

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу

ДОВГОДЬКО ІВАНА ВІКТОРОВИЧА

«Стимуляція спеціальної роботоздатності веслувальників високої кваліфікації в період безпосередньої підготовки до змагань»,

що представлена в спеціалізовану вчену раду Д 26.829.01

Національного університету фізичного виховання і спорту України на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

Актуальність теми. Одне з ключових питань сучасного спорту – управління підготовкою спортсмена для забезпечення безперервного зростання результатів. Аналіз сучасних тенденцій розвитку циклічних видів спорту засвідчив використання тренувальних навантажень великого обсягу й інтенсивності, що часто призводить до перевтоми і передчасного завершення спортивної кар'єри. Ефективне управління тренувальним процесом дозволить спортсмену досягти максимального результату в найкоротші терміни з мінімальною напругою, уникнути травматизму і продовжити спортивну кар'єру. У світлі вищесказаного, звертає на себе увагу той факт, що багато провідних фахівців як минулих років, так і теперішнього часу, справедливо вказували на велике значення для майбутньої спортивної майстерності спортсменів у веслуванні академічному всебічній індивідуалізації навчально-тренувального процесу.

Зазначимо, що тема дисертації та її зміст обумовлені суперечностями, які існують в навчально-тренувальному процесі веслярів: надто повільний характер імплементації спортивної парадигми в практику підготовки спортсменів; механічне нарощування обсягу навантаження як способу підвищення його ефективності; відмова визнавати конструктивний характер поліпарадигмального підходу в підготовці спортсменів.

Автор демонструє новий й одночасно досить переконливий підхід до проблеми підвищення ефективності змагальної діяльності спортсменів високого класу на підставі розробки тренувальних прав, занять, та програм їх цільового використання в період безпосередньої підготовки до головного

змагання в веслуванні академічному. Досить цінними є ідеї дослідника, щодо необхідності диференційованого і комплексного застосування тренувальних занять стимулюючої спрямованості в залежності від тривалості змагального мікроциклу у веслуванні академічному.

Важливість, складність і взаємозв'язок зазначених проблем потребують застосування нових підходів до їх вирішення. Враховуючи вищенаведене, відмітимо, що тему комплексного дослідження І.В. Довгодько, спрямованого на підвищення спеціальної роботоздатності кваліфікованих веслярів на етапі безпосередньої підготовки до змагань, слід вважати безперечно актуальною, а обраний ним напрям – перспективним.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Актуальність дисертаційного дослідження підтверджує і факт її виконання в межах науково-дослідної роботи, що проводиться Національним університетом фізичного виховання і спорту України, відповідно до Плану НДР НУФВСУ на 2016-2021 р.р. за темою «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. Результати здійсненого аналізу дисертаційної роботи І.В. Довгодько дозволяють стверджувати про фундаментальність дослідження і відповідність спеціальності 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт.

Обґрунтованість та достовірність результатів дослідження обумовлені сукупністю теоретичного та методологічного апарату; аналізом сучасних підходів до вирішення проблеми; організацією експериментальної роботи з використанням комплексу методів дослідження, адекватних об'єкту і предмету, меті і завданням дисертаційного дослідження; тривалим характером дослідно-експериментальної роботи; поєднанням кількісного та якісного

аналізу; репрезентативністю одержаних результатів і позитивним ефектом від впровадження. Отже, наукові положення мають достатній рівень обґрунтованості результатами досліджень, які визначили безумовну новизну, відповідну достовірність, висновки аргументовані експериментальними даними, мають теоретичне та практичне значення та об'єктивність рекомендацій.

Використаний дисертантом комплекс методів є відповідним проблематиці дослідження і сучасним вимогам до кваліфікаційних робіт рівня дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту.

Наукова новизна полягає в розробці: системного підходу до реалізації етапу безпосередньої підготовки веслярів високого класу в якості інтегрованого компонента системи спортивної підготовки до головного змагання; програми фізичної підготовки, що спрямована на формування і реалізацію структури функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслярів; засобів спеціальної підготовки з урахуванням спеціалізованої спрямованості етапу безпосередньої підготовки до змагання. Також вперше обґрунтовано умови реалізації спеціального потенціалу веслярів в процесі безпосередньої підготовки до змагань.

У процесі дослідження І.В. Довгодько отримали подальший розвиток наявні теоретичні положення системи підготовки кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному щодо доцільності підвищення спеціалізованої спрямованості тренування.

Здобувачем доповнено дані про структуру функціональних можливостей з урахуванням засобів та методів стимулювання спеціальної роботоздатності веслярів на етапі безпосередньої підготовки до головного змагання.

В дисертаційній роботі підтверджено дані про провідну роль спеціальної фізичної підготовки в системі вдосконалення функціонального забезпечення

спеціальної роботоздатності кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному.

Основні положення дисертації викладені в 7 наукових працях, з них 5 опубліковано у фахових виданнях України, три з яких включено до міжнародної наукометричної бази; 2 публікації апробаційного характеру.

У публікаціях, виконаних у співавторстві, здобувачеві належить у виявленні проблеми, здійсненні дослідження, інтерпретації результатів дослідження та формулюванні висновків.

Практичне значення отриманих результатів полягає в розробці тренувальних засобів, що спрямовані на підвищення спеціальної роботоздатності веслярів при підготовці до головних змагань, і склали змістовну основу програми підготовки веслярів в передзмагальному мезоциклі етапу безпосередньої підготовки до змагання.

Розробка та впровадження у практику запропонованої програми тренувальних занять, спрямованих на підвищення спеціальної роботоздатності кваліфікованих веслярів на етапі безпосередньої підготовки до змагань, дозволить озброїти тренерів і спортсменів необхідною вичерпною інформацією і на цих засадах оптимізувати навчально-тренувальний процес у веслуванні академічному. Результати досліджень дали змогу розширити наявні знання в області теорії і практики підготовки спортсменів у системі багаторічного удосконалення в циклічних видах спорту.

Основні положення дисертаційної роботи стали підґрунтям при викладанні курсу загальної теорії підготовки спортсменів, теорії й методики тренування в обраному виді спорту у закладах вищої освіти спортивного профілю, а також у системі підвищення кваліфікації спортивних працівників. Дисертація має практичне значення, оскільки її головні результати впроваджено в навчально-тренувальний процес збірної команди України, що підтверджено відповідним актом.

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Дисертаційна робота, яка викладена на 216 сторінках, супроводжується 16 таблицями й 23

рисунками, має методичний, науково-теоретичний й прикладний аспекти, та складається з анотацій, умовних позначень, вступу, семи розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку використаних джерел (231 – наукова та спеціалізована література, з них 96 – англійською мовою) і додатків. Оцінюючи ступінь обґрунтованості наукових досліджень, сформульованих у дисертації І.В. Довгодько, які відображають концептуальну позицію автора, слід зазначити, що значною мірою означене забезпечується структурою роботи, що засвідчена співмірністю розділів, логікою викладу матеріалу, наявністю ємних висновків автора в кожній структурній її частині, використанням професійної термінології, наявністю додатків і практичних рекомендацій тощо.

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми, вказано на зв'язок з науковими програмами, планами, темами, науково коректно сформульовано мету, яка корелює з темою, та конкретизується у відповідних завданнях та етапах, окреслено об'єкт, предмет роботи, обґрунтовано наукову новизну та визначено практичну значущість, висвітлено особистий внесок автора та дані щодо апробації результатів. Загальні висновки повністю відповідають завданням дослідження.

До позитивних наробок дисертаційної роботи І.В. Довгодько необхідно віднести досконале вивчення теоретичних засад проблеми. Так, у першому розділі **«Актуальні проблеми побудови етапу безпосередньої підготовки висококваліфікованих веслувальників»** представлені та детально проаналізовані матеріали, що розкривають як особливості сучасної змагальної діяльності, так і побудови етапу безпосередньої підготовки у веслуванні академічному. Також звернута увага на обмежену кількість обґрунтованих засобів і методів спортивної підготовки, принципів їх програмного застосування в мікро- і мезоструктурах етапу безпосередньої підготовки до змагань.

Дисертантом досить вдало вказано на науково-прикладну проблему, пов'язану із протиріччям між специфікою структури тренувального процесу

веслувальників та закономірностями протікання адаптаційних реакцій в процесі вдосконалення функціонального забезпечення їх спеціальної роботоздатності.

Аналізуючи широке коло джерел, автор дає підстави стверджувати, що на сьогодні зроблено низку важливих висновків щодо складності пошуку єдиного системного підходу до підвищення функціональних резервів, і їх реалізації в процесі спортивної підготовки веслувальників високого класу.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** описано комплекс методів дослідження, наведено обґрунтування доцільності їх використання, представлений порядок проведення основних етапів дисертаційного дослідження.

У роботі застосовувалися такі методи: аналіз і узагальнення даних спеціальної літератури та мережі Інтернет, практичний досвід роботи провідних фахівців у галузі фізичної культури і спорту; аналіз змагальної діяльності; педагогічні спостереження; природний педагогічний експеримент; методи математичної статистики. Робота виконана на сучасному рівні з використанням інформативних ергометричних і хронометричних методів оцінки спеціальної роботоздатності веслувальників, фізіологічних методів дослідження (вимір лактату крові, вимір ритму серця, частоти серцевих скорочень).

Дані представлені у третьому розділі **«Обґрунтування спеціалізованої спрямованості тренувального процесу в період підготовки до головних змагань»** дали змогу окреслити уявлення про макроцикл підготовки до головного змагання сезону як цілісної структури, де зниження або збільшення ефективності одного з компонентів призводить до якісних змін усієї структури. Автор стверджує, що зміст тренувальних занять веслувальників у передзмагальному мезоциклі на етапі безпосередньої підготовки до змагань виконує роль системоутворювального чинника, визначає структуру етапу підготовки, а також та упорядковує його системно.

Відповідно, взаємозв'язок підготовки та підготовленості веслувальників сприяє реалізації цілісної структури макроциклу.

Крім того, узагальнено дані щодо структури функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності і спрямованості спеціалізованих впливів у залежності від цільових установок спортивного тренування протягом річного макроциклу. Автор визначає, що інтенсифікація тренувального процесу, при реалізації потужності аеробного енергозабезпечення, повинна відбуватися за рахунок вибору режимів анаеробної роботи за умови активізації реакції кардіореспіраторної системи. Окрім цього, І.В. Довгодько обґрунтовано спеціальні засоби тренування, що спрямовані на реалізацію наявного функціонального потенціалу спеціальної роботоздатності і розробки методичного підходу для їх програмного використання в системі передзмагальної підготовки спортсменів у веслуванні академічному. Таким чином, для забезпечення раціональної побудови тренувальних навантажень і використання їх у процесі передстартової підготовки, виникла необхідність застосування саме системних принципів теорії спорту.

Зміст четвертого розділу **«Стимуляція роботоздатності і відновлювальних реакцій в ударних мікроциклах веслувальників високого класу»** присвячено апробації нових і вдосконалених методичних підходів у різних структурних сегментах спортивної підготовки, у зв'язку з дійсно актуальною проблематикою, що становить науковий інтерес в силу наявності ряду недостатньо розглянутих окремих її аспектів. Отже, автор наголошує на відсутності спеціалізованих засобів для корегування вегетативного балансу, напруженості і рівня активності регуляторних систем, нейродинамічних властивостей і функціонального стану організму в період формування мобілізаційного потенціалу веслувальників у процесі безпосередньої підготовки до змагання, що посприяло можливості застосування комплексу позатренувальних впливів.

Наявність, обґрунтованих І.В. Довгодько шляхів раціонального планування тренувального процесу на етапі безпосередньої підготовки, дало змогу представити комплекс позатренувальних впливів, що спрямовано на стимуляцію відновлювальних реакцій і функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності, який був частиною системного підходу до раціонального застосування тренувальних і позатренувальних засобів єдиної цільової спрямованості у відповідності з цільовими установками етапу безпосередньої підготовки до головного змагання сезону. Отже, на думку автора, в період післядії тренувальних навантажень стимулюються анаболічні процеси, під впливом позатренувальних і тренувальних засобів формуються тренувальні ефекти.

У процесі пошуку оптимального вирішення питань побудови тренувального процесу, вибору відповідних засобів і методів, здійснення апробації компонентів і цілісної структури підготовки досліднику вдалось оцінити ефективність запропонованих підходів, скорегувати їх зміст, час і місце в системі періодизації спортивної підготовки, визначити можливості їх інтеграції в систему передзмагальної підготовки четвірки парної до головного змагання сезону.

П'ятий розділ **«Структура безпосередньої підготовки до чемпіонату світу екіпажу четвірки парної»** спрямований на визначення особливості та відмінностей від традиційно сформованих у веслуванні академічному підходів щодо основних принципів періодизації. Здійснено ретроспективний аналіз моделей періодизації для визначення системи і структури планування етапів підготовки. Також виявлені організаційно-змістовні особливості побудови передзмагального етапу підготовки, провідні характеристики морфофункціональних, швидкісно-темпових і технічних показників веслувальників, що обумовлюють успішність змагальної діяльності.

При розробці системи вдосконалення спеціальної витривалості веслувальників високого класу автором апробована програма, яка направлена на розвиток певного компонента або двох компонентів спеціальної

роботоздатності. Вважаємо за позитивним виділення автором наступних принципів: структура етапу безпосередньої підготовки до головного змагання сезону сформована щодо одноциклового планування макроциклу протягом року; виділено провідні компоненти функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслувальників; підібрані комплекси позатренувальних впливів, які спрямовані на стимуляцію роботоздатності і відновних реакцій; сформовані спеціалізовані ефекти функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності веслувальників на початкових відрізках змагальної діяльності, в середині дистанції і в процесі розвитку стомлення.

У шостому розділі **«Кількісні і якісні характеристики навантаження в тренувальних заняттях на етапі безпосередньої підготовки до змагань»** схарактеризовано заключний цикл підготовки до головного змагання сезону. Автором подано структуру етапу безпосередньої підготовки до головного змагання екіпажу четвірки парної, окреслені вимоги щодо диференціації засобів та методів підготовки за їх значущістю. Привертає увагу їх різноманітність, обґрунтованість та кількість опрацьованого матеріалу.

Вважаємо за позитивним теоретико-методичне підґрунтя авторських планів підготовки веслувальників високого класу, котрі знайшли свою реалізацію у відповідній системі, в якій результат визначається неоднозначною за кількістю та якістю сукупністю характеристик, що постійно зазнають модифікацій та оновлення.

Експериментальна перевірка розроблених спеціально-підготовчих, змагальних і відновлювальних заходів для цілеспрямованого розвитку спеціальних фізичних можливостей і швидко-темпових характеристик висококваліфікованих веслувальників із метою підвищення їх технічної майстерності довела свою ефективність (збільшилася спеціальна працездатність веслувальників, потужність роботи на початку дистанції, працездатність в умовах розвитку втоми, що дозволило збільшити

середньоергометричну потужність роботи, знизити час подолання дистанції, збільшити час стійкого стану спеціальної роботоздатності).

Обговорення підсумків проведених досліджень засвідчено у цьому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**», і побудовано за загальноприйнятою структурою та змістом, де підсумовано результати, висвітлено дискусійні питання із зазначенням відмінностей одержаних результатів від відомих раніше, окреслено важливі теоретичні і практичні питання та перспективи подальших досліджень.

Виявлено та сформульовано наукові положення трьох рівнів новизни (уперше, удосконалено, набули подальшого розвитку).

Сформульовані здобувачем **висновки** є обґрунтованими та логічними, відзначаються деталізацією та наявністю відповідних науково-методичних та причинно-наслідкових зв'язків, у повній мірі відображають результати проведеного дослідження, засвідчують відповідність вирішення мети та поставлених завдань.

Робота також містить **додатки**, де відображені список публікацій здобувача за темою дисертації; акти впровадження результатів; дані про апробацію результатів дисертаційного дослідження.

Загалом дисертаційна робота Івана Вікторовича Довгодько «Стимуляція спеціальної роботоздатності веслувальників високої кваліфікації в період безпосередньої підготовки до змагань» й автореферат написані науковою українською літературною мовою, характеризуються єдністю мети, завдань, змісту та висновків, що свідчить про особистий внесок здобувача в науку. Наведені ідеї та розробки, що належать співавторам або іншим авторам і критичний аналіз наукових поглядів, мають посилання на відповідні джерела.

Автореферат розкриває основний зміст виконаного дослідження і отриманих результатів, висвітлених у дисертаційній роботі.

Дискусійні положення, недоліки та зауваження. У процесі рецензування дисертації не виявлено принципових недоліків, які б суперечили встановленим вимогам.

Разом із тим, слід відзначити зауваження, які носять скоріше рекомендаційний та дискусійний характер:

1. У вступі наявні посилання на статистичні данні 2007-2009 років. На нашу думку вони є не зовсім актуальними оскільки швидкість проходження дистанції могла значно змінитися. Хотілось би почути аргументацію автора з приводу обраних джерел.

2. Не дотримана тектоничність рисунків 3.1, 3.2, 5.6-5.8.

3. Рисунок 4.1 та таблиця 4.4 фактично дублюють подану інформацію. Рекомендовано обмежитися одним.

4. Бажано об'єднати 3 і 4 та розділ 5 і 6, у зв'язку з однаковим змістовим наповненням.

5. У розділі 6 (стор. 148) автором при аналізі спеціальної роботоздатності веслувальників у процесі моделювання дистанції 2000 м прогнозується рівний хід і такий же виражений фінішний спурт. Тобто прогноз виступає як частину планування. Було б доцільно зазначити цю складову окремо й у моделі, оскільки під плануванням загальноприйнято розуміють планування саме втручання.

6. У тексті дисертації зустрічаються орфографічні, стилістичні та редакційні помилки.

У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:

1. На стор. 71 розділу 3 наполягається на актуальному напрямку досліджень такому, як «...зміст тренувальних занять і їх композицій в системі передстартової підготовки...». Що мав на увазі автор під цим висловом?

2. На стор. 90 розділу 4 при описі особливостей підібраних вправ запропоновані ті, які формують високу сумарну аферентацію від м'язів. Чому обрано саме ці вправи?.. Хіба не зворотна аферентація слугує додатковою ланкою рефлексу?

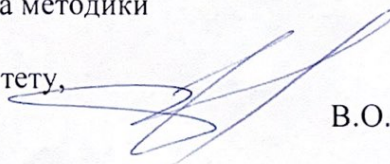
У цілому, зазначені зауваження не зменшують теоретико-практичного значення отриманих результатів дисертаційної роботи, і не впливають на загальну позитивну оцінку.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.

Резюмуючи результати дослідження та беручи до уваги зміст автореферату, можна стверджувати, що дисертація Івана Вікторовича Довгодько «Стимуляція спеціальної роботоздатності веслувальників високої кваліфікації в період безпосередньої підготовки до змагань» є самостійною, завершеною науково-дослідницькою роботою, що розв'язує важливу науково-прикладну проблему, відповідає вимогам п. 11 «Порядку присудження наукових ступенів», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 567 від 24.07.2013 р. (зі змінами, внесеними з постанови Кабінету Міністрів України №656 від 19.08.2015 р., № 1159 від 30.12.2015 р. і № 567 від 27.07.2016 р.), а її автор заслуговує присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту зі спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт.

Офіційний опонент:

доктор наук з фізичного виховання і спорту,
професор, професор кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту
Запорізького національного університету,
Заслужений тренер України



В.О. Тищенко

Підпис В.О. Тищенко засвідчує
Вчений секретар
Запорізького національного університету
кандидат філологічних наук, опонент



О.А. Проценко