

ВИСНОВОК
ПРО НАУКОВУ НОВИЗНУ, ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ПРАКТИЧНЕ
ЗНАЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ

Резанова Олександра Євгеновича

«Індивідуалізація технічної підготовки кваліфікованих стрибунів у довжину з урахуванням особливостей техніки виконання відштовхування» на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

У відповідності до пп. 25–26 Порядку підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти (наукових установах), затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 березня 2016 р. № 261 (із змінами), на кафедрі легкої атлетики, зимових видів і велосипедного спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України 12 березня 2026 року Резановим Олександром Євгеновичем було проведено публічну презентацію наукових результатів дисертації на тему: «Індивідуалізація технічної підготовки кваліфікованих стрибунів у довжину з урахуванням особливостей техніки виконання відштовхування» та її обговорення (науковий керівник – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Колот А. В.).

За результатами проведення публічної презентації та обговорення дисертації на засіданні кафедри легкої атлетики, зимових видів і велосипедного спорту було прийнято рішення надати здобувачу Резанову Олександрю Євгеновичу позитивний висновок про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації.

ВИСНОВОК

Актуальність теми дисертації. На сучасному етапі розвитку спорту вищих досягнень, зокрема у стрибках у довжину, особливої актуальності набуває питання вдосконалення технічної підготовки спортсменів у процесі тренувань. Стрибок у довжину є одним із найдавніших і водночас найбільш видовищних видів легкої атлетики. Незважаючи на свою тривалу історію, цей вид легкої атлетики продовжує активно розвиватися та приваблювати дедалі більшу кількість спортсменів.

Разом із тим, попри зростання популярності стрибків у довжину, науково-методичні засади підготовки висококваліфікованих спортсменів залишаються недостатньо дослідженими, особливо щодо індивідуалізації тренувального процесу. Наявні методичні рекомендації переважно базуються на загальних принципах організації тренувань у стрибкових дисциплінах легкої атлетики та часто не враховують індивідуальні фізіологічні, психологічні й біомеханічні особливості спортсменів, характерні саме для цього виду.

Досягнення високих результатів на найпрестижніших змаганнях потребує індивідуалізованого підходу до побудови тренувального процесу, який сприятиме ефективному розвитку технічної майстерності, спеціальної фізичної підготовленості, адаптаційних можливостей організму та психологічної стійкості спортсменів. У зв'язку з цим, особливої важливості набувають дослідження, спрямовані на наукове обґрунтування та створення ефективних методик підготовки висококваліфікованих стрибунів у довжину з урахуванням індивідуальних особливостей техніки відштовхування. Такі дослідження мають вагомое теоретичне і практичне значення для підвищення рівня спортивної майстерності в цьому виді легкої атлетики.

Представлена до розгляду дисертаційна робота Резанова Олександра Євгеновича спрямована на теоретичне та практичне вирішення викладених вище проблем.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. 2.1 «Теоретико-методичні основи фізичної та технічної підготовки спортсменів на етапах багаторічного удосконалення (на прикладі легкої атлетики, зимових видів та велосипедного спорту)», № державної реєстрації 0121U108193. Внесок здобувача, як співвиконавця теми, полягав у пошуку шляхів удосконалення технічної підготовки висококваліфікованих стрибунів у довжину у річному тренувальному циклі на основі виявлення індивідуальних особливостей виконання відштовхування; науково-методологічному обґрунтуванні розподілу груп засобів технічної і спеціальної фізичної підготовки в річному тренувальному циклі; обґрунтуванні співвідношення засобів тренування різної переважної спрямованості під час планування тренувального процесу стрибунів у довжину; узагальненні теоретичних і емпіричних даних дослідження.

Наукова новизна одержаних наукових результатів полягає в тому, що:

- уперше, на основі аналізу змагальної діяльності висококваліфікованих стрибунів у довжину отримано біомеханічні характеристики стрибка у довжину, що визначають індивідуальні особливості техніки виконання відштовхування кожного спортсмена, а також виявлено найбільш інформативні біомеханічні показники, що визначають рівень технічної підготовленості спортсменів та індивідуальні особливості техніки виконання розбігу спортсменами з різним типом відштовхування (силовим, універсальним, швидкісним) і впливають на результат у стрибку у довжину з розбігу;

- уперше встановлено показники, що характеризують рівень прояву індивідуальних швидкісно-силових якостей висококваліфікованих стрибунів у довжину з різним типом відштовхування (максимальна сила, градієнт сили, імпульс сили, час досягнення максимальної сили та висота підйому загального центру мас тіла (ЗЦМТ) спортсмена), які впливають на стан технічної і спеціальної фізичної підготовленості висококваліфікованих стрибунів у довжину та рівень спортивних результатів;

- уперше встановлено показники, що характеризують рівень прояву

фізичних якостей та спеціальної фізичної і технічної підготовленості висококваліфікованих стрибунів у довжину з різним типом відштовхування, які впливають на стан технічної і спеціальної фізичної підготовленості висококваліфікованих спортсменів та рівень спортивних результатів;

- уперше розроблено й обґрунтовано систему етапного педагогічного контролю технічної і спеціальної фізичної підготовленості висококваліфікованих стрибунів у довжину з різним типом відштовхування з використанням інструментальних методів (електротензодинамографія, біомеханічна відеозйомка, електронно-оптична система біомеханічного контролю "ОРТОJUMP") і системи педагогічних тестів, що характеризують рівень технічної і спеціальної фізичної підготовленості стрибунів у довжину;

- уперше виявлено найбільш ефективні засоби і методи технічної і спеціальної фізичної підготовки висококваліфікованих стрибунів у довжину й встановлено оптимальні величини обсягів засобів різної переважної спрямованості та їх раціональне співвідношення в річному тренувальному циклі для стрибунів з різним типом відштовхування, що дало можливість доповнити наукові уявлення про нові підходи до вдосконалення методики тренування, основна особливість якої полягала в застосуванні вправ, найбільшого мірою відповідних до специфіки – стрибка у довжину і індивідуальних особливостей спортсменів;

- доповнено основні положення про використання у підготовці висококваліфікованих стрибунів у довжину засобів різної переважної спрямованості, які найбільшою мірою відповідають біомеханічній структурі змагальної вправи;

- доповнено дані про кількісні характеристики технічної і спеціальної фізичної підготовленості висококваліфікованих стрибунів у довжину;

- підтверджено дані про вплив рівня технічної, спеціальної швидкісно-силової і фізичної підготовленості висококваліфікованих стрибунів у довжину на техніку виконання рухових дій і спортивний результат у стрибку у довжину.

Практичне значення роботи полягає в обґрунтуванні напрямів та підходів до удосконалення тренувального процесу стрибунів у довжину, розробці та експериментальній перевірці програми підготовки висококваліфікованих спортсменів у річному циклі підготовки, розробці практичних рекомендацій до побудови тренувального процесу висококваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються у стрибку у довжину, розробці методичних підходів до вибору засобів тренування та їх співвідношення з урахуванням характеристик технічної підготовленості та індивідуальних особливостей стрибунів у довжину, розробці моделі розподілу засобів тренування різної переважної спрямованості у річному циклі підготовки спортсменів, які спеціалізуються у стрибку у довжину. Результати досліджень впроваджено у практику підготовки збірної команди міста Києва з легкої атлетики Федерації легкої атлетики міста Києва (Акт впровадження від 16 грудня 2024 р.), у практику підготовки стрибунів у довжину Київської міської школи вищої спортивної майстерності (Акт впровадження від 16 грудня 2024 р.), у практику підготовки збірної команди України з легкої атлетики Громадської спілки «Федерація легкої атлетики України» (Акт впровадження від

16 грудня 2024 р.), у практику підготовки збірної команди України з легкої атлетики Громадської спілки «Федерація легкої атлетики України» (Акт впровадження від 16 грудня 2024 р.), у освітній процес кафедри легкої атлетики, зимових видів та велосипедного спорту НУФВСУ (Акт впровадження від 17 грудня 2024 р.).

Запропонована програма підготовки висококваліфікованих стрибунів у довжину у річному циклі підготовки дозволить тренерам удосконалити підготовку спортсменів та сприяти досягненню високих спортивних результатів на змаганнях національного та міжнародного рівнів.

Отримані результати дозволили підібрати засоби технічної і спеціальної фізичної підготовки, найбільш відповідні біомеханічній структурі техніки стрибка у довжину, і сформувавши раціональний склад тренувальних вправ різної переважної спрямованості (технічної, силової, швидкісно-силової (стрибкової) і швидкісної)

Теоретичне значення отриманих результатів. Отримані в процесі дослідження результати дозволяють систематизувати науково-методичну інформацію про індивідуальний підхід до вибору вправ різної переважної спрямованості, розширити існуючі уявлення про особливості підготовки, змагальної діяльності, побудови тренувального процесу спортсменів, які спеціалізуються у стрибкових видах легкої атлетики, зокрема у стрибку у довжину з розбігу.

Результати дисертаційної роботи можуть стати методичною основою для подальшої розробки проблеми побудови тренувального процесу стрибунів у довжину та впровадження відповідних напрацювань в освітній процес і науково-дослідну роботу в спеціалізованих закладах вищої освіти та науково-дослідних установах спортивного профілю та роботу Громадської спілки «Федерація легкої атлетики України».

Ступінь обґрунтованості і достовірності наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації. Наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені в дисертаційній роботі, повною мірою відповідають меті і завданням та обґрунтовані наведеними результатами дослідження. Розв'язання поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних валідних методів дослідження.

Отримані результати дослідження базуються на інформативних методах та фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків. Ступінь вірогідності отриманих кількісних даних забезпечений значним обсягом дослідження, тривалістю дослідження, кількістю випробовуваних, отриманими цифровими даними, використанням у роботі сучасних методів дослідження та застосуванням адекватних методів математичного опрацювання матеріалів.

Повнота викладення матеріалів дисертації в опублікованих працях. Основні наукові положення дисертації опубліковано в наукових журналах та представлено в тезах на науково-практичних конференціях різного рівня. В

опублікованих наукових працях, зі співавторами та без, дисертант самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати.

Наукові результати дисертації висвітлені в 5 наукових публікаціях: 2 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 стаття у періодичному науковому виданні Румунії, проіндексованому в базі даних Scopus (Q4); 2 публікації апробаційного характеру.

Апробація результатів дисертації. Основні положення результатів дослідження оприлюднено під час трьох науково-теоретичних і науково-практичних конференцій з питань фізичного виховання і спорту, а саме на: XVII і XVIII Міжнародних конференціях молодих учених «Молодь і олімпійський рух» (2024, 2025, м. Київ), II Загальноуніверситетській науковій конференції аспірантів і докторантів НУФВСУ «Дисертаційне дослідження: від ідеї до реалізації» (2025, м. Київ), щорічних науково-методичних конференціях кафедри легкої атлетики, зимових видів і велосипедного спорту НУФВСУ в 2021 – 2025 рр.

Конкретний особистий внесок дисертанта в одержання наукових результатів, що виносяться на захист. Здобувач самостійно визначив мету та завдання дослідження, розробив та обґрунтував план проведення дослідження та методичне забезпечення на різних етапах, здійснив аналіз науково-методичної літератури, статистичних даних та ресурсів мережі Інтернет з теми дисертаційного дослідження, провів експериментальні дослідження, зокрема інструментальні, статистично опрацював дані та узагальнив одержані результати, сформулював основні положення, висновки та практичні рекомендації.

Усі розділи власних досліджень, висновки та аналіз отриманих результатів дисертації оформлені автором самостійно. Здобувачем сформульовано висновки, які повністю відповідають поставленим завданням. Дисертантом підготовлено матеріали для наукових публікацій та для впровадження наукових розробок у практику.

Оцінка мови та стилю дисертації. Дисертацію викладено грамотно українською мовою. Структура дисертації та стиль її подання відповідають вимогам МОН України. Побудова – логічна. Адекватно використано наукові терміни. Цифровий матеріал структуровано в таблицях та рисунках, що полегшує сприйняття змісту матеріалу, представленого в розділах.

Відповідність змісту дисертації спеціальності, за якою вона подається до захисту. Дисертаційна робота Резанова Олександра Євгеновича «Індивідуалізація технічної підготовки кваліфікованих стрибунів у довжину з урахуванням особливостей техніки виконання відштовхування» є завершеним науковим дослідженням і за змістом повністю відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

Рекомендація дисертації до захисту. Розглянувши дисертацію Резанова Олександра Євгеновича на тему: «Індивідуалізація технічної підготовки кваліфікованих стрибунів у довжину з урахуванням особливостей техніки виконання відштовхування» та наукові публікації за темою дисертації,

визначивши особистий внесок у всіх зарахованих за темою дисертації наукових публікаціях, опублікованих зі співавторами, а також за результатами публічної презентації здобувачем наукових результатів дисертації та її обговорення, вважаємо, що робота є актуальною, виконана здобувачем ступеня доктора філософії особисто, являє собою повністю завершену наукову працю, під час підготовки якої застосовувалися сучасні методи досліджень, має наукову новизну, практичне значення, містить нові науково обґрунтовані результати проведених здобувачем досліджень, нове розв'язання актуального наукового завдання щодо основних підходів та закономірностей побудови тренувального процесу, розробки структури і змісту річного циклу підготовки висококваліфікованих стрибунів у довжину на основі раціонального співвідношення засобів тренування різної переважної спрямованості з урахуванням індивідуальних особливостей техніки виконання відштовхування і характеристик технічної підготовленості спортсменів, адекватна поставленій меті та містить висновки, які відповідають завданням. Було проведено метрологічну експертизу дисертаційного дослідження. У роботі відсутні порушення академічної доброчесності. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим пп. 6–7 Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 року № 44 (із змінами), що висуваються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії, та рекомендується до захисту з метою присудження здобувачу Резанову Олександрю Євгеновичу ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Комісія рекомендує вченій раді НУФВСУ утворити спеціалізовану вчену раду для розгляду та проведення разового захисту дисертації Резанова Олександра Євгеновича з метою присудження йому ступеня доктора філософії у такому складі:

голова спеціалізованої вченої ради: Борисова Ольга Володимирівна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, проректор з науково-педагогічної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України;

рецензент: Бобровник Володимир Ілліч, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри легкої атлетики, зимових видів і велосипедного спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України;

рецензент: Ткаченко Михайло Леонідович, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри легкої атлетики, зимових видів і велосипедного спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України;

опонент: Караулова Світлана Іванівна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри фізичної культури і спорту

Запорізького національного університету;

опонент: Базилевич Наталія Олександрівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму Університету Григорія Сковороди в Переяславі.

Висновок підготувала комісія у складі:

Д.фіз.вих., професор

Ольга БОРИСОВА

Д.фіз.вих., професор

Володимир БОБРОВНИК

К.пед.н., доцент

Михайло ТКАЧЕНКО

Голова засідання,

Д.пед.н., професор

Людмила ДУДОРОВА

Підписи Борисової О., Бобровника В., Ткаченка М. засвідчую:

Начальник відділу кадрів НУФВСУ



Людмила ЦИГАНОК