

## ВІДГУК

офіційного опонента – доктора наук з фізичного виховання та спорту, професора Тищенко Валерії Олексіївни на дисертаційну роботу Хуан Цзицзянь «Програмування режимів тренувальних занять кваліфікованих веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м», подану до захисту на здобуття наукового ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Проблема дослідження програмування режимів тренувальних занять кваліфікованих веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м, є досить актуальною з кількох причин. По-перше, веслування на дистанції 1000 м є однією з найбільш важливих дисциплін у спорті веслування. Веслувальники, які спеціалізуються на цій дистанції, повинні мати відповідну фізичну підготовку, техніку та ментальну стійкість для досягнення успіху на змаганнях. По-друге, програмування режимів тренувальних занять є ключовим елементом успішної підготовки веслувальників. Відповідна програма тренувань може допомогти підвищити фізичну форму, покращити техніку веслування, зменшити ризик травм та збільшити мотивацію веслувальників до досягнення високих результатів. По-третє, програмування тренувальних занять веслувальників на дистанції 1000 м потребує індивідуального підходу до кожного веслувальника залежно від його фізичних здібностей та технічної майстерності. Тому дослідження різних режимів тренувань може допомогти тренерам та веслувальникам визначити оптимальну програму тренувань для досягнення максимальних результатів. Отже, проблема дослідження програмування режимів тренувальних занять кваліфікованих веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м, має велике значення для подальшого розвитку спорту веслування та досягнення високих спортивних результатів.

Дослідження проводилося відповідно до теми 2.9 «Побудова тренувального процесу висококваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються у водних видах спорту з урахуванням вимог змагальної діяльності» «Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр.» (№ державної реєстрації 0116U001614), та відповідно до теми 2.4 «Сучасні

технології управління тренувальними та змагальними навантаженнями у підготовці кваліфікованих спортсменів у водних видах спорту» (№ державної реєстрації 0121U108251), згідно з Планом науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021–2025 рр.

Основні положення, висновки дисертації обґрунтовані достатньою тривалістю та кількістю якісно проведених досліджень із коректною математично-статистичною обробкою отриманих емпіричних даних, аналізом здобувачем достатньої кількості сучасних праць за темою дослідження (253 джерела науково-спеціалізованої літератури, з яких – 137 іноземних). Автором дисертації чітко окреслені мета та завдання дослідження, чітко сформульовані об'єкт і предмет дослідження, схарактеризовано застосовані методи. Особливо варто відмітити, що завдання дослідження, положення наукової новизни та висновки дисертації є логічно взаємопов'язаними. Результати досліджень отримані автором особисто. Дисертаційна робота Хуан Цзицзянь є оригінальною науковою працею, яка виконана на належних методичному та теоретичному рівнях. Робота має послідовну та логічну структуру, є комплексним і завершеним науковим дослідженням. Зміст роботи та багатогранність висвітленої проблеми свідчать про високий рівень наукової компетентності автора.

У дисертаційній роботі Хуан Цзицзянь сформульовано й обґрунтовано ряд положень, висновків і пропозицій, які відзначаються науковою новизною та мають практичну спрямованість. Наукові положення сформульовані автором самостійно та містять у собі важливий науковий внесок у розвиток спортивної науки та спорту в цілому. Питання новизни є одним із дискусійних і складних, тому відзначемо вміння автора визначати новизну свого наукового результату, особистий внесок у збагачення знань. Отже, виділено три рівні наукової новизни результатів дослідження. Таким чином, перетворення відомих даних, докорінна їх зміна Хуан Цзицзянь призвела до розширення сучасних уявлень щодо програмування режимів тренувальних занять кваліфікованих веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м. Так,

уперше встановлені особливості спеціальної працездатності, реакції кардіореспіраторної системи й енергозабезпечення роботи кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються на дистанції 1000 м у веслуванні на байдарках та у веслуванні на каное; науково обґрунтовано зміст програми тренувальних занять з веслування на байдарках і каное на основі моделювання режимів навантаження у процесі подолання змагальної дистанції 1000м, та експериментально перевірено її ефективність. Розширення, доповнення відомих даних призвело до подальшого розвитку відомостей щодо характеристик спеціальної працездатності, реакції кардіореспіраторної системи й енергозабезпечення роботи веслувальників в умовах подолання змагальної дистанції 1000 м з урахуванням сучасних тенденцій контролю та оцінювання ефективності функціонального забезпечення спеціальної працездатності спортсменів у веслуванні на байдарках і каное. Також доповнені дані про зміст програмування як елемента системи управління тренувальним процесом веслувальників. Усі наукові положення, з урахуванням досягнутого ними рівня новизни, створили теоретичну основу вирішеної в дисертаційному дослідженні проблеми.

Основні положення дисертаційного дослідження викладено у 9 наукових працях, з яких 6 – опубліковані у фахових виданнях України; 2 статті – у періодичному науковому виданні, які проіндексоване у базі даних Scopus (Q2), 1 стаття – у періодичному науковому виданні, які проіндексоване у базі даних Scopus (Q3); 2 праці – апробаційного характеру. У спільних публікаціях Хуан Цзицзянь належать пріоритети в аналізі, описі, організації, формуванні напрямків досліджень, теоретичному узагальненні, в обговоренні фактичного матеріалу тощо.

Відбулася апробація результатів дисертації на XIII Міжнародній науковій конференції «Молодь і олімпійський рух» (м. Київ, 2020); XIV Міжнародній науковій конференції «Молодь і олімпійський рух» (м. Київ, 2021); XV Міжнародній науковій конференції «Молодь і олімпійський рух»

(м. Київ, 2022); науково-методичних конференціях кафедри водних видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України.

До позитиву безумовно відносимо застосування основних положень у практиці підготовки кваліфікованих спортсменів. Зокрема, у тренувальний процес веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м на байдарках і каное Китайської народної республіки. Також впровадження у навчальний процес кафедри водних видів спорту НУФВСУ при викладанні курсу дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту (веслувальний спорт)» для студентів 4 курсу; у навчальний процес Центру підвищення кваліфікації спортивних працівників і перепідготовки НУФВСУ.

Дисертаційна робота Хуан Цзицзянь «Програмування режимів тренувальних занять кваліфікованих веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м» має логічну структуру, що відповідає вимогам і відображає концептуальну позицію автора, та складається з анотації (українською й англійською мовами), списку публікацій здобувача за темою дослідження, переліку умовних скорочень, вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку використаних джерел і додатків.

Загальний обсяг дисертації становить 217 сторінок, з них 156 – основного тексту. Робота містить 2 рисунки, 25 таблиць.

У вступі обґрунтована актуальність проблеми, висвітлено зв'язок теми дисертації із сучасними напрацюваннями шляхом критичного аналізу з окресленням сутності наукової проблеми, визначено мету, об'єкт, предмет, грамотно й коректно поставлені завдання, для розв'язання яких застосовано комплекс оптимальних методів науково-педагогічного дослідження, сформульована наукова новизна, практична значущість одержаних результатів, особистий внесок автора у спільних наукових працях та наведені дані щодо їх апробації.

Перший розділ «Програмування режимів тренувальних занять кваліфікованих веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м як наукова проблема» присвячений теоретичним засадам сучасного стану

функціонального забезпечення спеціальної працездатності веслувальників на байдарках і каное на дистанції 1000 м, причинам формування специфічних ефектів адаптації до роботи, взаємним впливом вправ, які виконуються в різних моторних (енергетичних) режимах. Автором відображено важливість науково-технічного підходу до тренування веслувальників, зокрема використання спеціалізованого обладнання для моніторингу та аналізу фізичних показників під час тренування.

Проведений Хуан Цзицзянь аналіз надав змогу обґрунтувати важливе наукове-прикладне завдання щодо розробки програм тренувальних занять, які враховують особливості спеціальної працездатності, реакції кардіореспіраторної системи й енергозабезпечення роботи, тобто визначити співвідношення аеробних та анаеробних процесів в енергозабезпеченні при виконанні роботи різної тривалості з максимальною інтенсивністю по часу їх виконання кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються на дистанції 1000 м у веслуванні на байдарках і каное, встановити основні тенденції в тренуванні веслувальників. Зосереджена увага на необхідності врахування того, що за допомогою різноманітних вправ на початку формується функціональна система, яка потім буде обмежуватися неспецифічними проявами, що не дозволить досягти тих показників, які не були використовувалися при її формуванні.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» описано методи дослідження (аналіз і узагальнення спеціальної літератури; педагогічні спостереження; педагогічний експеримент; інструментальні методи досліджень: ергометрія, газоаналіз, пульсометрія, біохімічні методи), обґрунтовано доцільність їх використання. Також представлено відомості про вибірку учасників дисертаційного дослідження (38 (18 спортсменів-байдарочників та 20 спортсменів-каноїстів) членів збірної команди провінцій Шандун і Дзянши (КНР)) і порядок проведення основних етапів дисертаційного дослідження. Розкрито особливості констатувального та перетворювального педагогічних експериментів. Обґрунтовано застосування

методів математичної статистики для опрацювання експериментальних даних й інтерпретації отриманих здобувачем результатів.

Третій розділ «Характеристика особливостей спеціальної працездатності, реакції кардіореспіраторної системи й енергозабезпечення роботи в умовах подолання змагальної дистанції 1000 м, як передумова розробки програм тренувальних занять для кваліфікованих спортсменів у веслуванні на байдарках і каное» містить результати констатувального експерименту, під час проведення якого, автором підібрані спеціальні тести, обґрунтовані кількісні і якісні характеристики оцінки спеціальної працездатності й функціональних можливостей веслувальників. Основні результати, що представлені Хуан Цзицзянь, вказали на відмінності характеристик компенсації втоми спортсменів, які спеціалізуються на дистанції 1000 м у веслуванні на байдарках і каное. Крім того, обґрунтовані відмінності та особливості функціонального забезпечення спеціальної працездатності спортсменів, які спеціалізуються дистанції 1000 м у веслуванні на байдарках і каное.

У четвертому розділі «Оцінка ефективності застосування програм тренувальних занять спеціалізованої спрямованості у процесі підготовки кваліфікованих спортсменів у веслуванні на байдарках та каное» подано характеристику розроблених різних програм тренувальних занять, що мали спеціалізовану спрямованість на покращення результатів на дистанції 1000 метрів, на основі отриманих даних за результатами попереднього розділу, які мали на меті покращення ефективності тренування та досягнення більш високих результатів спортсменів. Описано характеристики особливостей спеціальної працездатності, реакції кардіореспіраторної системи та енергозабезпечення роботи веслувальників на байдарках і каное.

Автором успішно досліджено різні методи тренувального процесу та розроблено нові, більш ефективні методи для досягнення кращих результатів на дистанції 1000 м. Крім того, вказано на важливість індивідуалізації тренувального процесу у тренуванні веслувальників. Здійснено порівняння

ефективності програм тренувальних занять на основі різних показників результативності кваліфікованих спортсменів у веслуванні на байдарках та каное. Запропоновано моделі втягувального, ударного, відновлювального, контрольно-підготовчого мікроциклів для кожної з 3 груп спортсменів-веслувальників і 3 груп спортсменів-каноїстів. Розглянуто вплив тренувальних програм на такі показники, як аеробна та анаеробна спроможність, а також техніка веслування, інтенсивність тренувальних занять і їх взаємозв'язок з результативністю кваліфікованих веслувальників на змаганнях. Отримані результати наукової роботи Хуан Цзицзянь засвідчили про повне виконання мети та завдань дослідження, достовірність основних теоретичних і методичних положень.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» зіставлені основні результати дослідження, що отримані Хуан Цзицзянь, з даними науково-методичної літератури за темою дослідження. На підставі цього виявлено отримано та висвітлено наукові положення трьох рівнів новизни: доповнені дані, набули подальшого розвитку та вперше.

За результатами проведених досліджень здобувачем сформульовані загальні висновки, які розкривають основні результати проведеного експерименту, повною мірою розкривають вирішення завдань дисертаційної роботи.

Дисертація Хуан Цзицзянь також має практичне значення, оскільки автором запропоновано практичні рекомендації щодо покращення тренувального процесу веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м, які можуть бути корисними для тренерів та спортсменів, які працюють у цій галузі.

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

Дисертаційне дослідження написано сучасною українською мовою із адекватним застосуванням термінів і понять, орфографічно та стилістично

витримані, характеризуються єдністю мети, завдань, змісту та висновків, що свідчить про особистий внесок здобувача в науку. Хуан Цзицзянь добре володіє та вільно висвітлює науковий матеріал. Характер і стиль оформлення дисертації повністю відповідають загальним вимогам.

У дисертаційному дослідженні Хуан Цзицзянь відсутні порушення академічної доброчесності. Наукова праця містить результати власних досліджень. Наведені ідеї та розробки, що належать співавторам чи іншим авторам або критичний аналіз наукових поглядів, мають посилання на відповідні джерела.

Дисертаційне дослідження виконано на належному науковому рівні, проте окремі положення мають дискусійний характер та потребують корекції чи уточнень.

1. Потребує уніфікації використання окремих термінів і висловлювань, що представлені у дисертації. Зокрема у роботі зустрічаються «чоловіки – байдарка» та «чоловіки – каное»; «спортсмен-веслувальник», «спортсмен-каноїст»; «спортсмен-байдарочник»; «формувальний педагогічний експеримент», «констатувальний педагогічний експеримент», «перетворювальний педагогічний експеримент», «перетворюючий педагогічний експеримент».

2. Після якого блоку тестів відбувався забір крові проведений на 3 та 5 хвилині відновного періоду? У таблиці 2.1 наведені дані лише про забір крові, що проводився на 5 та 7 хвилині відновного періоду.

3. Потребує уточнення контингент учасників. У процесі досліджень брали участь спортсмени з веслування на байдарках і каное провінцій Шандун і Дзянши (КНР) (стор. 62) або м. Бейхай, м. Жичжао (стор. 64)?

4. Що мав на увазі автор при описі східчасто-зростаючого навантаження (степ-тест) «Особливості функціональної підготовленості кваліфікованих і особливо висококваліфікованих веслярів на кінетику кардіореспіраторної системи і аеробного енергозабезпечення»?



5. Якого стандартизованого питтєвого та харчового режиму дотримувалися спортсмени під час тестування?

6. Чи можуть запропоновані методи тренування бути застосовані на інших дистанціях? Які можуть бути відмінності у застосуванні їх на інших дистанціях?

7. Потребує уточнення основні висновки щодо механізмів дії запропонованих методів тренування на організм веслувальників на дистанції 1000 м?

8. Які аспекти фізіології веслування на дистанції 1000 м були враховані при розробці програм тренувальних занять?

9. Доцільно, було б посилити переконливість значущості вивчення видів енергозабезпечення, що використовуються під час веслування на байдарках і каное та їх вплив на тривалість й інтенсивність роботи спортсменів?

10. Які практичні використання результатів дослідження в підготовці кваліфікованих веслувальників на байдарках і каное?

11. У дисертації присутні невідповідності вимогам щодо оформлення окремих таблиць, літературних джерел тощо.

12. У тексті дисертації існують лексичні, орфографічні, пунктуаційні помилки.

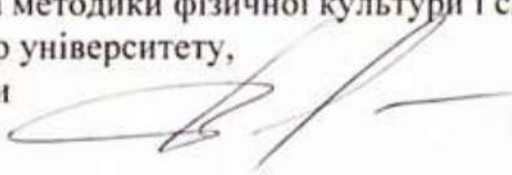
Загалом, зазначені зауваження не зменшують теоретико-практичного значення отриманих результатів дисертаційної роботи.

**Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.**  
Зважаючи на актуальність теми дослідження, його наукову новизну та практичне значення, використання адекватних методів дослідження, обґрунтованості висновків вважаю, що дисертаційне дослідження Хуан Цзицзянь «Програмування режимів тренувальних занять кваліфікованих веслувальників, які спеціалізуються на дистанції 1000 м» є кваліфікаційною науковою працею, яка виконана здобувачем особисто, відповідає вимогам наказу МОН України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження

вимог до оформлення дисертації (зі змінами), «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 12.01. 2022 р. № 44), а її автор Хуан Цзицзянь заслуговує присудження наукового ступеня доктора філософії (PhD) з галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

**Офіційний опонент:**

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



В.О. Тищенко

Підпис Тищенко В.О. засвідчує  
проректор з наукової роботи  
Запорізького національного університету,  
доктор історичних наук, професор



Г.М. Васильчук