

ВІДГУК

офіційного опонента – доктора наук з фізичного виховання і спорту, професора Дяченко Андрія Юрійовича на дисертаційну роботу Виноградової Олени Олексіївни за темою «Стимуляція працездатності і відновлення кваліфікованих спортсменів у процесі змагальної діяльності в циклічних видах спорту», поданої на захист до разової спеціалізованої вченої ради у Київському університеті імені Бориса Грінченка на здобуття вищої освіти ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Актуальність теми дисертаційної роботи. Актуальність дисертаційної роботи Виноградової О. О. не викликає сумніву, адже сучасна змагальна діяльність спортсменів в циклічних видах спорту виступає провідним чинником мобілізації функціональних резервів спеціальної працездатності, що є вагомим стимулом подальшого вдосконалення спортивної майстерності спортсменів високого класу.

Застосування змагальної діяльності в якості вагомому стимулу підвищення спеціальної працездатності вимагає вдосконалення всіх його компонентів, зокрема передзмагальної, передстартової, власне змагальної і пост змагальної діяльності. Це складний процес, який ґрунтується на комплексному управлінні процесами стимуляції працездатності і відновлювання відповідно цільовим настановам всіх сегментів змагальної діяльності.

Склалася певна думка, що стан готовності спортсменів до сучасної змагальної діяльності потребує підтримання спроможності швидко, адекватно, і в повній мірі реагувати на змагальні навантаження протягом всієї змагальної діяльності. Водночас є розуміння, що невідповідність додаткових позатренувальних і тренувальних засобів змісту і спрямованості змагальної діяльності приводить до раннього накопичення втоми, зменшення спеціальної працездатності, обмежує можливості застосування змагальних навантажень в якості чинника мобілізації функціональних резервів спортсменів високого класу.

Наведені фактори враховані автором. Вивчення проблеми, визначення шляхів її вирішення дозволили аргументувати основні чинники вдосконалення змагальної діяльності на основі систематизації комплексів тренувальних, змагальних і позатренувальних навантажень, обґрунтувати їх системне застосування з урахуванням змісту і спрямованості сегментів змагальної діяльності в легкій атлетичі і веслуванні академічному.

Розуміння і врахування складності вирішення позначеної проблеми дозволило автору логістично виважено провести дослідження і визначати певні наукові і науково-методичні наративи, які дозволяють підійти к напрацюванню практичного досвіду застосування комплексів засобів стимуляційного типу в системі підготовки спортсменів високого класу в різних видах спорту.

Наявність покращення результатів змагальної діяльності представників видів змагань, які відрізняються структурою функціонального забезпечення спеціальної працездатності, спектром фізичних якостей, технікою виконання змагальних локомоцій підтверджують ефективність запропонованого автором методичного підходу.

Зв'язок роботи з науковими темами, планами. Дисертаційне дослідження проведено згідно з планом науково-дослідної роботи кафедри спорту та фітнесу та кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту Київського Університету імені Бориса Грінченка «Теоретико-практичні засади використання фітнес-технологій у фізичному вихованні та спорті» (державний реєстраційний номер 0118U001229). Тема «Стимуляція працездатності і відновлення кваліфікованих спортсменів в процесі змагальної діяльності в циклічних видах спорту» узгоджена на засіданні Вченої ради Університету (витяг із протоколу № 2 від 30 березня 2023 року).

Автор співвиконавець теми. Внесок дисертанта, як співвиконавця теми, полягав у розробці алгоритму та організації дослідження, упровадження результатів дослідження в практику підготовки кваліфікованих веслувальників.

Автором встановлені впливи комплексів тренувальних і позатренувальних засобів, розроблених відповідно цільовим настановам структурних компо-

ментів змагальної практики – передзмагальної і передстартової підготовки, власне змагальної і пост змагальної діяльності спортсменів.

Мета, завдання, об'єкт і предмет дослідження відповідають цільовим настановам дослідження. Сформульовані завдання формують алгоритм аналізу.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що у дисертації *вперше*:

✓ обґрунтовано системний підхід, спрямований на формування цільової спрямованості засобів стимуляції спеціальної працездатності та відновлення спортсменів з урахуванням структури змагальної діяльності в циклічних видах спорту;

✓ засоби стимуляції працездатності та відновлення систематизовані та застосовані відповідно до цільових настанов передзмагальної та передстартової підготовки, змагальної діяльності та пост змагальної діяльності;

✓ комплекси тренувальних і позатренувальних засобів, застосовані з урахуванням цілісної структури змагальної діяльності, сприяли підвищенню спеціальних працездатності спортсменів, стимуляції наявних функціональних резервів організму:

✓ розроблено та експериментально перевірено комплекси засобів стимуляції працездатності та відновлення з урахуванням цілісної структури змагальної діяльності спортсменів у циклічних видах спорту;

Практична значущість Результати дисертаційної роботи визначають практичні підходи до підвищення ефективності реалізації потенціалу спеціальної працездатності організму спортсменів у циклічних видах спорту на основі управління процесами стимуляції працездатності та відновлення в умовах змагальної діяльності. Розроблені комплекси засобів передбачають спеціальні впливи (спортивний масаж), допоміжні фізичні вправи (резистентні вправи в різних режимах), елементи змагальної діяльності. Вони можуть застосовуватися для передстартової стимуляції працездатності, підвищення функціональних можливостей спортсменів під час наростання втоми в умовах змагальної діяльності.

Результати дослідження впроваджено в роботу комплексних наукових груп збірних команд України з легкої атлетики та академічного веслування, також у навчально-тренувальний процес чоловічої збірної команди України з легкої атлетики (спортивна ходьба на 20 км) (акт упровадження від 22.09.2020 р.) (додаток В), збірної команди України з академічного веслування (акт упровадження від 21.11.2022 р.) (додаток Г).

Теоретичні засади впроваджені у навчальний процес кафедри спорту та фітнесу Київського університету імені Бориса Грінченка (акт упровадження від 19.06.2023 р.) (додаток Д) при викладанні дисципліни «Позатренувальні фактори у системі підготовки спортсменів», що підтверджується відповідними актами впровадження.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій. Методологія дослідження базується на актуальній дефініції наукової проблеми раціонального управління функціональними можливостями спортсменів в процесі змагальної діяльності. Визначення сфери та напрямів її вивчення органічно супроводжується подальшим поглибленням і конкретизацією предмета та об'єкта дослідницької діяльності, адекватних теоретичних і практичних завдань та методів їх вирішення. Розв'язування поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних валідних методів дослідження, яке було проведено із залученням до участі у дослідженнях достатньої кількості спортсменів, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків.

Дисертація Виноградової О. О. оформлена за загальноприйнятою схемою і складається з анотації, вступу, шести розділів власних досліджень та їх аналізу, рекомендацій щодо наукового і практичного використання здобутих результатів, висновків, списку використаних джерел, який містить 180 літературних найменувань, із них 135 іноземних та додатків. Текстовий матеріал дисертації наочно проілюстрований 17 таблицями і 4 рисунками, які повною мірою відо-

бражають зміст проведеної роботи. Цифрові дані статистично оброблені і адекватно проаналізовані відповідно до логіки викладення .

У вступі автором обґрунтовано актуальність обраної наукової проблеми, представлено об'єкт, предмет, мету, завдання та методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів; зазначено особистий внесок здобувача; представлено сферу апробації основних положень дослідження; наведено кількість публікацій автора за темою дисертаційної роботи.

У першому розділі *«Шляхи підвищення ефективності змагальної діяльності на основі застосування засобів стимуляції та відновлення працездатності у циклічних видах спорту»* вивчені і ретельно проаналізовані дані класичної і сучасної літератури, джерел інтернет присвячені змісту, структурі і засобам вдосконалення змагальності в спорті. Окреслено роль змагальної діяльності в якості провідного чинника мобілізації функціональних резервів спортсменів високого класу.

У другому розділі *«Методи і організація дослідження»* представлено зміст використаних методів дослідження. Для вирішення завдань науково-дослідної роботи було використано комплекс методів: теоретичні: аналіз і узагальнення спеціальної літератури, матеріалів мережі інтернет. Педагогічні спостереження і педагогічний експеримент. Інструментальні методи досліджень із використанням ергометрії, пульсометрії, біохімічних методів дослідження. Підібрані сучасні засоби реєстрації спеціальної працездатності спортсменів: ергометрія для моделювання змагальної діяльності спортсменів у веслуванні академічному, спорттестер «Polar», відеозйомка у спортивній ходьбі, лабораторний комплекс для визначення лактату крові Mindray BS200 Chemistry Analyzer with ISE Module Complete. Методи математичної статистики.

Третій розділ *«Системний підхід до формування комплексів засобів, спрямованих на стимуляцію працездатності та відновлення спортсменів у циклічних видах спорту»* присвячено науково-методичному обґрунтуванню системного підходу, до вдосконалення змагальної діяльності, який визначає алго-

ритм дослідження і структурний взаємозв'язок його компонентів.

Четвертий розділ «Експериментальна перевірка комплексів, спрямованих на стимуляцію працездатності та відновлювання в сегментах змагальної діяльності» висвітлює методику застосування комплексів позатренувальних, тренувальних і змагальних засобів для стимуляції спеціальної працездатності в видах легкої атлетики і веслувального спорту, які відрізняються інтенсивністю і структурою змагальної діяльності.

В п'ятому розділі «Програма тренувальних і позатренувальних засобів, спрямованих на підвищення спеціальної працездатності спортсменів-веслувальників» наведені результати педагогічного експерименту де були застосовані комплекси позатренувальних, тренувальних і змагальних засобів, які були застосовані відповідно цільовим настановам сегментів змагальної діяльності, а саме передзмагальній і передстартовій підготовці, власне змагальній і пост змагальній діяльності.

В шостому розділі «Аналіз і узагальнення результатів досліджень» систематизовані результати дослідження, виділені дискусійні положення, обґрунтовані шляхи подальшого вивчення і вирішення проблеми підвищення ефективності змагальної діяльності за рахунок комплексного управління процесами втоми і відновлення в сегментах змагальної діяльності.

Відповідно загально прийнятій структурі дисертаційних робіт представлені *висновки*, які завершують системний аналіз і цілком відповідають цільовим настановам дослідження.

Представлені в дисертації *практичні рекомендації* надають додаткові можливості практичного впровадження і використання результатів дослідження в практиці підготовки спортсменів високого класу.

Особливим науковим результатом дослідження є обґрунтування можливостей комплексного управління процесами втоми і відновлення в цілісній структурі з урахуванням цільових настанов сегментів змагальної діяльності.

Особливим практичним результатом є наведені конкретні дані стосовно засобів стимуляції і відновлення, які використовуються в різних видах змагань

в процесі передзмагальної, передстартової, власне змагальної і пост змагальної діяльності.

Повнота викладення матеріалів у роботах, які опубліковані автором.

Основні положення дисертації викладені у 6 наукових працях, з них - 4 опубліковано у фахових виданнях України, одно з яких входить до наукометричної бази Web of Science, 2 публікації в науковому виданні, яке включено до міжнародної наукометричної бази Scopus

Таке представлення результатів наукової роботи є достатнім. Кількість публікацій, обсяг, якість, повнота висвітлення результатів та розкриття змісту дисертації відповідають чинним вимогам. Зазначенні публікації повною мірою висвітлюють основні наукові положення дисертації. Наукові положення дисертації також апробовані на багатьох всеукраїнських та міжнародних наукових конференціях.

Спрямованість науково-практичних конференцій, де відбувалася апробація результатів дисертаційного дослідження, характер статей здобувача наукового ступеня в яких відображено положення дисертації та результати проведених досліджень, повною мірою відповідає проблематиці дисертаційної роботи.

Відсутність порушення академічної доброчесності. Дисертація є самостійним науковим дослідженням, в якій відображені власні ідеї і напрацювання О. О. Виноградової, що дозволило вирішити поставлені у роботі завдання. Робота містить теоретичні положення і висновки, сформульовані дисертантом особисто і які ґрунтуються на її особистому досвіді роботи зі спортсменами високого класу, в тому числі на престижних спортивних форумах світу. Використані в цьому дослідженні ідеї і положення науковців мають відповідне посилання і застосовані з метою підкріплення ідей автора.

Дискусійні питання і зауваження

В процесі аналізу виниклі деякі питання і зауваження, які не впливають на позитивну оцінку дисертаційної роботи:

1. Ви провели дослідження в різних видах легкої атлетики і в веслуванні академічному. Чим викликано впровадження Ваших засобів в різні види змагальної діяльності. Чи має значення структура змагальної діяльності для цільового використання Ваших засобів, і взагалі, засобів відновлення, які запропоновані в спеціальній літературі і широко використовуються в практиці спорту.

2. Чи могли Ви виділити риси запропонованих Вами комплексів, які притаманні для всіх і окремих видів змагань?

3. Чи можуть запропоновані Вами комплекси бути модифіковані відповідно змагальної діяльності різною за значущістю, структурою, тривалістю і напруженістю змагальних навантажень?

4. Не зрозуміло, чи є запропоновані Вами комплекси стандартними, чи вони можуть бути використані окремо відповідно структурі змагальної діяльності. В зв'язку з цим, надайте будь ласка пояснення стосовно диференціації засобів передзмагальної, передстартової підготовки, власне змагальної і пост змагальної діяльності, які Ви застосували педагогічному експерименті.

5. Надайте будь ласка пояснення чому в легкій атлетиці Ви симулювали змагальну діяльність в природних умовах спортивної підготовки, а у веслуванні академічному в лабораторних умовах на ергометрі.

Підкреслюю, що дані зауваження носять дискусійний характер і не впливають на загальну позитивно оцінку дисертаційної роботи Виноградової О. О.

Загальний висновок

Дисертаційна робота Виноградової Олени Олексіївни на тему «Стимуляція працездатності і відновлення кваліфікованих спортсменів у процесі змагальної діяльності в циклічних видах спорту», поданої на захист до разової спеціалізованої вченої ради у Київському університеті імені Бориса Грінченка на

здобуття вищої освіти ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт є завершеною науковою працею. Дисертація містить наукову новизну та практична цінність. В дисертації відсутні порушення академічної доброчесності. Структура та зміст дистанційної роботи повною мірою розкриває тему наукового дослідження та відповідає спеціальності. Дисертація відповідає вимогам наказу МОН України №40 від 12.01.2017р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертацій», постанові Кабінету Міністрів України №44 від 12.01.2022р. «Порядок присудження доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії», а її автор – Виноградова Олена Олексіївна, заслуговує на присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю – 017 – Фізична культура і спорт галузі знань 01 – Освіта / Педагогіка.

Доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри водних видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України

 А. Ю. Дяченко

Підпис А. Ю. Дяченко засвідчую:

доктор наук з фізичного виховання та спорту, проректор з науково-педагогічної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України



 О. В. Борисова

Отримано 18.10.2023р.
Голова спеціалізованої
вченої ради ДР 26.133.038
з.з.в.в.х., проф. Сушко Р.О.
