

РЕЦЕНЗІЯ

завідувача кафедри водних видів спорту
Національного університету фізичного виховання і спорту України,
доктора наук з фізичного виховання і спорту,
професора **Дяченка Андрія Юрійовича**
на дисертаційну роботу Блажко Наталії Андріївни
«Моделювання фізичної підготовленості кваліфікованих
спортсменок у черліденгу»,
що подана на здобуття ступеня доктора філософії
з галузі знань 01 Освіта/Педагогіка,
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Актуальність проблеми дослідження. В сучасному спорті особливу увагу до себе привертають види спорту, що поєднують в собі спорт і мистецтво. Вдосконалення підготовки і підготовленості в цих видах спорту вимагає застосування спеціального підходу з урахуванням особливих вимог демонстрації артистичної та хореографічної майстерності спортсменів. Ускладнює вирішення питань підготовки той факт, що кожний вид спорту, який поєднує спорт і мистецтво, відзначається оригінальною структурою змагальної діяльності, відповідно біомеханічною і темпо-ритмовою структурою рухів, функціональним забезпеченням спеціальної працездатності. До цієї категорії має відношення черліденг, який відзначається високим рівнем психоемоціонального супроводу, потребує артистичних і хореографічних навичок. Реалізація технічної майстерності проходить в умовах високого темпу, вимагає синхронних дій членів команди, точності виконання рухів в умовах збільшення напруги навантаження і розвитку специфічної втоми.

Все це значно ускладнює можливості переносу ефективних засобів і методів фізичної підготовки з видів спорту, що поєднують спорт і мистецтво, і потребує розробки оригінального методичного підходу до вдосконалення фізичної підготовленості відповідно цільовим настановам змагальної діяльності в черліденгу.

Спеціальна наукова і науково методична література не надає певні наукові і науково-методичні дані, щодо визначення спеціалізованої спрямованості спеціальної фізичної підготовки в черліденгу, розробки високоспеціалізованих тренувальних засобів і методів, спрямованих на формування і реалізацію структури спеціальної підготовленості спортсменок.

Але сучасні наративи розвитку черліденгу формують чітке розуміння того, що робота зі спортивними командами, клубами, федераціями для виконання специфічних завдань популяризації виду спорту трансформувалася у вид спорту, змагання команд за програмами, підготовленими за спеціальними правилами. Одночасно зі зростанням популярності збільшилася кількість престижних змагань, значно зросла конкуренція на внутрішній та міжнародній арені. Це значною мірою сприяло збільшенню напруги спортивної боротьби, і, як наслідок, вимог до рівня фізичної готовності спортсменів.

Таким чином, склалося певне протиріччя між запитом функцій, які забезпечують розвиток виду спорту та його забезпеченням. Насамперед йдеться про необхідність застосування сучасної фізичної підготовки, спрямованої на формування готовності спортсменок до ефективного виконання змагальної роботи.

Шлях вдосконалення підготовки, який вибрала Наталія Андріївна, ґрунтується на сучасному методичному підході, який передбачає взаємозв'язок контролю, оцінки і специфічної інтерпретації його результатів з моделюванням підготовки і підготовленості спортсменів як передумови побудови тренувального процесу на командному й індивідуальному рівні.

Саме дисертаційне дослідження присвячено оптимізації тренувального процесу спортсменок у командній дисципліні чер-данс-джаз команда шляхом визначення особливостей підготовки в черліденгу, тестів та показників, що дозволяють здійснювати моніторинг стану спортсменок протягом тренувальної і змагальної діяльності, розробки програми фізичної

підготовки, модельних характеристик підготовленості з урахуванням специфіки роботи в команді та складності змагальної композиції.

Все це робить дослідження актуальним, спрямованим на вдосконалення важливого компонента підготовленості і, як наслідок на розвиток самого виду спорту.

У зв'язку з цим не викликає сумніву те, що тема дисертації Блажко Наталії Андріївни «Моделювання фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменок у черліденгу» є актуальною і своєчасною, має практичне і теоретичне значення.

Мета, завдання, наукова новизна відповідають цільовим настановам дисертаційної роботи. Методи дослідження ґрунтуються на комплексі тестів, які були підібрані відповідно до структури фізичної підготовленості в черліденгу. Змістові характеристики тестових завдань дозволяють реєструвати специфічні кількісні і якісні показники фізичної підготовленості. Засоби моделювання підготовки і підготовленості дозволяють визначити рівень фізичної підготовленості, обґрунтувати специфічні тренувальні засоби і можливості їх системного використання на загальному і синергічному рівні.

Взагалі треба відзначити той факт, що структура дослідження являє собою цілісний алгоритм реалізації цільових настанов дослідження. Зокрема: виявлення кількісних і якісних модельних характеристик фізичних якостей у спортсменок, які спеціалізуються в черліденгу; визначення зв'язку між спеціальною працездатністю і ефективністю змагальної діяльності; розроблення модельних параметрів тренувальних навантажень, які застосовуються відповідно до результатів тестування фізичної підготовленості. Найбільш значущим результатом дослідження є характеристики наявності достатньо високого рівня прояву фізичних якостей, який забезпечує високий командний рівень спеціальної працездатності і проявів специфічних компонентів майстерності спортсменок.

Також треба відзначити практичне значення отриманих результатів дослідження, які можуть бути використані для розробки індивідуальних

критеріїв спеціальної працездатності, які відповідають вимогам командної і загальної підготовленості в черліденгу; командного розвитку специфічних рухових якостей і індивідуальної корекції тренувального процесу кваліфікованих спортсменок.

Головним результатом дослідження є визначення модельних параметрів фізичної підготовленості і відповідні параметри фізичної підготовки, які є передумовою спроможності спортсменок в умовах напруженої змагальної діяльності виконувати певні технічні дії на тлі підвищеного психоемоційного стану, проявів артистичної і хореографічної майстерності.

За результатами досліджень автором було визначено структуру змагальної діяльності спортсменок, що спеціалізуються у черліденгу в номінаціях Чер та Данс, в індивідуальних та командних дисциплінах. У номінації Данс змагальна вправа відрізняється відсутністю акробатичних елементів, стантів, пірамід, кричалок. Проте обов'язковим є використання помпонів всіма членами команди. Хореографія базується на основних рухах черліденгу. Відмінністю є також наявність у змагальній вправі рухів та музикальних фрагментів різних танцювальних стилів, як джаз, хіп-хоп, фанк, поп, реп, контемп. У номінації Данс акцент роблять на динаміку виконання композиції та складність переходів від одного елемента до іншого, синхронність дій усіх членів команди. Обов'язковими елементами змагальної вправи в номінації Данс є: піруети, шпагати, махи, чер-стрибки та ліп-стрибки.

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. В індивідуальних та командних дисциплінах точність відтворення заданого музичного відрізка, точність відтворення заданих параметрів руху є найбільш статистично значущими. Думки експертів узгоджені, що дозволяє

використовувати отримані результати в подальших дослідженнях при розробленні модельних характеристик підготовленості.

Обґрунтовано підхід до моделювання фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда, моделювання фізичної підготовленості розглядалося як нормативна характеристика рівня готовності спортсменок на зазначеному відрізку часу. Побудова модельних характеристик була спрямована на визначення основних напрямів удосконалювання підготовленості, встановлення оптимальних рівнів розвитку різних її сторін у спортсменок, а також зв'язки між ними. Розроблені модельні характеристики дозволили визначити напрями орієнтації підготовки в командній дисципліні чер-данс-джаз команда.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. 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 впровадженні тренувальних занять силового спрямування.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації. У представленій дисертаційній роботі відповідно до теми дослідження на основі сучасних наукових підходів обґрунтованість наукових положень, висновків і рекомендацій визначено використанням адекватних методів дослідження, наявністю достатньої кількості кваліфікованого контингенту, визначенням

спеціалізованих підходів до дослідження відповідно до віку і кваліфікації спортсменок.

Досягнення мети дослідження – розробити програму фізичної підготовки з акцентом на розвиток силових якостей та модельні характеристики фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням особливостей змагальної діяльності для оптимізації тренувального процесу вирішувалося завданнями:

1. Виявити сучасні погляди щодо особливостей змагальної діяльності і фізичної підготовки спортсменів, моделювання у складно-координаційних видах спорту та черліденгу за даними літератури, мережі Інтернет та практичного досвіду.

2. Здійснити аналіз змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів, що спеціалізуються у черліденгу в різних дисциплінах та визначити технічний арсенал дій, провідні фізичні якості та їх компоненти.

3. Обґрунтувати підхід до моделювання та розробити модельні характеристики фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням специфіки змагальної діяльності.

4. Розробити програму занять з фізичної підготовки силового спрямування кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда та перевірити її ефективність.

Новизна отриманих даних полягає в тому, що:

- визначено значущість видів підготовки та фізичних якостей, характерні особливості фізичної підготовленості спортсменок у командній дисципліні чер-данс-джаз команда;
- систематизовано технічні дії та елементи виконавської майстерності й хореографії, які демонструють кваліфіковані спортсменки в змагальній діяльності в черліденгу;

- обґрунтовано підхід до моделювання та розроблено модельні характеристики фізичної, технічної, хореографічної та акробатичної підготовленості кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням специфіки змагальної діяльності виду спорту;
- розроблено та визначено ефективність тренувальних занять з фізичної підготовки кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда на основі використання елементів силової акробатики, хореографічного танцю і з урахуванням їх взаємодії в команді та індивідуальних особливостей;
- визначено 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.

Практична значущість досліджень пов'язана з реалізацією розроблених тренувальних занять фізичної підготовки кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда з урахуванням їх взаємодії в команді та індивідуальних особливостей.

Практичні рекомендації, розроблені в ході роботи, запропоновані для використання тренерами з черліденгу. Результати досліджень було впроваджено в навчальний процес кафедри спортивних видів гімнастики Національного університету фізичного виховання і спорту України при викладанні дисципліни «Теорія і методика викладання обраного виду спорту» на 2-му та 3-му курсах (листопад 2021 р.) при читанні лекцій тренерам вищої кваліфікації Центру підвищення кваліфікації та перепідготовки НУФВСУ (листопад 2021 р.), про що свідчать відповідні акти. Отримані дані можуть бути використані тренерами з черліденгу, що істотно підвищить ефективність спортивної підготовки. Результати досліджень апробовано і впроваджено в практику підготовки спортсменок з

черліденгу спортивного клубу з черліденгу “Lviv angels” (червень 2022 р.), про що свідчать відповідні акти.

Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях. Основні результати проведеного дисертаційного дослідження представлено у наукових журналах, матеріалах науково-практичних конференцій міжнародного та всеукраїнського рівня. Наукові роботи автора опубліковані за участю співавторів. Особистий внесок здобувача у спільно опублікованих наукових працях полягає у визначенні напрямку дослідження, аналізі спеціальної літератури за темою дослідження, його організації та проведенні, статистичному аналізі та інтерпретації отриманих результатів, підготовці матеріалів до друку.

За темою дисертації опубліковано 14 наукових праць, з них 3 статті у фахових виданнях України, 1 стаття у періодичному науковому виданні Чорногорії, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q3); 8 публікацій апробаційного характеру; 2 статті, що додатково відображають наукові результати дисертації.

Оволодіння здобувачем методологією наукової діяльності. Проведені дослідження гуртуються на сучасній методології наукових досліджень в галузі фізичної культури і спорту, а саме сучасної методології теорії спорту, теорії і методики підготовки спортсменів в видах спорту, які поєднують в собі спорт і мистецтво.

У першому розділі «Сучасні погляди на підготовку спортсменок в індивідуальних та командних змаганнях з черліденгу» автором проаналізовано стан досліджуваної проблеми. У розділі дисертант доводить наявність проблеми, актуальність теми для проведення досліджень. Аналіз науково-методичної літератури свідчить про тенденцію до пошуку напрямів оптимізації підготовки спортсменів в різних видах спорту. Визначено, що у складно-координаційних видах спорту змагальна діяльність обумовлена правилами та містить спеціальні вправи з елементами технічної складності, хореографію і музикальну композицію. Шляхи вирішення проблеми

ґрунтуються на основі реалізації структури «контроль фізичної підготовленості – моделювання підготовленості – моделювання підготовки».

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» відповідно до мети та завдань дослідження розкрито методологію досліджень, обґрунтовано використання методів дослідження, описано організацію дослідження і контингент випробуваних.

У третьому розділі «**Дослідження змагальної діяльності кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються у черліденгу, та фізичних якостей, що впливають на результативність виступу команди**» дисертантом визначено структуру змагальної діяльності спортсменок, які спеціалізуються у черліденгу в номінаціях Чер та Данс, в індивідуальних та командних дисциплінах. На цій підставі обґрунтовано цільову спрямованість спеціальної фізичної підготовки в черліденгу, розроблені кількісні і якісні характеристики провідних рухових якостей спортсменок, які спеціалізуються в номінаціях Чер та Данс.

У четвертому розділі «**Обґрунтування підходу до моделювання фізичної підготовленості спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда та розробка програми занять силового спрямування**» автором обґрунтовано підхід до моделювання фізичної підготовленості і підготовки кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз команда. Моделювання фізичної підготовленості розглядалося як нормативна характеристика рівня готовності спортсменок на зазначеному відрізку часу, умовою застосування експериментальної програми фізичної підготовки на загальному і синергічному рівні.

Впровадження програми занять силового спрямування в процесі підготовки кваліфікованих спортсменок в дисципліні чер-данс-джаз показало їх високу ефективність, що свідчило про підвищення рівня підготовленості за всіма показниками.

У п'ятому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**» викладено загальний аналіз результатів дослідження.

Обґрунтовано підхід до моделювання фізичної підготовленості, підгрунтям якого слугували системний та комплексний підхід, що дозволяло розглядати моделювання фізичної підготовленості в сукупності з іншими сторонами підготовки спортсменок, як можливості комплексного аналізу технічних дій, хореографії, музикальної майстерності, які безпосередньо пов'язані з проявом фізичних якостей та їх компонентів. Модельні характеристики виступали інструментарієм оцінки стану спортсменок, критерієм ефективності управління та контролю за тренувальним процесом спортсменок та елементом вибору варіантів корекції рівня підготовленості.

Робота також містить додатки, де відображені акти впровадження результатів, подано анкети.

У цілому позитивно оцінюючи дисертацію Блажко Н.А., слід відзначити **деякі зауваження, побажання і дискусійні питання:**

1. Ви пропонуєте усереднену модель загальної фізичної підготовленості спортсменок у черліденгу з дисципліни чер-данс-джаз для 8–10 років та 11–12 років. Чому ви зробили такий поділ за віком? І як це враховувалося в роботі команди?

2. Ваша програма була розрахована на 42 тижні, що є достатньо великою за тривалістю. Чим була обумовлена така тривалість? Була можливість скоротити блоки силової підготовки? Чи це обумовлено віком спортсменок 8–12 років?

3. Здобувач доводить ефективність запропонованої програми шляхом порівняльного аналізу змін показників протягом різних тестувань і результатів змагань. Цікаво було б проаналізувати збільшення балів за кожний блок змагальної композиції, зменшення помилок тощо.

4. У роботі зустрічаються стилістичні та орфографічні помилки.

Однак слід зазначити, що ці питання не знижують актуальності, новизни та практичної значущості дисертаційної роботи та не впливають на її загальну високу позитивну оцінку.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.

Дисертаційна робота Блажко Наталії Андріївни «Моделювання фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменок у черліденгу» має достатнє теоретичне й практичне значення, є самостійним завершеним науковим дослідженням, де висвітлено нові наукові результати, що в сукупності дозволяють розв'язати важливу наукову проблему. За актуальністю порушеної проблеми, новизною отриманих результатів та практичним значенням дисертаційна робота Блажко Наталії Андріївни 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.), а її автор заслуговує присудження йому ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Рецензент:

доктор наук з фізичного виховання і спорту,
професор, завідувач кафедри
водних видів спорту
Національного університету
фізичного виховання і спорту України



А. Ю. Дяченко

Підпис Дяченка А. Ю. засвідчую:

Вчений секретар Національного університету
фізичного виховання і спорту України



Г. С. Машеренкова