РЕЦЕНЗІЯ

доцента кафедри легкої атлетики, зимових видів та велосипедного спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України, кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента Совенка Сергія Петровича

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 підвищенням рівня спортивних результатів, зумовленим популяризацією її у багатьох країнах світу. Цьому, безсумнівно, сприяє суттєве збільшенням кількості атлетів, які займаються важкою атлетикою у системі фітнес-індустрії.

Одним із важливих напрямів удосконалення методики побудови тренувального процесу спортсменів, які задіяні як у спорті вищих досягнень, так і масовому спорті, є оптимізація процесу навчання техніці виконання змагальних вправ. Особливо це важливо у такому виді спорту як важка атлетика. Значне перенавантаження передовсім на опорно-руховий апарат атлета та слабка технічна підготовленість, особливо спортсменів-аматорів, може стати основною причиною виникнення тяжких травм. Тому методика програмування занять із вивчення техніки важкоатлетичних вправ, що існує в сучасному спорті та базується на спеціальних принципах, не може буте повністю використана атлетами-аматорами, яким притаманним є нижчий та різний рівень фізичного розвитку.

Водночас, сьогодні у масовому спорті та у важкій атлетиці зокрема, існує величезний практичний попит на науково обґрунтовані інформаційні системи

та технології, включаючи ті, що передбачають програмування занять із дистанційним вивченням техніки вправ.

Отже, розробка систем комп'ютерного програмування з метою вдосконалення методики програмування навчально-тренувальних занять для дистанційного вивчення техніці важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку є актуальним напрямом дослідження.

Актуальність дисертаційного дослідження Торохтія Олексія Павловича є безперечною як у науковому, так і 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 дій під час дистанційного вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами із різним рівнем фізичного розвитку.

Наукова новизна отриманих результатів дослідження полягає в наступному, а саме:

- 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;
- подальший розвиток отримала проблема підбору методів і засобів дистанційного навчання техніці змагальних вправ у важкій атлетиці з різною величиною тренувальних навантажень під час моделювання навчально-тренувальних занять, що дозволяє підвищити рівень фізичного розвитку атлетів;
- доповнено та розширено наукові дані відповідно до особливостей зміни методів і засобів вивчення техніки ривка від традиційної методики «знизу-вгору» до експериментальної програми «зверху-вниз», що дозволило покращити під час проведення педагогічного експерименту якість виконання контрольної вправи «ривок» атлетами з різним рівнем фізичного розвитку;
- набули подальшого розвитку проблеми підбору компенсаторних вправ (замість корегувальних) для вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами, що призвело до підвищення не тільки рівня їх фізичного розвитку, а і 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 відносно теми дисертаційної роботи, визначив мету та завдання роботи, здійснив експериментальні дослідження, статистично опрацював отримані результати, узагальнив їх і сформулював висновки дисертаційного дослідження.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати розкривають новітні механізми підбору методів і засобів вивчення техніки ривка атлетами з 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 вправ важкої атлетики з урахуванням запропонованих компенсаторних технічних дій, що виконувались у нетрадиційному напрямі «зверху-вниз». Її реалізація на практиці дозволила у найкоротший термін за умови мінімального обсягу тренувальних навантажень покращити рівень освоєння технічних дій атлетів.

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.; а також 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 і новизна. Основні наукові положення, методичні підходи, висновки та рекомендації, викладені у дисертації Торохтія О. П., достатньою мірою обґрунтовані та базуються на аналізі фундаментальних наукових праць провідних вчених України та світу.

Автором чітко сформульовано мету та завдання, визначено об'єкт та предмет дослідження, підібрано відповідні методи дослідження. Висновки розкривають поставлені в роботі завдання.

Достовірність наукових положень обґрунтовано адекватним плануванням досліджень і обробкою 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 українською та англійською мовами, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Використано 198 наукових літературних джерел, із яких 75 – англомовних. 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 – мету та завдання, об'єкт та предмет дослідження, наведено методи, розкрито наукову новизну та практичну значущість, 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 з питань програмування навчально-тренувальних занять атлетами у процесі вивчення техніки важкоатлетичних вправ; підбору та використання засобів та методів навчання; структури технічної підготовленості важкоатлетів та вивчення техніки важкоатлетичних вправ; взаємозв'язку рівня фізичного розвитку спортсменів із тренувальним процесом під час вивчення техніки важкоатлетичних вправ.

Огляд літератури дозволив автору критично узагальнити сучасні наукові положення щодо програмування занять із вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами з різним рівнем фізичного розвитку та визначити пріоритетні напрями вирішення цієї 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 його організації.

Дослідження охоплювали 2021–2025 рр., при цьому використано такі методи: 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 з різним рівнем фізичного розвитку» розкрито підходи до підбору засобів і методів, моделей навчально-тренувальних занять атлетів для якісного вивчення техніки важкоатлетичних вправ, детально висвітлено та обґрунтовано авторську програму моделювання навчально-тренувальних занять атлетів для навчання техніці важкоатлетичних вправ у напрямі «зверху-вниз» із дозуванням компонентів навантаження.

Автором наведено 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, які до теперішнього часу не вивчались у навчально-методичній літературі з важкої атлетики.

Зазначимо, що наведені матеріали вдало проілюстровані, що дає можливість чіткого сприйняття матеріалів.

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

У ході експерименту на основі динаміки результатів контрольного тестування показників самоконтролю, швидкісно-силових та функціональних показників, характеристик рівня гнучкості та рухливості опорно-рухового апарату атлетів автором підтверджено ефективність запропонованої програми навчання атлетів техніці важкоатлетичних вправ.

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

Загальні висновки, сформульовані в роботі, є обґрунтованими та достовірними, вони повністю відповідають завданням дисертаційного дослідження і відображають наукову новизну та практичну значущість.

У дисертаційній роботі широко проаналізовано цифровий матеріал, який з визначеним науковим підходом до вирішення поставленої проблеми засвідчує ступінь його обґрунтованості.

Повнота викладення основних результатів у 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 «Integration of Education, science and Business in Modern Environment: Summer Debates» (Дніпро, 2024), VIII International Scientific and Theoretical Conference «Interdisciplinary research scientific horizons and perspectives» (Vilnius Republic of Lithuania, 2024), на 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 з різним рівнем фізичного розвитку» виконано якісно, проте необхідно виділити деякі дискусійні положення і рекомендації, які потребують додаткової аргументації та відповідного уточнення:

1. Назва розділу 1.2 потребує редакції відповідно до змісту.
2. У дисертації бажано більш чітко навести основи загальноприйнятої методики програмування занять для вивчення техніки важкоатлетичних вправ атлетами з різним рівнем фізичного розвитку.
3. У четвертому розділі необхідно дати більш чітку характеристику атлетів основної та контрольної груп, вказати вік, стаж занять тощо і наочно подати в таблиці.
4. Оскільки роботу присвячено навчанню техніці атлетів, бажано використати метод відеозйомки та біомеханічного аналізу рухових дій спортсменів.

Вказані недоліки та зауваження мають переважно 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» (зі змінами, внесеними згідно з Наказом МОН України № 759 від 31.05.2019 р.). Виконаний обсяг досліджень, отримані результати, їх наукова новизна та практична значущість свідчать про високий рівень наукової підготовки здобувача. Торохтій Олексій Павлович як автор дисертаційного дослідження заслуговує присудження ступеня доктора філософії (PhD) за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта / Педагогіка.

Рецензент:
кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри легкої атлетики,
зимових видів та велосипедного спорту
Національного університету
фізичного виховання і спорту України Сергій СОВЕНКО

Підпис Сергія СОВЕНКА засвідчую:
Вчений секретар
Національного університету
фізичного виховання і спорту України Галина МАШЕРЕНКОВА