

РЕЦЕНЗІЯ

**професора кафедри медико-біологічних дисциплін
Національного університету фізичного виховання і спорту України,
доктора біологічних наук, професора
Ільїна Володимира Миколайовича
на дисертаційну роботу Довгодько Наталії Вікторівни
на тему «Удосконалення спеціальної підготовленості спортсменок високої
кваліфікації на етапі підготовки до головних змагань у веслуванні
академічному», представлену на здобуття ступеня доктора філософії
з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка,
за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт**

Актуальність теми. На сьогоднішній час технологія підготовки спортсменів досягла такого рівня, що без опори на фундаментальні галузі знань функціонування людини у спорті вищих досягнень неможливо побудувати ефективну підготовку спортсменів. У зв'язку з цим все більша увага приділяється фундаментальним біологічним закономірностям пристосування організму людини до фізичних навантажень, становлення спортивної майстерності та підвищення фізичної працездатності спортсмена. У світовій науці через високу практичну значущість зазначених питань відзначається швидкий приріст обсягу досліджень, публікацій, присвячених спортивній біології. Збагачення цих знань та їх розгляд стосовно практики спортивного тренування має велике значення для пошуку резервних можливостей спортсмена при максимальних фізичних навантаженнях. У зв'язку з цим значне місце в даній роботі займає дослідження фізіологічних факторів та пов'язаного з цим формування специфічних проявів реактивних властивостей кардіореспіраторної системи, кінетики газообміну, а також їх зміни при втомі. У такому аналізі дисертантка виходить з того, що в процесі змагальної діяльності специфічні фактори втоми виявляються насамперед через зміну реактивних систем ключових функціональних систем. Причому прояви розвитку кожного з фізіологічних реактивних властивостей визначається як специфікою спортивної діяльності, так і індивідуальними

особливостями спортсмена. Модифікація специфічної структури функціональної підготовленості спортсмена є однією з базових цільових установок процесу спортивного тренування. При цьому така модифікація, особливо у елітних спортсменів, забезпечується на основі індивідуальних особливостей фізіологічної реактивності та рівня їхнього функціонального потенціалу.

Водночас необхідно враховувати, що у сфері високої спортивної продуктивності основним є такі фундаментальні узагальнені явища, як стомлення, відновлення та спеціалізація функціональних можливостей в змагальній діяльності. Одночасно ці явища і поняття, які з них випливають, найбільш близькі до практичної сфери спортивного тренування.

Саме з'ясування проявів певних функціональних механізмів наведеним фізіологічним станам дозволило дисертантці виділити та систематизувати успішні компоненти спортивної підготовки до відповідальних стартів і обґрунтувати шляхи вдосконалення системи підготовки у веслуванні академічному.

Сформованої системи знань щодо вдосконалення змагальної діяльності веслувальників – жінок високої кваліфікації, 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. Дослідження проводилося відповідно до Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. за темою 2.9 «Побудова тренувального процесу висококваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються у водних видах спорту з урахуванням вимог змагальної діяльності» (№ державної реєстрації 0116U001614) та згідно з Планом науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021–2025 рр. за темою 2.4 «Сучасні технології управління тренувальними та

змагальними навантаженнями у підготовці кваліфікованих спортсменів у водних видах спорту» (№ державної реєстрації 0121U108251).

Особистий внесок здобувача у спільних наукових працях. Роль автора, як співвиконавця, полягає у розробці та обґрунтуванні програми тренувальних занять веслувальників – жінок високого класу, які спеціалізуються у веслуванні академічному. На основі моделювання режимів тренувальних навантажень переважно пролонгованого типу веслувальників – жінок високого класу, обґрунтування їх системного застосування розроблено програму спеціальної підготовки на етапі безпосередньої підготовки до головних змагань.

Автором встановлені кількісні і якісні характеристики тренувальних навантажень пролонгованого типу, визначено їх вплив на спеціальну працездатність веслувальників – жінок, екіпажу четвірки парної на етапі підготовки до чемпіонату Європи.

Наукова новизна представленої роботи: новим у роботі видається вперше: розроблена програма тренувальних засобів, спрямованих на підвищення працездатності веслярів на етапі безпосередньої підготовки до змагань на базі оцінки високоспеціалізованих компонентів спеціальної працездатності веслярів; сформовані кількісні і якісні характеристики фізичних навантажень, які закладені в основу тренувальних занять, спрямованих на підвищення працездатності веслярів з урахуванням особливостей функціонального забезпечення працездатності; узагальнено індивідуальний успішний досвід підготовки екіпажу високого класу у веслуванні академічному до головних змагань.

Практичне значення одержаних результатів. В дисертації Довгодько Н. В. розроблено, науково обґрунтовано та експериментально перевірена програма тренувальних занять з веслування академічного на основі пролонгованих режимів тренувальних навантажень, спрямованих на реалізацію структури функціонального забезпечення спеціальної працездатності веслувальників – жінок.

Запропоновані модельні характеристики підготовленості кваліфікованих веслувальників високого класу, які в сукупності формують спеціалізовану спрямованість тренувальних навантажень на основі кількісних і якісних показників функціонального забезпечення змагальної діяльності – швидкої кінетики, стійкого стану і сталого розвитку, компенсації втоми.

Обґрунтований індивідуальний підхід до підготовки екіпажу високого класу у веслуванні академічному до головних змагань.

Представлені в роботі матеріал і висновки, результати дослідження отримані впродовж 2021-2023 років, впроваджені у тренувальний процес кваліфікованих веслувальників – жінок України, що підтверджено відповідним актом впровадження (акт впровадження від 29.09.2023 р.). Представлені в роботі матеріал і висновки використані при викладанні курсу дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» у закладах вищої освіти спортивного профілю, що підтверджено відповідним актом впровадження у навчальний процес кафедри водних видів спорту НУФВСУ (акт впровадження від 12.09.2023 р.). Представлені в роботі матеріали використані у системі підвищення кваліфікації спортивних працівників, що підтверджено відповідним актом впровадження у навчальний процес Центру підвищення кваліфікації та перепідготовки НУФВСУ (акт впровадження від 15.09.2023 р.).

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна. Дисертаційна робота Довгодько Н. В. відповідає паспорту спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», галузь знань 01 «Освіта/ Педагогіка». В ній вирішена важлива проблема теорії і методики спорту вищих досягнень – вдосконалення тренувального процесу висококваліфікованих спортсменок на етапі безпосередньої підготовки до головних змагань.

Результати базуються на достатній кількості експериментального матеріалу, який отриманий з використанням сучасних інформативних методик, що відповідають поставленій меті і завданням дослідження. Правильно обрана стратегія дослідження.

Достовірність наукових положень обґрунтована достатньою тривалістю проведення досліджень (з 2020 по 2023 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 199 сторінках тексту комп'ютерного набору, складається з анотацій, вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних літературних джерел, додатків. Усього використано 167 джерел наукової та спеціальної літератури. Робота ілюстрована 32 таблицями та 3 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.

З огляду літератури «Напрями вдосконалення змагальної діяльності у веслуванні академічному» видно, що в ньому критично висвітлені питання сучасних підходів до вдосконалення змагальної діяльності у веслуванні академічному (підрозділ 1.1). Детально дисертантка зупинилась на ретроспективних, сучасних і перспективних передумовах вдосконалення засобів і методів спеціальної підготовки до змагальної діяльності у веслуванні академічному (підрозділ 1.2). Також було розглянуте проблемні питання вдосконалення функціонального забезпечення змагальної діяльності спортсменів протягом багаторічної підготовки (підрозділ 1.3). Окремо автором проаналізована роль нормативних параметрів функціонального забезпечення змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації у веслуванні академічному (підрозділ 1.4). Здійснено аналіз наукової літератури щодо провідних чинників вдосконалення тренувальних навантажень, спрямованих на розвиток спеціальної працездатності спортсменів у веслуванні академічному

(підрозділ 1.5). Огляд літератури дозволив автору критично узагальнити існуючі наукові положення та вказати на необхідність розробки теоретичних положень, що лежать в основі удосконалення спеціальної підготовленості спортсменок високої кваліфікації на етапі підготовки до головних змагань у веслуванні академічному. Розділ 1 написаний науково і логічне структуровано. Аналіз літературних джерел останніх років і наукових праць, свідчить про актуальність роботи. З огляду літератури простежується критичне ставлення Довгодько Н. В. до цитованих публікацій. Показано, що загальні основи ґрунтуються на теоретичному, емпіричному і практичному фундаменті багаторічної періодизації і досвіду безпосередньої підготовки спортсменів до чемпіонатів світу і Європи, олімпійських ігор. В цьому сенсі наведені можливості функціональних систем визначені, як провідні чинники, які визначають рівень спеціальної готовності спортсменів до змагань. Розкриті шляхи вдосконалення функціонального забезпечення змагальної діяльності спортсменів протягом багаторічної підготовки.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» обґрунтовано й описано методи дослідження, а також подано відомості про контингент спортсменів, які брали участь у дослідженні, описано організацію дослідження. У хронологічній послідовності викладені чотири етапи проведення досліджень.

У дисертації використали наступні методи: емпіричні дослідження, моніторинг змагальної діяльності; ергометричні методи досліджень за допомогою моделювання змагальної діяльності на веслувальному ергометрі «ErgRowing» (Concept II); фізіологічні методи досліджень, спрямовані на визначення провідних компонентів функціонального забезпечення спеціальної працездатності веслувальників, Математичний аналіз даних проводився з використанням методів математичної статистики і факторного аналізу. Для визначення статистичної значущості відмінностей між вибірками, розподіл яких не відповідав нормальному закону, використовувалися непараметричні критерії Манна-Уїтні.

У третьому розділі «**Провідні чинники вдосконалення сучасної системи спеціальної підготовки спортсменів у веслуванні академічному**» проаналізовані головні чинники, які визначають провідні умови реалізації алгоритму вдосконалення спеціальної підготовленості. Вони визначають спроможність екіпажів застосовувати сучасні підходи до побудови тренувального процесу спортсменів високого класу. В першу чергу, мова йде про специфічні основи фундаментальної базової підготовки і функціональну спрямованість спеціальної багаторічної підготовки, що головне на етапі безпосередньої підготовки до головних змагань. Сучасні підходи проаналізовані, систематизовані і представлені в даному розділі (підрозділ 3.1).

В наступному підрозділі наведені результати досліджень визначення провідних компонентів функціонального забезпечення спеціальної працездатності у веслуванні академічному на етапі безпосередньої підготовки до головного змагання річного циклу. За допомогою факторного аналізу виділені найбільш значущі фізіологічні показники спеціальної працездатності в умовах модуляції початкового відрізка дистанції (тест 30 с), стійкого стану і сталого розвитку в умовах ступінчато-зростаючого тесту, в період зростання і компенсації втоми (підрозділ 3.2).

Визначено умови формування змагальної діяльності на основі застосування навантажень пролонгуючого типу у процесі передзмагальної підготовки. Знання певних функціональних критеріїв дало змогу оптимізувати тренувальні навантаження відповідно фізіологічному напруженню і функціональній спрямованості компонентів змагальної дистанції. Систематизовані загальнотеоретичні і експериментальні чинники формування тренувальних навантажень і побудови тренувального процесу (підрозділ 3.3).

У четвертому розділі «**Моніторинг тренувальної і змагальної діяльності веслувальників – жінок на етапі безпосередньої підготовки до головного змагання**» наведені передумови формування сучасної системи підготовки до головних змагань у веслуванні академічному (підрозділ 4.1), результати емпіричних досліджень підготовки екіпажу жіночої четвірки парної до

чемпіонату Європи (підрозділ 4.2) і проаналізована ефективність застосування програми безпосередньої підготовки до головного змагання жіночої четвірки парної з веслування академічного (підрозділ 4.3).

Показано, що сучасна підготовка спортсменів високого класу до головного змагання в веслуванні академічному складається з двох взаємопов'язаних періодів підготовки. Перший період – підготовчий, де вирішуються питання відновлення рухового і енергетичного потенціалу. Провідними чинниками, які визначають спеціалізовану спрямованість тренувального процесу першого періоду, є стимуляція функціональних можливостей і підвищення спеціальної працездатності в порогових точках реакції кардіореспіраторної системи і енергозабезпечення, а саме на рівні аеробного (вентиляційного) і анаеробного (гліколітичного) порогів, розвинення швидкісних і силових якостей спортсменів.

Другий період – етап безпосередньої підготовки до чемпіонату Європи, який пройшов червні 2023, року, на озері Блед в Словенії. Тренувальні заняття в другому періоді, спрямовані на вдосконалення спеціальної працездатності на основі підтримання змагальної швидкості човна, спарингові тренування, змагальну діяльність, дозволили корегувати структуру функціонального забезпечення змагальної діяльності і, як наслідок, структуру змагальної діяльності веслувальників – жінок, які спеціалізуються в четвірці парній.

Ця системи підготовки до головних змагань привела до збільшення спеціальної працездатності, веслувальників – жінок, досягненню індивідуального рекорду швидкості і визначного спортивного результату – завоюванню першого місця на чемпіонаті Європи з веслування академічного.

У п'ятому розділі **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** автор намагається узагальнити результати дослідження викладені у розділах 1, 3 і 4 з інтерпретацією та позицією інших наукових праць стосовно означеної проблеми. Подається обговорення власних результатів досліджень, де одержані дані узагальнено та інтегровано в систему знань щодо доцільності використання розробленої програми тренувальних засобів на основі кількісних і якісних параметрів функціонального забезпечення змагальної діяльності – швидкої

кінетики, стійкого стану і сталого розвитку, компенсації втоми. 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 Довгодько Н. В. 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.

23 Повнота викладення основних результатів в опублікованих наукових працях. Результати проведених досліджень висвітлені автором в наукових публікаціях. Зокрема, за темою дисертації опубліковано 8 наукових праць, з них 4 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України і 4 публікації апробаційного характеру. У публікаціях, що підготовані 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 в матеріалах (в статті) VI Всеукраїнської науково-практичної конференції «Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання спорту і здоров'я людини» (м. Полтава, 2022); в наукових доповідях (тезах) на X Міжнародній науковій конференції «Молодь і олімпійський рух» (м. Київ, 2017); XV Міжнародній науковій конференції «Молодь і олімпійський рух» (м. Київ, 2022); XVI Міжнародній науковій конференції «Молодь і олімпійський рух» (м. Київ, 2023); науково-методичних конференціях кафедри водних видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Недоліки дисертації щодо їх змісту та оформлення. Принципових зауважень щодо дисертації немає. Разом з тим, у дисертаційній роботі присутні й окремі недоліки та дискусійні положення, які потребують додаткової аргументації та відповідних уточнень:

1. В науковій новизні вказано, що вперше узагальнено індивідуальний успішний досвід підготовки екіпажу високого класу у веслуванні академічному до головних змагань, але в висновках цей підхід не відображений.

2. В роботі автор стверджує, що в якості новітнього принципу, який визначає формування тренувальних навантажень і методичну основу побудови тренувального процесу є орієнтація на рекордні показники змагальної діяльності. Було б доцільно більш детально розкрити цей принцип.

3. Доречним було б сформулювати і представити висновок, який розкриває узагальнений алгоритм побудови цілісного макроциклу підготовки до головного змагання, включаючи специфічні характеристики підготовчого і змагального періодів.

4. Безсумнівну наукову та практичну значущість дисертаційної роботи бажано в подальшому підкріпити патентами.

Однак, зазначені зауваження та побажання не впливають на загальну позитивну оцінку рецензованого дослідження, не знижують високого рівня представленої роботи і носять дискусійний характер.

Висновок про відповідність дисертації встановленим чинним вимогам. На підставі здійсненого аналізу можу стверджувати, що за своїми основними параметрами та змістом, актуальністю поставлених питань, рівнем методичних підходів, обсягом проведених досліджень, новизною теоретичних узагальнень дисертаційна робота Довгодько Наталії Вікторівни на тему «Удосконалення спеціальної підготовленості спортсменок високої кваліфікації на етапі підготовки до головних змагань у веслуванні академічному», поданої до захисту на здобуття наукового ступеня доктора філософії є самостійною, завершеною науково-дослідною роботою, а висновки науково обґрунтовані і принципово важливими для спортивної науки в частині розробки програм

тренувальних засобів на основі кількісних і якісних параметрів функціонального забезпечення змагальної діяльності – швидкої кінетики, стійкого стану і сталого розвитку, компенсації втоми. Дисертація Довгодько Наталії Вікторівни 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 наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», галузь знань 01 «Освіта/ Педагогіка».

Рецензент:

доктор біологічних наук, професор,
професор кафедри медико-біологічних дисциплін
Національного університету фізичного виховання
і спорту України

Володимир ІЛЬІН

Підпис Ільїна В. засвідчую:

Проректор з науково-педагогічної роботи
Національного університету фізичного
виховання і спорту України



Ольга БОРИСОВА