

ВІДГУК

офіційного опонента – кандидата педагогічних наук, професора Сосіної В.Ю. на дисертаційну роботу Блажко Наталії Андріївни на тему «Моделювання фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменок у черліденгу», представлену на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт

Актуальність теми. Аналіз тенденцій розвитку сучасних техніко-естетичних видів спорту свідчить про різке зростання вимог до змагальних програм спортсменів, а також якості та артистичності їх представлення на змаганнях різного рангу. Специфічні особливості вищевказаних видів спорту, вимоги правил змагань, постійне зростання складності змагальних композицій, їх видовищність і оригінальність – усе це пред'являє підвищені вимоги до процесу підготовки спортсменів. Черліденг – є одним з молодих, але надзвичайно привабливих техніко-естетичних видів спорту, який, з одного боку, об'єднав у собі позитивні риси техніко-естетичних видів спорту, з другого, - має свої власні напрацювання, правила змагань, органічно поєднує в собі елементи шоу і танцювального мистецтва. Конкуренція на світовій арені, різноманіття дисциплін черліденгу, зацікавленість видом спорту, посилена увага до складання змагальних композицій та виступів спортсменів України на змаганнях найвищого рівня вимагає постійного пошуку раціональних шляхів удосконалення тренувального процесу. Спостерігається зацікавленість науковців і практиків щодо процесу підготовки спортсменів у черліденгу, методики розвитку фізичних якостей, підведення спортсменів в стані оптимальної готовності до головних змагань.

Відомо, що результативність змагальної діяльності залежить від рівня оволодіння технікою змагальних вправ, а також від прояву гнучкості, координації, статичної та динамічної рівноваги, спеціальної витривалості, сили,

що можливо лише на основі раціонально організованого процесу підготовки спортсменів з урахуванням вимог виду спорту.

Безумовно, відсутність науково обґрунтованих рекомендацій щодо раціональної побудови процесу фізичної підготовки з урахуванням особливостей обраного виду спорту, не може не вплинути на ефективність процесу підготовки, особливо, якщо мова йде про етап попередньої та спеціалізованої базової підготовки, коли формується база для подальшої ефективної роботи спортсменів.

У процесі виконання дисертаційної роботи Блажко Н.А. розробляє і експериментально обґрунтовує програму фізичної підготовки спортсменок 8-10 і 11-12 років, які займаються черліденгом. В основу розробленої програми покладено пріоритетний розвиток та удосконалення провідних фізичних якостей, які впливають на результативність змагальної діяльності спортсменів-черлідерів, шляхом визначення модельних характеристик фізичної підготовленості в дисципліні чер-данс-джаз команда. Для реалізації мети роботи автор розробляє навчально-тренувальні заняття з використанням засобів спеціальної фізичної підготовки, розрахованих на 42 тижні, у яких передбачено розвиток різних показників силових якостей.

Одним з цікавих напрямків роботи слід визнати спробу моделювання фізичної, технічної, хореографічної та акробатичної підготовленості спортсменок 8-12 років в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням специфіки змагальної діяльності виду спорту. Розроблені модельні характеристики було впроваджено в тренувальну діяльність спортсменок для оцінювання приросту показників в тестах.

Усе вищеперераховане вимагає нових підходів до організації навчально-тренувального процесу спортсменів, які займаються черліденгом. Нажаль, сформованої системи знань щодо управління підготовкою спортсменів в черліденгу, пріоритетності розвитку фізичних якостей, виведення спортсменів на пік готовності на головних змаганнях на сучасному етапі розвитку спортивної науки недостатньо. Це й свідчить про актуальність, своєчасність, теоретичне і практичне значення обраної дисертанткою теми дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами, планами.

Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016 – 2020 рр. за темою 2.11 «Статодинамічна стійкість, як основа технічної підготовки тих, хто займаються спортивними видами гімнастики» (№ державної реєстрації 0116U001612), та Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021 – 2025 рр. за темою 2.10 «Раціоналізація тренувального процесу у спортивних видах гімнастики (№ державної реєстрації 0121U108308). Внесок дисертанта, як співвиконавця теми, полягав у розробці та обґрунтуванні моделей фізичної підготовленості спортсменок у черліденгу з урахуванням сучасних тенденцій розвитку змагальної програми, розробці та впровадження тренувальних занять силового спрямування.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у тому, що вперше:

- ✓ обґрунтовано підхід до моделювання та розроблено модельні характеристики фізичної, технічної, хореографічної та акробатичної підготовленості спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням специфіки змагальної діяльності виду спорту;
- ✓ визначено значущість видів підготовки, характерні особливості фізичної підготовленості спортсменок в командній дисципліні чер-данс-джаз команда;
- ✓ систематизовано технічні дії та елементи виконавської майстерності й хореографії, які демонструють спортсменки в змагальній діяльності в черліденгу;
- ✓ розроблено та визначено ефективність тренувальних занять з фізичної підготовки спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда на основі використання елементів спортивної акробатики, хореографії і з урахуванням їх взаємодії в команді та індивідуальних особливостей;
- ✓ вивчено та доповнено дані щодо змагальної діяльності в різних дисциплінах черліденгу та в дисципліні чер-данс-джаз команда, особливостей підготовки в складно-координаційних видах спорту;

- ✓ дістали подальшого розвитку дані щодо моделювання підготовленості спортсменів в складно-координаційних видах спорту та черліденгу;
- ✓ підтверджено значущість силової підготовки в командних дисциплінах черліденгу.

Практичне значення одержаних результатів полягає в застосуванні розробленої програми, у якій представлено запропоновані навчально-тренувальні заняття з фізичної підготовки спортсменок 8-12 років в дисципліні чер-данс-джаз команда, з урахуванням їх взаємодії в команді та індивідуальних особливостей.

Запропоновані модельні характеристики підготовленості кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда, що дало змогу здійснити моніторинг стану спортсменок, своєчасно вносити корективи в їх підготовку та підвести команду в стані оптимальної готовності до запланованих змагань.

Результати досліджень було впроваджено в навчальний процес кафедри спортивних видів гімнастики Національного університету фізичного виховання і спорту України під час проведення дисципліни «Теорія і методика викладання обраного виду спорту» на 2-му та 3-му курсах (листопад 2021 р.), читання лекцій тренерам Центру підвищення кваліфікації та перепідготовки НУФВСУ (листопад 2021 р.), про що свідчать відповідні акти. Результати досліджень апробовано і впроваджено в практику підготовки спортсменок СК з черліденгу “Lviv angels” (червень 2022 р.).

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна. Достовірність ефективності розробленої Блажко Н.А. програми фізичної підготовки в черліденгу з акцентом на розвиток силових якостей з урахуванням особливостей змагальної діяльності обумовлені актуальністю проблеми, забезпечені достатньою джерельною базою дослідження, теоретичним, методологічним і експериментальним рівнем проведених досліджень.

Дисертантка використала:

1. Теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та мережі Інтернет, який проводився з метою виявлення актуальності теми роботи, теоретичного обґрунтування мети та завдань роботи. Проведено аналіз особливостей підготовки спортсменок у техніко-естетичних (складно-координаційних) видах спорту, в т. ч. черліденгу, вивчено проблему планування тренувальних занять та моделювання підготовленості спортсменок.

2. Опитування (анкетування) тренерів з черліденгу дало змогу з'ясувати думку тренерів різної кваліфікації стосовно питання значущості видів підготовки спортсменів у цьому виді спорту, особливостей змагальної діяльності, важливості елементів змагальної композиції, провідних фізичних якостей, тестів для контролю стану спортсменок.

3. Аналіз протоколів всеукраїнських змагань (2019-2022 рр.) в командних дисциплінах, відеоаналіз 20 змагальних композицій дозволив виявити певні закономірності та особливості командної роботи, музикального супроводу, та елементів хореографії та складності.

4. Педагогічні методи роботи - педагогічне спостереження, педагогічний експеримент та тестування спортсменок, які займаються черліденгом, проводились для аналізу матеріалів, отриманих в результаті досліджень тренувальної та змагальної діяльності спортсменок-черлідерів, визначення ефективності розроблених тренувальних занять силового спрямування та їх впливу на динаміку підготовленості спортсменок в команді. Педагогічне тестування проводилося для оцінювання загальної та спеціальної фізичної підготовки, технічної, хореографічної та акробатичної підготовки з метою визначення динаміки показників підготовленості спортсменок після впровадження програми тренувальних занять силового спрямування.

5. Метод моделювання було застосовано з метою визначення модельних характеристик підготовленості спортсменок в 8-10 та 11-12 років в черліденгу з дисципліни чер-данс-джаз команда в номінації Данс, для оцінювання впливу впровадження програм тренувальних занять силового спрямування та динаміки рівня підготовленості.

6. Метод експертних оцінок дозволив виявити думки експертів щодо значущості видів підготовки та пріоритетності фізичних якостей спортсменок в черліденгу. Для оцінки узгодженості думок використовувався коефіцієнт конкордації Кендалла (W). Його значимість перевірялася за критерієм узгодження Пірсона — χ^2 - критерієм на рівні значущості $p < 0,05$, рангового дисперсійного аналізу Фрідмана.

7. Для коректного опрацювання отриманих результатів дослідження використовувалися методи математичної статистики.

Достовірність наукових положень обґрунтована достатньою тривалістю проведення досліджень (з 2018 по 2022 рр.), адекватним плануванням досліджень і обробкою одержаних матеріалів методами математичної статистики при достатній мірі вірогідності.

Оцінка змісту дисертації, її завдання в цілому і основних положень дисертації. Дисертаційна робота викладена державною мовою на 221 сторінках тексту комп'ютерного набору, складається з анотацій, вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних літературних джерел, додатків. Усього використано 197 джерел наукової та спеціальної літератури. Робота ілюстрована 39 таблицями й 24 рисунками.

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, вказано на зв'язок роботи з науковими планами й темами, сформульовано мету й завдання дослідження, визначено об'єкт, предмет, описано методи дослідження, розкрито наукову новизну і практичну значущість дисертаційної роботи, подано інформацію про особистий внесок здобувача та апробацію результатів дисертаційної роботи.

У **першому розділі** «Сучасні погляди на підготовку спортсменок в індивідуальних та командних змаганнях з черліденгу» розкрито особливості змагальної діяльності спортсменів у складно-координаційних видах спорту, зокрема у черліденгу, подано характеристику змагальних дисциплін у цьому виді спорту. Черліденг містить в змагальній програмі елементи художньої гімнастики, силової акробатики та хореографії, однак він має певні відмінності

та особливості, що полягають у композиційному вирішенні змагальних програм, кількості учасників у команді (від 8 до 20), наявності різних номінацій для оцінювання. У цьому розділі автор роботи дає коротку характеристику побудови змагальних програм у інших складно-координаційних видах, підкреслюючи особливості їх побудови у черліденгу. Крім того приділено увагу особливостям фізичної підготовки та моделюванню фізичної підготовленості спортсменок у складно-координаційних видах спорту та черліденгу.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» обґрунтовано й описано методи дослідження, представлено батарею рухових тестів і контрольних вправ для оцінювання показників загальної та спеціальної фізичної та технічної підготовленості, а також подано відомості про контингент спортсменів, які брали участь у дослідженні, описано організацію дослідження. У хронологічній послідовності викладені три етапи проведення досліджень.

У третьому розділі «**Дослідження змагальної діяльності кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються у черліденгу, та фізичних якостей, що впливають на результативність виступу команди**» подані відомості щодо змагальної діяльності спортсменів, що спеціалізуються у в різних дисциплінах черліденгу. Зокрема розглянуто особливості побудови і зміст змагальних композицій, тривалість музичного супроводу у двох номінаціях Чер і Данс. Наголошено на необхідність включення елементів складності різних структурних груп, що суттєво впливає на суддівську оцінку і враження від виступу команди. Показано значення елементів хореографії, а також виразності та артистичності їх виконання у змагальній програмі спортсменів. Виявлено, що результативність виступу команди залежить від низки чинників, серед яких вікова група, рівень складності, техніка виконання елементів, музикальність, оригінальність, стиль виконання та контакт з глядачами тощо.

За даними експертного опитування та аналізу практичного досвіду визначено значущість компонентів підготовки спортсменок у черліденгу в номінації Данс, та їхній вплив на змагальний результат. Отримані дані свідчать про пріоритетність технічної, музично-ритмічної, силової, координаційної та

хореографічної підготовки. Визначено арсенал технічних дій, характерний для індивідуальних і командних дисциплін черліденгу в номінації Данс. Крім того визначено значущість показників, що характеризують музикально-ритмічну, хореографічну підготовку, провідні фізичні якості та їх компоненти в черліденгу в номінації Данс та в дисципліні «чер-данс-джаз команда».

У четвертому розділі **«Обґрунтування підходу до моделювання фізичної підготовленості спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда та розробка програми занять силового спрямування»** обґрунтовано підхід до моделювання фізичної підготовленості спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда. До модельних характеристик, що відображають фізичну підготовленість спортсменок, було віднесено: координаційну підготовленість, гнучкість, силові якості та витривалість. На основі попередніх досліджень розроблено програму занять силової спрямованості для спортсменок 8-12 років в дисципліні чер-данс-джаз команда, яка розрахована на 42 тижні, включає комплекси силових вправ різної спрямованості, що забезпечує ефективне виконання змагальної композиції. Результати порівняльного педагогічного експерименту свідчать про позитивну динаміку в групах спортсменок 8-10 р. і 11-12 р., яка спостерігалась за всіма показниками у підсумковому тестуванні загальної та спеціальної фізичної, хореографічної й акробатичної підготовленості.

У п'ятому розділі **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** подається обговорення результатів досліджень, де одержані дані узагальнено та інтегровано в систему знань щодо доцільності використання розробленої програми фізичної підготовки з акцентом на розвиток силових якостей спортсменок у черліденгу, що необхідно для оптимізації тренувального процесу. В основу розробленої програми покладено визначення модельних характеристик фізичної підготовленості в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням особливостей змагальної діяльності. У результаті проведеного дослідження сформульовано наукові положення трьох рівнів новизни, а саме: ті, що підтверджують, доповнюють, розширюють та отримані вперше.

Загальні висновки в основному відповідають завданням дисертаційного дослідження. В цілому, зміст дисертації свідчать про достатній рівень підготовленості дисертантки, володіння методикою дослідження, творчий підхід до обраної проблеми, що й дозволило їй обґрунтувати наукову розробку теми та розв'язати основні дослідницькі завдання.

У дисертаційній роботі Блажко Н.А. зібрано достатній цифровий матеріал, який представлено у таблицях і рисунках, що свідчить про вміння автора не тільки аналізувати отримані дані, але й використовувати його у практичній роботі.

Повнота викладення основних результатів в опублікованих наукових працях. Результати проведених досліджень висвітлені автором в наукових публікаціях. Зокрема, за темою дисертації опубліковано в 14 наукових праць, з них 3 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 стаття у періодичному науковому виданні Чорногорії, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q3); 8 публікацій апробаційного характеру; 2 публікації додатково відображають наукові результати дисертації. У публікаціях, що підготовлені у співавторстві, чітко вказано авторський внесок. У наукових публікаціях автора у повній мірі відображено основні положення дисертації, а також не виявлено порушення академічної доброчесності.

Основні теоретичні і практичні положення дисертаційної роботи оприлюднено на XII-XIV Міжнародних наукових конференціях молодих учених «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2019-2021), міжнародному науковому конгресі «Sport. Olimpism. Sănătate» (Кишинев, Молдова, 2020), II-V Всеукраїнській електронній науково-практичній конференції з міжнародною участю «Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії» (Київ, 2019-2022), щорічних науково-практичних конференціях кафедри інноваційних та інформаційних технологій у фізичній культурі і спорті Національного університету фізичного виховання і спорту України (2019–2021), кафедри кіберспорту та інформаційних технологій Національного університету фізичного виховання і спорту України (2022).

Недоліки дисертації щодо їх змісту та оформлення. Разом з тим, у дисертаційній роботі Н.А. Блажко присутні окремі недоліки та дискусійні положення, які потребують додаткової аргументації та відповідних уточнень:

1. Автор роботи проводить дослідження на юних спортсменках 8-10 і 11-12 років, називаючи їх кваліфікованими. Що є підставою вважати, що в цьому віці спортсменки вже є кваліфікованими, чи виконали вони відповідні розрядні нормативи, які дають змогу присвоїти їм такий статус? Може у даному випадку краще говорити про етап підготовки.

2. С. 55. З тексту не зрозуміло, як використовувався метод моделювання, як визначалися модельні характеристики, яким чином вони розроблялися для різних видів підготовленості спортсменок. Якщо це робилося на основі тестування 20 дівчат 8-12 років і опитування 5 експертів, тоді ці характеристики вимагають більш детального підтвердження для того, щоби присвоїти їм титул «модельних».

3. У підрозділі 3.1 представлено аналіз правил змагань і опис побудови змагальних композицій у черліденгу. Цей підрозділ, так само як і таблиці 3.1 – 3.6, а також рисунки 3.1 – 3.7 свідчать скоріш про опис і графічну інтерпретацію правил змагань з черліденгу. Наскільки доречно давати такий опис в експериментальному розділі.

4. С. 89. Не зрозуміло, чому координаційні здібності визначались у сукупності з хореографічною підготовленістю, хоча існує спеціальний окремий підрозділ роботи «Музично-ритмічні і координаційні здібності» (табл. 3.11-3.13), де подані результати тестування саме координаційних здібностей.

5. Розділ 2, підрозділ 2.1.4. Під час опису тестування бажано було би конкретно описати тести для оцінювання різних сторін підготовленості спортсменок разом з оцінкою за їх виконання. Наприклад, незрозуміло за допомогою яких тестів і яким чином відбувалося оцінювання показників статичної і динамічної сили, силової витривалості тощо; які показники виконання тестів були покладені в основу виставлення бальних оцінок, за якими

критеріями виконувалися знижки і т. д. Припускаємо, що для проведення і організації процедури тестування це необхідно було подати у розділі 2.

6. С. 115 – «Варіанти колового тренування з використанням спеціальних силових вправ». Не зрозуміло, яким чином можна виконати вправи методом колового тренування, якщо їх в комплексах різна кількість (6, 10, 6, 7). Тобто всі спортсменки одночасно на 6 станціях виконують вправи для однієї м'язової групи (варіант 1)? Чи по одній вправі для різних м'язових груп на 4 станціях?

7. Для визначення ефективності розробленої програми фізичної підготовки спортсменок з акцентом на розвиток силових якостей в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням особливостей змагальної діяльності бажано було би представити контрольні групи спортсменок 8-10 і 11-12 років. Відомо, що заняття за будь-якою програмою протягом 42 тижнів призведе до зростання будь-яких показників. Тому для обґрунтування ефективності того або іншого варіанту програми вимагає наявності контрольної групи.

8. Приведені комплекси вправ (с.113-139), рекомендовані автором, краще було би подати у додатках або у практичних рекомендаціях.

9. В дисертаційній роботі присутні стилістичні та термінологічні помилки, редакційні неточності, помилки перекладу.

Перераховані недоліки та зауваження носять дискусійний характер, суттєво не впливають на науковий і методологічний рівень дисертації, не знижують її загальної позитивної оцінки та спрямовані на подальше вдосконалення творчих здібностей здобувача.

Висновок про відповідність дисертації встановленим чинним вимогам. Дисертаційна робота Блажко Наталії Андріївни на тему «**Моделювання фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменок у черліденгу**» має достатнє теоретичне й практичне значення, є самостійним завершеним науковим дослідженням, яке за своїм змістом, новизною і практичною цінністю результатів відповідає вимогам 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) і 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 р. № 44 (із змінами, внесеними згідно з Постановою Кабінету Міністрів України № 341 від 21.03.2022), а її автор заслуговує присудження наукового ступеня доктора філософії (PhD) за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» галузь знань 01 «Освіта/ Педагогіка».

Офіційний опонент кандидат педагогічних наук,
професор, завідувач кафедри хореографії та
мистецтвознавства Львівського державного
університету фізичної культури ім. І. Боберського.

 В.Ю. Сосіна

Проректор з наукової роботи та зовнішніх зв'язків
Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського
кандидат біологічних наук, професор



Вовканич