді, що дозволило визначити і конкретизувати шляхи розробки експериментальної програми тренувального процесу з використанням основних аспектів зазначеного поєднання.

Проведені дослідження дали змогу встановити наявну проблему у підготовці борців, яка потребувала вирішення шляхом індивідуалізації розвитку специфічних фізичних якостей, рівня функціональної та фізичної підготовки.

У четвертому розділі **«Експериментальна програма удосконалення фізичної та функціональної підготовленості борців греко-римського стилю»** представлено експериментальну програму поліпшення фізичної та функціональної підготовленості борців греко-

римського стилю на етапі попередньої базової підготовки та здійснено експериментальну перевірку її ефективності.

Впровадження розробленої експериментальної програми в тренувальний процес борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки сприяло суттєвому поліпшенню функціонального стану кардіореспіраторної системи борців, а саме: по завершенню формувального етапу педагогічного дослідження у спортсменів основної групи відзначалися кращі, порівняно зі спортсменами групи порівняння значення ударного об'єму на 10,35 мл ($p < 0,01$), хвилинного об'єму кровотока – на 0,62 л/хв ($p < 0,05$), серцевого індексу – на 0,44 л/хв·м² ($p < 0,01$), потужності лівого шлуночка – на 0,88 Вт ($p < 0,001$); життєвої ємності легень – на 0,38 л ($p < 0,001$), форсованої життєвої ємності легень – на 0,53 л ($p < 0,001$), об'єму форсованого видиху за першу секунду – на 0,48 л ($p < 0,001$), пікової об'ємної швидкості – на 1,87 л/с ($p < 0,001$), резервного об'єму видиха – на 0,49 л ($p < 0,001$), максимальної вентиляції легень – на 15,29 л/хв ($p < 0,001$); пікової потужності - на 105,97 Вт ($p < 0,001$), відносної пікової потужності – на 2,23 Вт/кг ($p < 0,01$), абсолютної середньої потужності – 86,41 Вт ($p < 0,001$), відносної середньої потужності – на 1,73 Вт/кг ($p < 0,01$), мінімальної потужності – 66,88 Вт ($p < 0,001$), відносної мінімальної потужності – на 1,35 Вт/кг ($p < 0,001$); абсолютного показника PWC_{170} – на 100,80 кгм/хв ($p < 0,001$), відносного PWC_{170} – на 1,91 кгм/хв/кг ($p < 0,01$), максимального поглинання кисню – на 2,80 мл/хв/кг ($p < 0,05$), що є вагомим підтвердженням розробленої програми.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» узагальнено результати дисертаційного дослідження відповідно до поставлених завдань. Представлено положення наукової новизни та відмінності отриманих результатів від відомих раніше.

Висновки роботи є логічним завершенням проведених автором досліджень, базуються на широкій інформаційній базі, що включає джерела наукового, нормативного і статистичного характеру. Результати

розрахунків та висновки, зроблені на основі отриманих результатів, не викликають сумніву та становлять інтерес як для науки, так і для практики. Висновки до кожного розділу і дисертації в цілому відображають суть виконаних досліджень і тісно пов'язані з їх змістом.

Оцінюючи в цілому позитивно роботу Євтушенко О. В., слід зауважити, що автору не вдалося уникнути певних недоліків у роботі, які переважно носять дискусійний характер:

1. Формулювання об'єкта дослідження, як фізична та функціональна підготовка борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки, на наш погляд, не охоплює усього проблемного поля, якісно представленого автором в першому розділі дисертаційної роботи.

2. Висновки до першого розділу потребують більш ретельної конкретизації наукової проблеми.

3. Вважаємо доречним представити в розробленій експериментальній програмі, яким чином розраховувалася належна частота серцевих скорочень під час індивідуалізації фізичного навантаження у борців греко-римського стилю.

4. У тексті дисертації зустрічаються орфографічні, стилістичні та редакційні помилки.

Однак, названі недоліки не вплинули на обґрунтованість і вірогідність основних положень, винесених здобувачем на захист, не применшують новизну, наукову й практичну значущість отриманих результатів.

Загальний висновок. Дисертаційна робота Євтушенко О. В. «Удосконалення фізичної та функціональної підготовленості борців греко-римського стилю на етапі попередньої базової підготовки», є завершеним самостійним дослідженням, має наукову новизну, характеризується новим підходом і практичною цінністю, відповідає вимогам наказу МОН України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки № 759

від 31.05.2019) і «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії» (Постанова Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44), а її автор Євтушенко Олександр Віталійович заслуговує присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Рецензент:

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент, завідувачка кафедри
теорії і методики фізичної культури
та спортивних дисциплін

Євдокія ДРАЗІНА