

**ВИСНОВОК**  
**ПРО НАУКОВУ НОВИЗНУ, ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ПРАКТИЧНЕ**  
**ЗНАЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ**  
**Попової Світлани Олександрівни**  
**«Підвищення ефективності фізичної підготовки кваліфікованих**  
**танцюристів на основі використання сучасних фітнес технологій»**  
**на здобуття ступеня доктора філософії**  
**з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка**  
**за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

У відповідності до п. 11 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 на кафедрі хореографії і танцювальних видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України 12 грудня 2023 року Поповою Світланою Олександрівною було проведено публічну презентацію наукових результатів дисертації на тему: «Підвищення ефективності фізичної підготовки кваліфікованих танцюристів на основі використання сучасних фітнес технологій» та її обговорення (науковий керівник – кандидат наук з фізичного виховання і спорту Соронович І. М.).

За результатами проведення публічної презентації та обговорення дисертації на засіданні кафедри хореографії і танцювальних видів спорту було прийнято рішення надати здобувачу Поповій С. О. позитивний висновок про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації.

**ВИСНОВОК**

**Актуальність теми дисертації.** Дослідники танцювального спорту виділили кількісні і якісні характеристики тренувальних навантажень, які впливають на розвиток провідних властивостей функціональної підготовленості, а саме швидкої кінетики, стійкого стану і сталого розвитку реакцій в умовах компенсації втоми. В роботах авторів представлено засоби фізичної підготовки, які впливають на розвинення наведених функціональних властивостей. Їх особливою ознакою є суворо детерміновані режими тренувальної роботи. Але, добре відомо що стереотипні вправи переважно циклічного характеру мають обмежені впливи на адаптацію рухового і функціонального потенціалу відповідно вимогам спеціальної працездатності спортсменів-танцюристів. Водночас відзначено явний недолік засобів фізичної підготовки, які сприяють адаптаційним процесам в складних перехідних умовах напруженої змагальної діяльності в танцювальному спорті. Мова йде про засоби, які сприяють розвитку реактивних властивостей нервової і кардіореспіраторної системи, реакції опорно-рухового

апарату. В сучасній літературі вони розглянуті в якості інструменту долання існуючих протиріч між унікальною за структурою і змістом підготовки спортсменів-танцюристів і засобами фізичної підготовки в танцювальному спорті. В цьому сенсі звертають на себе увагу фітнес технології, які формують вагомі передумови успішної демонстрації технічної, артистичної і хореографічної майстерності в умовах фізіологічного напруження тренувальних і змагальних навантажень, характерних для танцювального спорту.

Розробка цієї теми в системі спеціальної фізичної підготовки спортсменів-танцюристів є актуальною в силу того, що науково-обґрунтованих підходів до розробки і застосування програмних модулів фітнес технологій, спрямованих на формування і реалізацію цілісної структури функціонального забезпечення змагальної діяльності представлено вкрай недостатньо.

Представлена до розгляду дисертаційна робота Попової С. О. спрямована на теоретичне та практичне вирішення викладених вище проблем.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано на кафедрі хореографії і танцювальних видів спорту відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2016-2020 рр., згідно з темою кафедри хореографії і танцювальних видів спорту 2.22 «Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих спортсменів в спортивних танцях на сучасному етапі розвитку виду спорту» (номер державної реєстрації 0116U001611) та Плану Науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021-2025 рр., згідно з темою кафедри хореографії і танцювальних видів спорту 2.11 «Управління тренувальними і змагальними навантаженнями кваліфікованих спортсменів у спортивних танцях» (номер державної реєстрації 0121U108969), керівник тем – кандидат наук з фізичного виховання і спорту Соронович І. М.

Роль автора, як співвиконавця, полягає у розробці науково-методичного підходу, спрямованого на обґрунтування програмного використання традиційних і сучасних засобів фітнес технологій в системі фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів-танцюристів. Автором встановлені кількісні та якісні характеристики спеціальної працездатності кваліфікованих спортсменів-танцюристів під впливом програми засобів фітнес технологій.

**Наукова новизна одержаних наукових результатів** полягає в тому, що в роботі:

– вперше обґрунтовано методичні засади використання сучасних фітнес технологій з метою вдосконалення спеціальної фізичної підготовленості танцюристів. Вони ґрунтуються на визначенні функціональної спрямованості провідних компонентів функціонального забезпечення спеціальної працездатності, систематизації спеціалізованих тренувальних засобів з

урахуванням фізіологічного напруження навантаження, темпо-ритмової структури і психо-емоціональної насиченості змагальної діяльності;

– вперше засоби фітнес технологій систематизовані і впроваджені на основі визначення функціональної спрямованості змагальної діяльності спортсменів-танцюристів. Підібрані засоби, спрямовані на розвиток нейродинамічних функцій, реакції кардіореспіраторної системи і опорно-рухового апарату;

– вперше розроблено програму тренувальних засобів на основі засобів фітнес технологій різної спрямованості і оригінального змісту, що сприяють підвищенню ефективності фізичної підготовки і рівня спеціальної підготовленості спортсменів-танцюристів з урахуванням високоспецифічних вимог функціонального забезпечення змагальної діяльності спортсменів-танцюристів в стандартній (європейській) програмі;

– вперше обґрунтовано можливості комплексного і диференційованого застосування спеціалізованих модулів відповідно цільовим настановам тренувального процесу впродовж річного циклу підготовки;

– підтверджувальними є дані про специфіку функціонального забезпечення спеціальної працездатності і рівень фізіологічного напруження змагальних навантажень, які забезпечують високий рівень демонстрації артистичної і хореографічної майстерності в варіативних умовах змагальної діяльності, високого темпу і розвинення втоми;

– підтверджувальними є дані про традиційні і сучасні фітнес технології, використані в якості вагомого чинника підвищення функціональних можливостей спортсменів з урахуванням специфічності функціонального забезпечення змагальної діяльності в спортивному танці;

– підтверджувальними є дані, про психоемоціональну насиченість режимів тренувальних навантажень, що є вагомим чинником стимуляції функціональних можливостей і спеціальної працездатності спортсменів в техніко-естетичних видах спорту;

– набули подальшого розвитку дані про спрямованість засобів фізичної підготовки на основі розвитку високоспеціалізованих компонентів функціонального забезпечення спеціальної працездатності;

– доповнені дані про побудову тренувального процесу спортсменів-танцюристів з урахуванням періодизації традиційних і сучасних засобів фітнес технологій;

– доповнені дані про загальні і специфічні засоби і методи фізичної підготовки в видах спорту, які поєднують спорт і мистецтво.

**Практичне значення** отриманих результатів полягає в розробці та впровадженні в підготовку спортсменів-танцюристів нормативні параметри функціональної підготовленості, які формують спеціалізовану спрямованість

управління тренувальними і змагальними навантаженнями, спрямованими на розвиток стійкості функціонального забезпечення спеціальної працездатності.

Представлені в роботі матеріал і висновки впроваджені у навчальний процес студентів кафедри хореографії і танцювальних видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України (акт впровадження від 03 вересня 2023 р., додаток В); у тренувальний процес клубу спортивного танцю Національного університету фізичного виховання і спорту України «Супаданс» (акт впровадження від 03 вересня 2023 р., додаток Г); у тренувальний процес Всеукраїнської ради спортивних танців (акт впровадження від 10 вересня 2023 р., додаток Д); у тренувальний процес збірної команди Києва зі спортивних танців (акт впровадження від 12 вересня 2023 р., додаток Е).

**Теоретичне значення отриманих результатів.** Отримані в роботі результати дозволили систематизувати масив наукової і науково-методичної інформації, розширити існуючі уявлення щодо необхідності врахування можливості комплексного і диференційованого застосування спеціалізованих модулів фітнес технологій, відповідно цільовим настановам тренувального процесу впродовж річного циклу підготовки спортсменів-танцюристів.

Результати, отримані в ході дослідження, можуть стати методичною основою для подальшої розробки проблематики із деталізацією теоретичних положень для впровадження в тренувальний процес фітнес технологій.

**Ступінь обґрунтованості і достовірності наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації.** Наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені в дисертаційній роботі, повною мірою відповідають меті й завданням та обґрунтовані наведеними даними згідно з результатами дослідження. Розв'язання поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних валідних методів дослідження.

Отримані результати дослідження базуються на достатньому фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків. Ступінь вірогідності отриманих кількісних даних забезпечена значним обсягом дослідження, кількістю випробовуваних, отриманими цифровими даними, використанням у роботі сучасних методів дослідження та застосуванням адекватних методів математичного опрацювання матеріалів.

**Повнота викладення матеріалів дисертації в опублікованих працях.** Основні наукові положення дисертації опубліковано в наукових журналах та представлено в матеріалах та тезах на науково-практичних конференціях різного рівня. В опублікованих наукових працях зі співавторами дисертант

самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати.

Наукові результати дисертації висвітлені в 8 наукових публікаціях: 2 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України; 1 стаття у періодичному науковому виданні Чорногорії, проіндексованому в базі даних Scopus (Q3); 4 публікації апробаційного характеру; 1 публікація додатково відображає наукові результати дисертації.

**Апробація результатів дисертації.** Результати дослідження представлені в наукових доповідях (тезах) на XI-XIV Міжнародній конференції молодих вчених «Молодь і олімпійський рух» (Київ, НУФВСУ, 2018-2021); на науково-методичних конференціях кафедри хореографії і танцювальних видів спорту тренерського факультету Національного університету фізичного виховання і спорту України (2018-2023).

**Конкретний особистий внесок дисертанта в одержання наукових результатів, що виносяться на захист.** Мету та завдання дослідження було сформульовано із науковим керівником. Здобувачем самостійно проаналізовано фахову науково-методичну літературу та передовий досвід, обґрунтовано, розроблено та експериментально перевірено програму фізичної підготовки кваліфікованих танцюристів на основі використання засобів фітнес технологій. Усі розділи власних досліджень, висновки та аналіз отриманих результатів дисертації оформлені автором самостійно. Здобувачем сформульовано висновки, які повністю відповідають поставленим завданням. Дисертантом підготовлено матеріали для наукових публікацій та для впровадження наукових розробок у практику.

**Оцінка мови та стилю дисертації.** Дисертацію викладено грамотною українською мовою. Структура дисертації та стиль її подання відповідають вимогам МОН України. Побудова логічна. Адекватно використано наукові терміни. Цифровий матеріал структуровано в таблицях та рисунках, що полегшує сприйняття змісту матеріалу, представленого в розділах.

**Відповідність змісту дисертації спеціальності, за якою вона подається до захисту.** Дисертаційна робота Попової С. О. на тему: «Підвищення ефективності фізичної підготовки кваліфікованих танцюристів на основі використання сучасних фітнес технологій» є завершеним науковим дослідженням і за змістом повністю відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

**Рекомендація дисертації до захисту.** Розглянувши дисертацію Попової С. О. «Підвищення ефективності фізичної підготовки кваліфікованих танцюристів на основі використання сучасних фітнес технологій» та наукові публікації за темою дисертації, визначивши особистий внесок у всіх зарахованих за темою дисертації наукових публікаціях, опублікованих зі

співавторами, а також за результатами публічної презентації здобувачем наукових результатів дисертації та її обговорення, вважаємо, що робота є актуальною, виконана здобувачем ступеня доктора філософії особисто, являє собою повністю завершену наукову працю, під час підготовки якої застосовувалися сучасні методи досліджень, має наукову новизну, практичне значення, містить нові науково обґрунтовані результати проведених здобувачем досліджень, нове розв'язання актуального наукового завдання щодо теоретичного обґрунтування та експериментальної перевірки програми фізичної підготовки кваліфікованих танцюристів на основі використання засобів фітнес технологій, адекватна поставленій меті та містить висновки, які відповідають завданням. Було проведено метрологічну експертизу дисертаційного дослідження. У роботі відсутні порушення академічної доброчесності. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим пп. 6–7 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 року № 44, що висуваються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії, та рекомендується до захисту з метою присудження здобувачу Попової Світлани Олександрівни ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Комісія рекомендує ректору НУФВСУ утворити спеціалізовану вчену раду для розгляду та проведення разового захисту дисертації Попової Світлани Олександрівни з метою присудження їй ступеня доктора філософії у такому складі:

**голова спеціалізованої вченої ради:** Коробейнікова Леся Григорівна, доктор біологічних наук, професор, професор кафедри психології і педагогіки Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**рецензент:** Мартин Петро Михайлович, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**опонент:** Артем'єва Галина Павлівна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, професор кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Харківської державної академії фізичної культури;

**опонент:** Осадців Тарас Петрович, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри хореографії та мистецтвознавства Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського;

**опонент:** Тищенко Валерія Олексіївна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету.

Висновок підготувала комісія у складі:

Д.б.н., професор



Леся КОРОБЕЙНІКОВА

Д.фіз.вих., професор



Андрій ДЯЧЕНКО

К.фіз.вих., доцент



Петро МАРТИН

Голова засідання,  
д.фіз.вих., професор



Андрій ДЯЧЕНКО

Підписи Коробейнікової Л., Дяченко А., Мартина П. засвідчую

**Провідний  
фахівець ВК**

