

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу Чжао Дун «Підвищення спеціальної роботоздатності спортсменів у веслуванні академічному шляхом удосконалення силової витривалості» подану на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 - олімпійський і професійний спорт.

Актуальність обраної теми дисертації. Підготовка спортсменів високої кваліфікації, які можуть достойно конкурувати на міжнародній арені неможлива без глибокого наукового обґрунтування системи фізичної підготовки. Адже високого спортивного результату можуть досягти лише спортсмени, які мають високий рівень фізичної та функціональної підготовленості. У веслуванні академічному провідними фізичними якостями є сила, максимальна сила, силова витривалість, швидкісно-силові якості.

Велика кількість досліджень провідних фахівців містить методичні підходи щодо розвитку силових можливостей веслярів, силової витривалості та швидкісно-силових якостей. Але разом з тим недостатньо представлені результати наукових досліджень, які формують системний підхід до реалізації силової підготовленості в якості інтегрального компонента функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів.

Дисертація Чжао Дуна безумовно, є актуальною, оскільки вона спрямована на пошук засобів розвитку силової витривалості веслярів в якості інтегрованого компонента функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності.

Дослідження є частиною науково-дослідної роботи, проведеної Національним університетом фізичного виховання і спорту України відповідно до Плану НДР НУФВСУ на 2016-2020 рр. з теми «Побудова тренувального процесу висококваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються у водних видах спорту, з урахуванням вимог змагальної діяльності», № держреєстрації 0116U001614.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна, повнота їх викладу в опублікованих працях.

Усі наукові положення дисертації, висновки, практичні рекомендації достатньою мірою обґрунтовані експериментальними даними, відповідають меті та

завданням дослідження. Ступінь вірогідності отриманих результатів забезпечується відповідною тривалістю експерименту, характером педагогічних досліджень, що відповідають необхідним метрологічним вимогам, застосуванням адекватних методів математичної статистики.

Наукові положення, сформульовані у дисертації та висновки роботи уточнюють і доповнюють наукові дані, що стосуються змісту фізичної підготовки веслярів, спрямованої на розвиток силової витривалості в якості інтегрованого компонента функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів, доповнюють дані щодо структури функціональних можливостей з урахуванням розвитку силового компонента спеціальної роботоздатності веслярів та підтверджують провідну роль спеціальної силової підготовленості в системі вдосконалення функціонального забезпечення кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що автором уперше:

- розроблено програму фізичної підготовки, спрямовану на розвиток силової витривалості веслярів в якості інтегрованого компонента функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів. Спеціальну роботоздатність удосконалено шляхом підвищення цільової спрямованості й послідовної реалізації засобів загальної, допоміжної та спеціальної фізичної підготовки. Обґрунтовано можливості їх інтегрованого використання в системі тренувального процесу у веслуванні академічному;

- уперше засоби загальної фізичної, допоміжної та спеціальної підготовки інтегровані у тренувальний процес кваліфікованих веслярів з урахуванням періодизації загального та спеціального підготовчого етапів річного циклу спортивної підготовки. На цій підставі розроблено програму фізичної підготовки, яка спрямована на розвиток силової витривалості з використанням ергометрів «Concept Dyna» і «Concept II» та спеціального тренування у човні;

- уперше обґрунтовано умови «конверсії» досягнутого потенціалу силової витривалості при переході від засобів загальної фізичної підготовки до тренувальної роботи в човні;

- уперше тренувальні засоби, спрямовані на розвиток силової витривалості, інтегровано в систему фізичної підготовки веслярів з урахуванням спеціалізованої спрямованості тренувального процесу на формування структури і підвищення ефективності функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів. Врахований вплив силової витривалості веслярів на спеціалізовані прояви функціональних можливостей веслярів в умовах зростаючої втоми на другій половині дистанції;

- одержали подальший розвиток наявні теоретичні положення системи підготовки кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному про доцільність підвищення спеціалізованої спрямованості тренування, спрямованого на розвиток силової витривалості з урахуванням композиції роботи м'язових груп під час виконання гребних локомоцій і режимів роботи, спрямованих на підвищення функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності;

- доповнено дані щодо структури функціональних можливостей з урахуванням розвитку силового компонента спеціальної роботоздатності веслярів;

- підтверджено провідну роль спеціальної силової підготовленості в системі вдосконалення функціонального забезпечення кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному.

Практична значущість дисертаційної роботи полягає в можливості використання методичних підходів щодо підвищення ефективності спеціальної фізичної підготовки на підставі програмного застосування засобів тренування, спрямованих на підвищення силової витривалості. Представлені в роботі матеріал і висновки використані у системі підготовки кваліфікованих спортсменів, при викладанні курсу теорії й методики тренування в обраному виді спорту у вищих навчальних закладах спортивного профілю (листопад 2019 р), а також у системі підвищення кваліфікації спортивних працівників (листопад 2019 р). Отримані результати впродовж 2018–2019 років впроваджені в тренувальний процес кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному Китаю, що підтверджено відповідним актом (листопад 2019 р).

Оцінка змісту дисертації, її завершення в цілому та ідентичності змісту автореферату и основних положень дисертації.

Основні положення дисертаційної роботи викладені у 8 наукових працях, з них 5 опубліковані в спеціалізованих виданнях України, 4 з яких увійшли до міжнародної наукометричної бази, три апробаційного характеру.

Матеріали дисертаційного дослідження було оприлюднено: на X і XII Міжнародних наукових конференціях «Молодь і олімпійський рух» (м. Київ, 2017, 2019); «Сучасний рух науки» (Дніпро, 2018); науково-методичних конференціях кафедри водних видів спорту й факультету спорту й менеджменту Національного університету фізичного виховання і спорту України.

У **вступі** шляхом критичного аналізу та порівняння з відомими рішеннями обґрунтовано актуальність теми й доцільність дисертаційного дослідження; вказано на зв'язок роботи з науковими планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт і предмет, а також методи дослідження; розкрито наукову новизну, практичну значущість отриманих результатів; представлено інформацію про апробацію результатів дослідження та публікації за темою дисертації, структуру й обсяг дисертації.

Перший розділ дисертації **«Розвиток силових витривалості у процесі вдосконалення функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності кваліфікованих спортсменів»** присвячено аналізу й узагальненню публікацій, які стосуються розвитку та вдосконаленню силових можливостей веслярів, а також факторів їх спрямованого вдосконалення в системі підготовки кваліфікованих спортсменів. Також розглянуто питання удосконалення тренувальних навантажень, які спрямовані на розвиток компонентів силових можливостей кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному.

Критичний аналіз тренувальних програм дозволив виявити недостатньо обґрунтований зміст і цільову спрямованість засобів загальної фізичної й допоміжної силових підготовки в підготовчому періоді річного циклу, їх цільового спрямування на підвищення функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів.

Також виявлено, що практично відсутні умови «конверсії» досягнутого силового потенціалу при переході від засобів загальної фізичної підготовки до

спеціальної роботи в човні та відмічено, що традиційні засоби силової підготовки часто є неефективними для формування оптимальної структури силових якостей веслярів та не враховують динамічні й кінематичні характеристики роботи в човні.

Все це стало підґрунтям для проведення додаткових досліджень впровадження засобів підготовки, які дозволять збільшити силовий потенціал спортсменів, дозволять забезпечити ефективний розвиток спеціальних силових можливостей кваліфікованих веслярів.

У другому розділі дисертації **«Методи й організація дослідження»** представлено методи, обґрунтовано їх застосування, представлено організацію дослідження. Залежно від поставлених мети та завдань процес дослідження включав ряд послідовних, логічно взаємопов'язаних етапів.

Безумовно, методи дослідження забезпечили створення теоретико-методичної бази для вдосконалення засобів підготовки кваліфікованих веслярів.

Третій розділ **«Формування спеціальної фізичної підготовки, спрямованої на підвищення силової витривалості веслярів Китаю»**.

Здобувач обґрунтовував системний підхід до формування програми спеціальної фізичної підготовки, спрямованої на вдосконалення силової витривалості в якості інтегрованого компонента структури функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів.

Результати експериментальних досліджень, представлених в спеціальній літературі В. Н. Платонова, 2004-2015; В. Г. Олешко, 2005 щодо формування цільової спрямованості спеціальної силової підготовки спортсменів доповнив результатами експертної оцінки провідних спеціалістів Китаю і зарубіжних країн з веслувального спорту. Зроблений здобувачем аналіз результатів дозволив розробити загальну схему алгоритму реалізації вимог, щодо розробки методичного підходу, спрямованого на розробку програми фізичної підготовки веслярів за рахунок удосконалення силового компонента спеціальної роботоздатності веслярів.

Здобувач також провів анкетування тренерів, яке дозволило визначити, що виконання сучасних вимог силової підготовки є ключовим фактором фізичної підготовленості веслярів, а наявні загальні підходи до підвищення силових якостей веслярів входять у суперечність із вимогами спеціальної роботоздатності, що

ґрунтуються на застосуванні сучасних знань теорії спорту, її прикладних аспектах.

Визначив, що проблеми силової підготовки веслярів Китаю пов'язані з відсутністю системного підходу до розвитку силового потенціалу веслярів і обґрунтування умов його реалізації у процесі підвищення спеціальної роботоздатності, а структура силової підготовки не відбиває специфічні прояви спеціальних силових якостей та мало пов'язана з інтегрованим розвитком нейродинамічних і енергетичних властивостей функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів.

У четвертому розділі **«Вплив силової підготовленості на спеціальну роботоздатність кваліфікованих спортсменів Китаю у веслуванні академічному»** проведено аналіз структури силових можливостей веслярів, отримані якісні і кількісні характеристики силових можливостей, зареєстровані на силовому тренажері Concept Dyna.

Показано вплив спеціальних силових можливостей на прояви спеціальної роботоздатності веслярів. Встановлено, що спеціальні силові можливості корелюють із рівнем спеціальної роботоздатності веслярів. Показана відмінність взаємозв'язку показників силової витривалості і роботоздатності веслярів у процесі подолання 500-метрових відрізків змагальної дистанції в діапазоні $r(500\text{ м})=0,65$ і $r(1500-2000\text{ м})=0,50$.

Розроблено програму фізичної підготовки, спрямованої на розвиток силової витривалості в якості інтегрованого компонента функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів, в основу якої були покладені принципи періодизації спортивної підготовки, представлені в сучасній теорії спорту В. М. Платонова. Це дозволило визначити роль і місце загальної і спеціальної силової підготовки в структурі річного циклу підготовки.

У п'ятому розділі **«Аналіз і узагальнення результатів дослідження»** розглянуто дискусійні питання, проаналізовано результати власних досліджень, зіставлено наукові факти, отримані у ході експериментальних досліджень, з даними літератури, що дозволило виділити наукові положення трьох рівнів новизни, а саме: ті, що підтверджують, уточнюють і доповнюють, та отримані вперше.

Висновки сформульовані у вигляді узагальнюючих і конкретних положень і

свідчать про вирішення поставлених завдань.

Практичні рекомендації орієнтовані на вдосконалення силової витривалості в якості інтегрованого компонента силової підготовленості спортсменів у веслуванні академічному.

Наприкінці роботи надано список використаних літературних джерел та додатки.

В цілому, зміст дисертаційної роботи має чітку, логічну побудову, яка повністю відображає шляхи досягнення сформульованої автором мети і виконання поставлених завдань.

Зміст автореферату відповідає основним положенням дисертації та відображує головні положення роботи.

В цілому позитивно оцінюючи дисертацію, слід вказати **на деякі зауваження і дискусійні положення:**

1. На наш погляд, доцільно було б використати термін «Вдосконалення спеціальної фізичної підготовки...» в назві розділу 3 і вказати рівень кваліфікації спортсменів, адже мова йде про висококваліфікованих веслярів, які вже мають певний досвід спеціальної фізичної підготовки.

2. При використанні терміну «стартовий розгін 500 м» коректніше було б вказувати кількість гребків та клас човна, адже в різних класах човнів спортсмени подолають різну дистанцію, а саме стартовий розгін відбувається протягом 100-150 м дистанції.

3. На рис. 4.2 необхідно було б уточнити співвідношення засобів загальної, допоміжної та спеціальної фізичної підготовки силової спрямованості у мезоциклах.

4. В програмі фізичної підготовки слід уточнити, чим відрізняється розвиток силової витривалості з використанням ергометра Concept Dyna» і розвиток силової витривалості з використанням ергометра «Concept II»?

5. У тексті дисертації є технічні та редакційні помилки.

В цілому, зроблені зауваження не мають принципового значення і не знижують позитивної оцінки наукової праці.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.

За актуальністю, науковою новизною отриманих результатів та практичною значущістю дисертаційна робота **Чжао Дуна на тему «Підвищення спеціальної роботоздатності спортсменів у веслуванні академічному шляхом удосконалення силової витривалості»** відповідає вимогам п.11 Порядку присудження наукових ступенів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 24 липня 2013 року № 567 (зі змінами), а її автор заслуговує присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 - олімпійський і професійний спорт.

Офіційний опонент:

кандидат наук з фізичного
виховання та спорту,
старший викладач кафедри
водних видів спорту
Придніпровської державної
академії фізичної культури і
спорту



О.С. Омельченко

Підпис Омельченко О.С. засвідчую
начальник відділу кадрів



Н.І. Дем'янова

*Директор з
науково-дослідної діяльності*



Г.В. Москаленко

Відгук отримано 12.11.2020 р.
Відгук