РЕЦЕНЗІЯ

доцента кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України, кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента Радченка Юрія Анатолійовича на дисертаційну роботу Торохтія Олексія Павловича на тему «Програмування занять для вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку» представлену на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт

Актуальність теми. Важка атлетика – вид спорту, що входить до програми Ігор Олімпіад і характеризується постійним зростанням рівня спортивних результатів, зумовленим популяризацією її у багатьох країнах світу. Цьому безсумнівно сприяє суттєве збільшення кількості атлетів, які займаються важкою атлетикою у системі фітнес-індустрії.

Одним із важливих напрямів методики побудови тренувального процесу спортсменів, які задіяні у масовому спорті, є оптимізація процесу навчання техніки виконання змагальних вправ. Особливо це важливо у такому виді спорту як важка атлетика, де іноді великі тренувальні навантаження на опорно-руховий апарат атлетів на етапі початкової підготовки разом із недостатньою технічною підготовленістю може призвести до отримання певних травм. Тому методика програмування навчально-тренувальних занять з вивчення техніки важкоатлетичних вправ, що базується на спеціальних принципах і методах тренування атлетів зрілого віку заслуговує на додаткове вивчення, із врахуванням того, що вони іноді мають різний рівень свого фізичного розвитку.

Досвід практики свідчить, що зараз у масовому спорті, і у важкій атлетиці зокрема, існує великий практичний попит на науково обґрунтовані інформаційні технології, що засновано на програмуванні навчально-тренувальних занять із дистанційним вивченням техніки важкоатлетичних вправ.

Тому, розробка системи комп'ютерного програмування навчально-тренувальних занять для дистанційного вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку є актуальним напрямом дослідження для сьогодення.

Актуальність дисертаційного дослідження, яке виконав здобувач Торохтій Олексій Павлович є беззаперечною як в науковому, так і в практичному аспектах.

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами, планами. Дисертаційна робота виконана відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. за темою 2.6 «Науково-методичний супровід тренувальної та змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у єдиноборствах та силових видах

спорту» (номер державної реєстрації 0121U108940) (співавтор виконавець теми). Роль автора, як виконавця теми, полягає у пошуку шляхів комп'ютерного програмування навчально-тренувальних занять із комплексом компенсаторних рухових в умовах дистанційного вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку.

Наукова новизна отриманих результатів дослідження полягає в тому, що:

•вперше розроблено авторську комп'ютеризовану програму моделювання навчально-тренувальних занять із різними алгоритмами компенсаторних рухових дій для оперативного контролю за технікою виконання важкоатлетичних вправ атлетами, які виявили бажання займатися цим видом спорту;

•вперше запропоновано для впровадження у практику авторську комп'ютеризовану програму моделювання навчально-тренувальних занять в умовах дистанційного вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку;

•вперше визначено критерії контрольного тестування показників фізичного розвитку атлетів та величини їх зрушень у процесі педагогічного експерименту за трьома напрямами: анкета самоконтролю, тестування швидкісно-силових і функціональних показників та рівень гнучкості і рухливості опорно-рухового апарату;

•отримала подальший розвиток проблема підбору методів і засобів дистанційного навчання техніки змагальних вправ у важкій атлетиці із різними величинами тренувальних навантажень під час моделювання навчально-тренувальних занять, що дозволяє покращувати рівень фізичного розвитку атлетів;

•доповнено та розширено наукові дані відповідно особливостей зміни методів і засобів вивчення техніки ривка від традиційної методики «знизу-вгору», до експериментальної програми «зверху-вниз», що дозволило під час проведення педагогічного експерименту покращити якість виконання контрольної вправи-ривок атлетами із різним рівнем фізичного розвитку;

•набули подальшого розвитку проблеми підбору компенсаторних вправ (замість корегувальних) для вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами, що призвело до покращення не тільки рівня їх фізичного розвитку але й до якості виконання рухових дій під час проведення навчально-тренувальних занять.

Особистий внесок здобувача. Автор самостійно розробив і обґрунтував програму проведення досліджень та її науково-методичне забезпечення, проаналізував літературу з теми дисертаційної роботи, визначив мету та завдання роботи, здійснив експериментальні дослідження, статистично

опрацював отримані результати, узагальнив та сформулював висновки дисертаційного дослідження.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати розкривають новітні механізми підбору методів і засобів вивчення техніки ривка атлетами із різним рівнем фізичного розвитку. На основі проведених досліджень розроблено та впроваджено у практику підготовки атлетів авторську комп'ютерну програму навчально-тренувальних занять з дистанційним вивченням техніки важкоатлетичних вправ з урахуванням запропонованих компенсаторних технічних дій, що виконувались у нетрадиційному напряму «зверху-вниз». Її реалізація на практиці дозволила у найкоротший термін за мінімального обсягу тренувальних навантажень досягти покращення рівня освоєння технічних дій атлетів та показників фізичного розвитку.

Результати наукових досліджень впроваджено: у навчальний процес студентів кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України, в процесі вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту (силові види спорту)», (акт впровадження від 15.01.2025 р.); у практику підготовки спортсменів-важкоатлетів Комунального позашкільного навчального закладу ДЮСШ «Атлет» Чернігівської міської ради (м. Чернігів), (акт впровадження від 15.01.2025 р.); у практику підготовки важкоатлетів Спортивного клубу «Епіцентр» (м. Кам'янець-Подільський), (акт впровадження від 15.01.2025 р.).

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність та новизна. Основні наукові положення, методичні підходи, висновки та практичні рекомендації, що викладені у дисертаційній роботі Торохтія О. П. достатньою мірою обґрунтовані та базуються на аналізі фундаментних наукових праць провідних вчених України та світу. Автором чітко сформульовано мету та завдання дослідження, визначено об'єкт та предмет дослідження, підібрано адекватні методи дослідження. Висновки дисертаційної роботи повністю розкривають поставленні у ній завдання. Достовірність наукових положень обґрунтована адекватним результатами досліджень за допомогою опрацювання одержаних матеріалів методами математичної статистики.

Оцінка змісту дисертації, її завдання в цілому і основних положень дисертації. Роботу викладено державною мовою на 216 сторінках (158 сторінок основного тексту). Дисертація складається з анотації двома мовами, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

У роботі використано 198 наукових літературних джерел, із яких 75 іноземних авторів. Дисертацію ілюстровано 17 таблицями та 34 рисунками.

У вступі обґрунтовано актуальність теми, вказано на зв'язок з науковими планами та темами, сформульовано основні складові компоненти дослідження – мета та завдання, об'єкт та предмет дослідження, наведено методи, розкрито наукову новизну та практичну значущість дисертаційної роботи, подано інформацію про особистий внесок здобувача, кількість публікацій та апробацію результатів дисертаційної роботи.

У першому розділі «Основи програмування занять силовими вправами у фізичному вихованні та спорті» здійснено аналіз та узагальнення наукових літературних даних щодо програмування навчально-тренувальних занять атлетами під час вивчення техніки важкоатлетичних вправ; проаналізовано методику підбору та використання засобів та методів навчання; структуру технічної підготовленості важкоатлетів під час вивчення техніки важкоатлетичних вправ; показано взаємозв'язок рівня фізичного розвитку спортсменів із тренувальним процесом під час вивчення техніки важкоатлетичних вправ.

Огляд літератури дозволив автору критично узагальнити сучасні наукові положення щодо програмування навчально-тренувальних занять з вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку та визначити пріоритетні напрями розв'язання даної проблеми.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» обґрунтовано та розкрито методи дослідження, подано відомості про контингент атлетів, які брали участь у дослідженні, поетапно описано процедуру організації досліджень.

Дослідження проводились із 2021 по 2025 рр., із використанням таких методів дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та Інтернет ресурсів; вивчення передового досвіду роботи тренерів і підготовки спортсменів за допомогою програм дистанційного навчання техніки важкоатлетичних вправ (аналіз, синтез і узагальнення статистичних документів, відеозаписів вебінарів, тренувальних занять, тощо); методи кількісної оцінки величин тренувального навантаження навчально-тренувальних занять атлетів; методи педагогічного спостереження та експерименту за результатами контрольного тестування рівня фізичного розвитку атлетів (результатів самоконтролю за допомогою анкетних даних, тестування швидкісно-силових та функціональних показників, рівня гнучкості та рухливості опорно рухового апарату атлетів) та техніки змагальної вправи – ривок; методи математичної статистики.

У третьому розділі «Програмування навчально-тренувальних занять для вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку» розкрито механізми підбору засобів і методів навчання, моделей навчально-тренувальних занять атлетів для якісного вивчення техніки

важкоатлетичних вправ, детально висвітлено та обґрунтовано авторську програму моделювання навчально-тренувальних занять атлетів для дистанційного навчання техніки важкоатлетичних вправ у нетрадиційному напряму «зверху-вниз», із дозуванням компонентів навантаження.

Автором представлено нетрадиційний підхід до методики вивчення техніки ривка штанги для атлетів, які бажають самостійно вивчити важкоатлетичні вправи. Авторська програма містить низку нових нетрадиційних компенсаторних рухових дій (вправ), започаткованих із багаторічної практики здобувача, що до теперішнього часу не вивчалось у навчально-методичній літературі з важкої атлетики. Зазначимо, що представлені матеріали гарно ілюстровано, що дає можливість чіткого сприйняття отриманих результатів.

У четвертому розділі «Система педагогічного контролю за ефективністю методики навчання техніки важкоатлетичних вправ» розкрито організацію педагогічного експерименту для визначення ефективності впровадження авторської навчально-тренувальної програми в процесі дистанційного вивчення техніки ривка штанги на практиці.

Автором в процесі педагогічного експерименту на основі динаміки результатів контрольного тестування показників самоконтролю, швидкісно-силових та функціональних показників, характеристик рівня гнучкості та рухливості опорно-рухового апарату атлетів підтверджено ефективність запропонованої програми навчання атлетів техніки важкоатлетичних вправ.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» автор узагальнює результати досліджень, що викладені у попередніх розділах дисертаційної праці, інтерпретує їх в аспекті вивчення даної проблеми у роботах інших науковців. Здобувач описує наукові положення, що вперше було вивчено та розроблено у результаті проведених досліджень. Деталізує ті положення, які набули подальшого розвитку, а також ті, що підтверджують вже існуючі положення та висновки.

Загальні висновки, що сформульовані в роботі є обґрунтованими та достовірними, у цілому відповідають меті та завданням дисертаційного дослідження та відображають наукову новизну та практичну значущість роботи. У дисертаційній роботі проаналізовано достатній цифровий матеріал, який з обраним науковим підходом до розв'язання поставленої проблеми засвідчує ступінь їх обґрунтованості.

Повнота викладення основних результатів в опублікованих наукових працях. Наукові результати дисертації опубліковано в 7 наукових публікаціях, з них 4 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, одне з яких проіндексоване у базі даних Scopus (Q4), 3 публікації, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації.

Основні результати досліджень оприлюднено на XIV Міжнародній науковій конференція молодих вчених «Молодь і олімпійський рух» (Київ, 2021), VI Міжнародній науково-практичній інтернет-конференції «Sntegration of Education, science and Business in Modern Environment: Summer Devates» (Дніпро, 2024), VIII International Scientific and Theoretical Conference «Interdisciplinary research scientific horizons and perspectives» (Vilnius Republic of Lithuania, 2024), щорічних науково-практичних конференціях науково-педагогічних працівників кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту НУФВСУ (Київ, 2021-2025).

Недоліки дисертації щодо їх змісту та оформлення. Дисертаційну роботу Торохтія О. П. «Програмування занять для вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку» виконано якісно, проте необхідно звернути увагу на деякі дискусійні положення і рекомендації, що потребують додаткової аргументації та відповідних уточнень:

1. У дисертації комп'ютерська авторська програма навчання техніці важкоатлетичних вправ здійснювалась протягом 6 тижневих мікроциклів, але кількість занять в окремому мікроциклі різна, чому автор не пояснює?
2. Під час оцінки контрольної вправи ривок незалежними експертами атлети можуть допустити значні та грубі помилки в техніці. Як такі технічні дії атлетів оцінювались?
3. Коли і як в роботі використовувався метод відеозйомки, і чи впливав він на рівень навчання техніці важкоатлетичних вправ атлетів?

Перераховані недоліки та зауваження переважно носять дискусійний характер, суттєво не впливають на науковий рівень дисертації та не знижують її загальної позитивної оцінки.

Відповідність дисертації встановленим вимогам. Дисертаційна робота Торохтія О. П. «Програмування занять для вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку», за актуальністю поставлених питань, змістом, обсягом проведених досліджень, новизною, обґрунтованістю висновків є самостійною, завершеною науковою роботою. Дисертація відповідає вимогам 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) та наказу Міністерства освіти і науки України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації» (із змінами, внесеними згідно з Наказом МОН України № 759 від 31.05.2019 р.). Виконаний обсяг роботи, отримані результати, їх наукова новизна та практична значущість свідчать про високий рівень підготовки здобувача. Торохтій Олексій Павлович, як автор дисертаційного

дослідження, заслуговує присудження ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка.

Рецензент:
кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри спортивних єдиноборств
та силових видів спорту Національного
університету фізичного виховання і спорту
України Юрій РАДЧЕНКО

Підпис Юрія РАДЧЕНКА засвідчую:
Проректор з науково-педагогічної роботи
Національного університету
фізичного виховання і спорту України
доктор наук з фізичного
виховання та спорту, професор Ольга БОРИСОВА