

ВІДГУК
офіційного опонента – доктора наук з фізичного виховання і спорту, професора
Тищенко Валерії Олексіївни на дисертаційну роботу
ВАН СЯНЬОЮ
на тему «ПОБУДОВА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ПРОГРАМ З ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ
ПІДГОТОВКИ ДЛЯ БОРЦІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ»,
представлену на здобуття ступеня доктора філософії
з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Актуальність теми. Сучасна спортивна боротьба давно вийшла за межі простої сили чи техніки – сьогодні перемагає той, чий організм здатен витримати, адаптуватися і точно «відповісти» на навантаження в потрібний момент. Саме тому питання функціональної підготовки борців високої кваліфікації набуває особливої ваги. Адже це вже не про нарощування обсягів роботи, а про її точність, доцільність і відповідність індивідуальним можливостям спортсмена.

Проблема полягає в тому, що у спортсменів високого рівня класичні підходи («більше», «швидше», «інтенсивніше») перестають працювати так ефективно, як раніше. Їхні адаптаційні резерви значною мірою вже сформовані, і подальший прогрес можливий лише за умови глибокої індивідуалізації тренувального процесу. У цьому контексті особливого значення набуває врахування типу регуляції серцевого ритму, рівня стресостійкості, характеру енергозабезпечення та біохімічних реакцій організму на навантаження.

Попри значну кількість досліджень у галузі підготовки борців, питання комплексної оцінки адаптаційних резервів та їх використання для побудови індивідуальних програм функціональної підготовки залишаються недостатньо розкритими. Особливо це стосується поєднання фізіологічних показників (зокрема варіабельності серцевого ритму) та біохімічних маркерів крові як інструментів оперативного і довготривалого контролю адаптаційних процесів.

У цьому сенсі дисертаційна робота Ван Сяньою виглядає не просто своєчасною, а яка відповідає реальному запиту практики спорту вищих досягнень. Її цінність полягає в спробі перейти від загальних рекомендацій до чіткої, науково обґрунтованої системи побудови індивідуальних програм функціональної підготовки борців високої кваліфікації з урахуванням їхніх фізіологічних особливостей і рівня резистентності до навантажень.

Таким чином, актуальність дослідження визначається необхідністю більш тонкого, інтелектуального управління тренувальним процесом, де ключову роль відіграє не обсяг роботи, а її точне дозування, контроль і відповідність індивідуальним можливостям спортсмена. Саме це відкриває нові можливості для підвищення ефективності підготовки борців і досягнення стабільно високих спортивних результатів.

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами, планами. Дослідження проведено відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021– 2025 рр. за темою 2.6 «Науково-методичний супровід тренувальної та змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у єдиноборствах та силових видах спорту» (номер державної реєстрації 0121U108940). Роль автора як виконавця теми полягала в пошуку нових шляхів підвищення адаптаційних резервів організму борців високої кваліфікації з різним типом регуляції ритму серця та рівнем резистентності; науковометодологічному обґрунтуванні та розробці індивідуальних програм тренувальних занять з функціональної підготовки для даного контингенту із урахуванням рівня прояву стресостійкості; узагальненні теоретичних й емпіричних даних.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в отриманні результатів, що поглиблюють сучасні уявлення про програми з функціональної підготовки борців греко-римського стилю високої кваліфікації.

Автором уперше розроблено: індивідуальні програми тренувальних занять з функціональної підготовки для борців греко-римського стилю високої кваліфікації з урахуванням типів регуляції ритму серця та рівня резистентності до навантажень високої

інтенсивності; тестове випробування, для створення необхідних умов для визначення вихідного рівня стресостійкості для обстежених борців високої кваліфікації з різним типом регуляції ритму серця, яке за своєю структурою, змістом та інтенсивністю суттєво відрізняється від «класичних» тренувальних чи змагальних навантажень в греко-римській боротьбі, але ідентичне за тривалістю та можливо за енергозатратами.

Також уперше представлено результати кореляційного аналізу між показниками спектрального аналізу ВСР та активності ферментів креатинфосфокінази, лактатдегідрогенази, а також концентрації гормону кортизолу в сироватці крові борців високої кваліфікації з різним типом регуляції ритму серця та рівнем резистентності в стані спокою (базальний рівень), а також у відповідь на гостре навантаження високої інтенсивності в умовах анаеробних механізмів ресинтезу АТФ в процесі тривалого періоду використання експериментальних програм занять з функціональної підготовки; виявлено, що темпи розвитку максимальної м'язової сили (1 ПМ), під час виконання контрольних вправ, суттєво відрізняються між підгрупами борців високої кваліфікації симпатотоніками та парасимпатотоніками, які в процесі тренувань використовували режим навантажень $R_a=0,88$ та комплекс вправ з гантелями зі зміною кінематичних характеристик та глі креатинфосфокіназного механізму ресинтезу АТФ.

Отримані результати доповнюють наукові дані, щодо доцільності використання в процесі удосконалення програм занять з функціональної підготовки елітних спортсменів з єдиноборств, ефективних моделей тренувань з силового фітнесу.

Крім того, набули подальшого вивчення питання щодо доцільності одночасного використання показників ВСР та біомаркерів крові (ферментів і гормонів) для визначення ефективності реалізації механізмів короткочасної адаптації борців високої кваліфікації з різним типом регуляції ритму серця та рівнем резистентності до стресового подразника в умовах гострих короткострокових навантажень високої інтенсивності з анаеробним механізмом енергозабезпечення.

Отримані нами результати розширюють наукові дані щодо необхідності комплексного використання показників спектрального аналізу ритму серця та біохімічних маркерів крові для оцінки процесів довготривалої адаптації під час тренувань з функціональної підготовки спортсменів в різних видах єдиноборств враховуючи їх індивідуальний рівень резистентності.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані в дисертаційній роботі результати мають не лише теоретичну, а й безпосередню прикладну цінність для системи підготовки борців високої кваліфікації. Насамперед, вони дозволяють перейти від узагальнених підходів до тренування до більш точного, індивідуалізованого управління функціональною підготовкою спортсменів з урахуванням їхніх реальних адаптаційних можливостей.

Практична цінність роботи полягає у розробці індивідуальних програм функціональної підготовки, які враховують тип регуляції серцевого ритму, рівень стресостійкості та характер реакцій організму на навантаження, що дає тренеру не просто «набір вправ», а інструмент для цілеспрямованого впливу на функціональні системи спортсмена, з урахуванням його індивідуального профілю.

Запропонований підхід до комплексного контролю, що поєднує показники варіабельності серцевого ритму, біохімічні маркери крові, дані біоімпедансометрії та тестування максимальної сили, дозволяє більш об'єктивно оцінювати функціональний стан спортсменів, своєчасно виявляти ознаки перевантаження або недостатньої ефективності тренувального впливу та оперативно коригувати тренувальний процес.

Важливим практичним результатом є також обґрунтування ефективних режимів силових навантажень (зокрема $R_a=0,88$ та $R_a=0,71$) у поєднанні з різними механізмами енергозабезпечення, що дозволяє диференційовано впливати на розвиток силових можливостей та адаптаційних резервів борців залежно від їхніх індивідуальних характеристик, що відкриває можливість більш гнучкого програмування тренувального процесу без надмірного ризику функціонального перенапруження.

У цілому, практичне значення роботи полягає в тому, що вона дає тренеру не просто теоретичні орієнтири, а чітку логіку дій: як оцінити стан спортсмена, як підібрати навантаження і як своєчасно скоригувати підготовку для досягнення максимального ефекту без втрати функціональної стабільності.

Результати наукових досліджень впроваджено у практику тренувального процесу ДЮСШ «Олімпієць» Київського міського фізкультурно-спортивного товариства «Україна» (м. Київ, 10 грудня 2025 р.), у практику тренувального процесу спортивного клубу «Славія Скіф» (м. Київ, 12 грудня 2025 р.), та у освітній процес кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту НУФВСУ (м. Київ, 16 грудня 2025 р.) про що свідчать відповідні акти впровадження.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність. Дисертаційна робота справляє враження методологічно зібраного і внутрішньо логічного дослідження, де кожне положення не декларується, а поступово вибудовується через послідовний аналіз, експеримент і узагальнення отриманих даних. Важливо, що автор не обмежується окремими показниками, а працює з функціональною системою організму спортсмена як цілісним об'єктом, що значно підсилює переконливість отриманих результатів.

Обґрунтованість висновків базується на поєднанні різних рівнів аналізу від теоретичного осмислення проблеми до її перевірки в умовах реального тренувального процесу. Така багаторівнева логіка дозволяє уникнути спрощень і дає можливість побачити не лише сам факт змін, а й їх природу. Особливо цінним є використання комплексу взаємодоповнювальних методів, таких як показники варіабельності серцевого ритму, біохімічні маркери крові, біоімпедансометрії та силові тести, що разом формують об'ємну картину адаптаційних процесів в організмі борців.

Достовірність результатів підсилюється тим, що дослідження проводилося не в штучних лабораторних умовах, а у природному середовищі тренувальної діяльності спортсменів високої кваліфікації. Отримані дані не відокремлені від практики, а народжуються всередині неї. Вибірка дослідження є достатньою для отримання репрезентативних результатів, а її однорідність дозволяє коректно інтерпретувати виявлені зміни.

Окремо варто відзначити, що статистична обробка даних використовується не формально, а як інструмент підтвердження закономірностей, виявлених у ході експерименту, що безумовно додає роботі наукової ваги, та дозволяє говорити не про випадкові ефекти, а про стійкі тенденції в реакціях організму спортсменів на запропоновані тренувальні впливи.

Достовірність сформульованих наукових положень забезпечена тривалістю та багатоетапністю емпіричного дослідження (2022–2025 рр.), що охоплювало різні періоди тренувального циклу, дозволило простежити динаміку показників спортсменів і забезпечило репрезентативність отриманих даних.

Узагальнюючи, можна сказати, що висновки дисертації виглядають не як окремі підсумкові твердження, а як логічне завершення цілісного дослідницького процесу. Вони узгоджуються із сучасними науковими уявленнями про адаптацію до фізичних навантажень, не виходять за межі отриманих результатів і водночас демонструють реальний внесок автора у вирішення проблеми індивідуалізації функціональної підготовки борців високої кваліфікації.

Загалом, робота характеризується високим рівнем обґрунтованості та достовірності, що дозволяє розглядати отримані результати як надійну основу для подальшого розвитку як наукових досліджень, так і практики підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах.

Оцінка змісту дисертації, її завдання в цілому і основних положень дисертації. Дисертаційна робота викладена державною мовою на 216 сторінках і містить анотації, вступ, п'яти розділів основного змісту, висновки, список використаних джерел і додатки. У процесі дослідження проаналізовано 223 джерела наукової та спеціальної літератури, серед яких 203 – публікації зарубіжних авторів, що засвідчує високий рівень теоретичної обґрунтованості роботи та її відповідність сучасним міжнародним науковим тенденціям. Структура

дослідження є логічною й цілісною, а подання матеріалу – послідовним і методично виваженим.

Текст ілюстровано 31 рисунками та 5 таблицями, що забезпечує наочність викладу без перевантаження основного змісту. Графічні та табличні матеріали органічно інтегровані у текст, підсилюють аргументацію автора та чітко висвітлюють ключові результати проведеного дослідження.

У вступі дисертаційної роботи Ван Сяньюй демонструє цілісне бачення досліджуваної проблеми та глибоке розуміння її місця в сучасній системі підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах. Актуальність теми розкрито не формально, а через чітке окреслення реальних суперечностей між потребою у підвищенні ефективності функціональної підготовки борців високої кваліфікації та обмеженими можливостями традиційних підходів до її реалізації. Здобувач логічно і послідовно обґрунтовує необхідність переходу від уніфікованих моделей тренування до індивідуалізованих програм, що враховують тип регуляції серцевого ритму, рівень стресостійкості та особливості адаптаційних реакцій організму спортсменів.

Вступ розкриває зв'язок дослідження з плановою науково-дослідною роботою Національного університету фізичного виховання і спорту України, що підтверджує його інтегрованість у стратегічні напрями розвитку наукових досліджень університету та відповідність пріоритетам державної політики в галузі фізичної культури і спорту. Представлений зв'язок засвідчує не лише актуальність роботи, а й її практичну важливість для системи спортивної підготовки. Чітко сформульовані мета, об'єкт, предмет та завдання дослідження є взаємопов'язаними і відображають внутрішню логіку роботи. Вони не існують ізольовано, а працюють як єдина система, спрямована на розв'язання поставленої наукової проблеми. Обрані методи дослідження відповідають меті та завданням і дозволяють комплексно оцінити функціональний стан спортсменів, що підсилює переконливість подальших результатів.

Окремо варто відзначити, що у вступі коректно представлено наукову новизну та практичне значення роботи. Вони сформульовані конкретно, без декларативності, і органічно випливають із загальної логіки дослідження. Здобувач переконливо показує, у чому саме полягає внесок роботи як у теоретичному осмисленні проблеми, так і в її практичному вирішенні.

У цілому, вступ дисертаційної роботи справляє враження методично виваженого і концептуально продуманого розділу, який не лише окреслює рамки дослідження, а й задає чіткий вектор його подальшого розвитку.

У першому розділі «Сучасні механізми удосконалення системи функціональної підготовки борців високої кваліфікації» дисертант не обмежується формальним оглядом літератури, а фактично вибудовує змістовне теоретичне підґрунтя для всього подальшого дослідження. Розділ читається як спроба не просто зібрати існуючі підходи, а зрозуміти, чому вони працюють або, навпаки, втрачають ефективність на рівні спорту вищих досягнень.

Особливо цінним є те, що аналіз наукових джерел подається не фрагментарно, а через логіку розвитку проблеми: від загальних уявлень про функціональну підготовку до більш складних питань індивідуалізації тренувального процесу та управління адаптаційними реакціями організму. Ван Сяньюй послідовно підводить до думки, що ключовим обмеженням сучасної системи підготовки є недостатня інтеграція даних про функціональний стан спортсмена у процес програмування навантажень.

У розділі обґрунтовано значення варіабельності серцевого ритму як індикатора регуляторних процесів, а також показано можливості використання біохімічних маркерів крові для оцінки характеру адаптаційних змін і рівня напруження функціональних систем. При цьому автор не подає ці методи ізольовано, а розглядає їх як елементи єдиної системи контролю, що дозволяє більш точно оцінювати реакцію організму на тренувальні впливи.

Важливо, що у першому розділі чітко окреслено наукову нішу дослідження. Показано, що попри значний обсяг робіт у галузі підготовки борців, питання поєднання різних режимів навантаження з індивідуальними особливостями регуляції та енергозабезпечення

залишаються недостатньо вивченими. Саме це створює логічний місток до постановки завдань дисертаційної роботи.

Таким чином, перший розділ справляє враження не просто оглядового, а концептуального, який формує основу для подальшого дослідження, задає його наукову логіку і водночас демонструє глибину занурення здобувача в проблематику функціональної підготовки борців високої кваліфікації.

Другий розділ «Методи та організація дослідження» автором детально обґрунтовано і побудовано так, що він сприймається не як формальна вимога структури, а як чітка інструкція до реалізації всього дослідницького задуму. Відчувається, що кожен метод обрано не випадково, а як відповідь на конкретне дослідницьке завдання.

Здобувач послідовно розкриває логіку підбору методів, поєднуючи теоретичний аналіз із комплексом сучасних інструментальних підходів до оцінки функціонального стану спортсменів. Використання варіабельності серцевого ритму, біоімпедансометрії, тестування максимальної сили та біохімічних показників крові дозволяє отримати не одновимірну, а багаторівневу характеристику адаптаційних процесів, що є принципово важливим для досліджень такого рівня.

Організація дослідження також виглядає продуманою і логічно завершеною: чітко визначено етапи, послідовність їх реалізації та умови проведення експерименту. Важливо, що дослідження виконано в умовах реального тренувального процесу, що дозволяє розглядати отримані результати не як лабораторні абстракції, а як дані, безпосередньо пов'язані зі спортивною практикою.

Окремо варто відзначити коректний підхід до формування вибірки: дослідження проведено за участю спортсменів високої кваліфікації з відносно однорідними характеристиками підготовленості, що підвищує чистоту експерименту і достовірність отриманих результатів. У цілому, другий розділ забезпечує надійність отриманих даних, а й створює відчуття впевненості в тому, що результати дослідження мають міцне наукове підґрунтя.

У третьому розділі «Алгоритм розробки програм з функціональної підготовки для борців високої кваліфікації» Ван Сяньюй представлено цілісну науково-методичну концепцію індивідуалізації тренувального процесу, що базується на інтеграції показників функціонального стану спортсменів із параметрами тренувального навантаження та механізмами енергозабезпечення м'язової діяльності.

Здобувачем методично виважено обґрунтовано підхід до визначення вихідного рівня стресостійкості та типу регуляції серцевого ритму як системоутворювальних чинників побудови програм функціональної підготовки. На відміну від традиційних підходів, де індивідуалізація має переважно декларативний характер, у роботі запропоновано чіткі критерії диференціації спортсменів, що дозволяє перейти до науково обґрунтованого розподілу тренувальних впливів залежно від індивідуального профілю адаптаційних можливостей організму.

У розділі послідовно викладено алгоритм розробки програм функціональної підготовки, який включає: визначення функціонального стану спортсмена; аналіз показників варіабельності серцевого ритму та біохімічних маркерів; встановлення типологічної належності; підбір адекватних режимів навантаження; формування комплексу вправ із заданими параметрами інтенсивності, обсягу та спрямованості енергозабезпечення. Така структура алгоритму свідчить про його завершеність і придатність до практичної реалізації.

Особливої уваги заслуговує обґрунтування варіативного використання режимів силового навантаження у поєднанні з різними механізмами ресинтезу АТФ. Здобувач переконливо демонструє, що ефективність розвитку силових можливостей та адаптаційних резервів визначається не лише інтенсивністю впливу, а й відповідністю обраного режиму функціональному стану спортсмена та типу регуляції його серцево-судинної системи.

Важливим науковим результатом є також інтеграція фізіологічних та біохімічних показників у процесі програмування тренувальних навантажень. Використання варіабельності серцевого ритму як індикатора стану регуляторних механізмів у поєднанні з аналізом

активності ферментів та гормональних показників крові дозволяє об'єктивізувати процес контролю за адаптаційними змінами та підвищити точність управління тренувальним процесом.

Методологічна цінність розділу полягає у тому, що функціональна підготовка розглядається як динамічна система, в якій тренувальні впливи, реакції організму та механізми адаптації перебувають у постійній взаємодії. Запропонований алгоритм враховує цю взаємозалежність і передбачає можливість корекції програм залежно від змін функціонального стану спортсмена, що відповідає сучасним уявленням про адаптивне управління тренувальним процесом.

Ван Сяньюй у третьому розділі демонструє високий рівень науково-методичної обґрунтованості, внутрішню логічну завершеність та виразну практичну спрямованість викладеного матеріалу. Його зміст свідчить про суттєвий внесок автора у розвиток підходів до індивідуалізації функціональної підготовки борців високої кваліфікації та розширює сучасні уявлення про механізми управління адаптаційними резервами організму спортсменів.

У четвертому розділі *«Вивчення впливу експериментальних програм тренувальних занять з функціональної підготовки на рівень резистентності організму борців високої кваліфікації з різним типом регуляції ритму серця»* ґрунтовно розкрито результати педагогічного експерименту, які мають ключове значення для підтвердження висунутих наукових положень і демонструють практичну реалізацію розробленого підходу.

Здобувачем здійснено комплексний аналіз динаміки функціонального стану спортсменів під впливом різних варіантів побудови тренувальних програм. Принципово важливим є те, що оцінювання ефективності здійснюється не за окремими показниками, а на основі інтеграції даних варіабельності серцевого ритму, біохімічних маркерів крові, показників складу тіла та рівня максимальної м'язової сили, що дозволяє отримати цілісне уявлення про адаптаційні процеси.

У ході дослідження встановлено, що характер адаптаційних змін суттєво відрізняється залежно від типу регуляції серцевого ритму та обраного режиму навантаження. Зокрема, використання режиму $Ra=0,88$ у поєднанні з вправами зі змінними кінематичними характеристиками сприяє більш вираженому розвитку силових можливостей і підвищенню адаптаційних резервів за рахунок активації креатинфосфокіназного механізму енергозабезпечення. Водночас застосування режиму $Ra=0,71$ у поєднанні з тренажерними вправами в умовах анаеробного гліколізу супроводжується підвищенням напруження регуляторних систем та більш вираженою активацією симпато-адреналових механізмів.

Важливим є те, що отримані результати дозволяють не лише зафіксувати факт змін, а й пояснити їх фізіологічну природу. Показано, що динаміка показників варіабельності серцевого ритму узгоджується зі змінами біохімічних маркерів крові (КФК, ЛДГ, кортизолу), що свідчить про різний характер адаптаційно-компенсаторних реакцій та рівень резистентності організму спортсменів до навантажень високої інтенсивності.

Особливої уваги заслуговує встановлення відмінностей у темпах розвитку максимальної сили між підгрупами спортсменів із різним типом регуляції серцевого ритму, що підтверджує доцільність диференційованого підходу до побудови тренувальних програм. Показано, що ефективність тренувального впливу визначається не лише параметрами навантаження, а й відповідністю цих параметрів індивідуальним особливостям функціональної регуляції.

Узагальнюючи, результати четвертого розділу свідчать про те, що запропоновані експериментальні програми функціональної підготовки забезпечують цілеспрямований вплив на механізми адаптації та дозволяють підвищити рівень резистентності організму борців високої кваліфікації. Отримані дані мають системний характер, узгоджуються між собою та підтверджують ефективність запропонованого підходу до індивідуалізації тренувального процесу.

У *п'ятому розділі «Аналіз і обговорення результатів дослідження»* здобувачем здійснено узагальнення отриманих експериментальних даних із виходом на рівень їх наукової інтерпретації та співвіднесення із сучасними положеннями теорії і методики спортивного

тренування. Розділ не зводиться до повторного викладення результатів, а спрямований на розкриття їх змістовної сутності та пояснення виявлених закономірностей.

Автор послідовно інтегрує результати дослідження, отримані на різних етапах, і показує їх взаємозв'язок, що дозволяє розглядати виявлені зміни як прояв системної перебудови функціонального стану організму борців під впливом експериментальних програм. При цьому акцентовано увагу на узгодженості змін показників варіабельності серцевого ритму, біохімічних маркерів крові та силових характеристик, що свідчить про комплексний характер адаптаційних процесів.

Важливим є те, що здобувач не обмежується констатацією отриманих ефектів, а надає їм фізіологічне та методичне пояснення, розкриваючи механізми формування адаптаційно-компенсаторних реакцій залежно від режимів навантаження та індивідуальних особливостей регуляції. Такий підхід дозволяє поглибити розуміння процесів короткочасної та довготривалої адаптації у спортсменів високої кваліфікації.

У розділі також простежується коректне співставлення отриманих результатів із даними сучасних досліджень, що підсилює аргументованість висновків і підтверджує їх відповідність актуальним науковим уявленням. Водночас автором окреслено аспекти, які потребують подальшого вивчення, що свідчить про критичність мислення та наукову зрілість здобувача.

У цілому, п'ятий розділ має узагальнюючий і концептуально завершений характер, забезпечує логічний перехід від емпіричних результатів до теоретичних висновків і підтверджує наукову цінність проведеного дослідження.

Висновки дисертаційної роботи є логічним узагальненням проведеного дослідження, відображають зміст і результати виконаної роботи та відповідають поставленій меті й сформульованим завданням, які ґрунтуються на отриманих експериментальних даних і їх науковій інтерпретації.

Дисертаційне дослідження Ван Сяньюй виконане сучасною українською літературною мовою з дотриманням вимог наукового стилю та коректним, послідовним використанням спеціальної термінології. Робота вирізняється концептуальною завершеністю, внутрішньою логічною узгодженістю та повнотою розкриття поставленої наукової мети. Структура дисертації є методично виваженою, а виклад матеріалу – послідовним і аргументованим. Наукові положення та практичні висновки ґрунтуються на результатах комплексного теоретичного аналізу та емпіричних досліджень, що забезпечує їх переконливість і наукову коректність.

Здобувач демонструє належний рівень академічної культури: ідеї, методичні підходи та результати досліджень подано з дотриманням принципів академічної доброчесності, із коректними посиланнями на наукові джерела та їх належним аналітичним опрацюванням. Водночас простежується вміння не лише відтворювати існуючі наукові підходи, а й критично їх осмислювати.

Дисертація характеризується цілісністю наукового стилю, обґрунтованістю теоретичних і методичних положень та ретельністю їх опрацювання, що свідчить про сформованість у здобувача здатності до самостійної науково-дослідної діяльності на високому професійному рівні.

Повнота викладення основних результатів в опублікованих наукових працях. Результати проведених досліджень висвітлені автором в наукових публікаціях, в яких у повній мірі відображено основні положення дисертації. Проблематика, зміст, кількість яких повністю відповідає вимогам МОН України. Теоретичне оприлюднення наукових досліджень на конференціях повною мірою засвідчує належну апробацію результатів.

Зокрема, за темою дисертації опубліковано 7 наукових праць, з яких 1 стаття у періодичному науковому виданні Румунії, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q3); 3 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України; 3 публікації апробаційного характеру. У публікаціях, що підготовані у співавторстві, чітко вказано авторський внесок.

Основні теоретичні і практичні положення дисертаційної роботи оприлюднено в наукових доповідях (тезах) на XVII Міжнародній конференції молодих вчених «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2024), на Міжнародній науково-практичній конференції, присвяченій 105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, біології і охорони здоров'я та 60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики імені професора Т. М. Цонєвої Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Одеса, 2024). Materials of the International Scientific and Practical Conferences «Improving the Quality of Education and Teaching in the Field of Physical Education and Sports: Problems and Solutions» (Urganch, 2024).

Недоліки дисертації щодо їх змісту та оформлення. Попри загалом високий науково-методичний рівень виконання дисертаційної роботи, слід відзначити окремі зауваження, що носять переважно дискусійний або уточнювальний характер і не знижують загальної позитивної оцінки дослідження. Зокрема, заслуговують уваги такі аспекти:

1. У підрозділі, де Ви диференціюєте борців за типом регуляції серцевого ритму, уточніть, будь ласка, які саме порогові значення показників ВСР використовувалися для віднесення спортсменів до симпатотоніків і парасимпатотоніків, і чи враховувалась їх варіативність у динаміці дослідження?

2. У результатах показано різну динаміку змін КФК, ЛДГ і кортизолу. Який із цих показників, за Вашими даними, виявився найбільш інформативним саме для оцінки ранніх адаптаційних змін, а який для оцінки напруження регуляторних механізмів?

3. У роботі встановлено взаємозв'язок між показниками ВСР і біохімічними маркерами. Які саме кореляційні залежності виявилися найбільш стійкими і чи змінювався їх характер після 12 тижнів експерименту?

4. При формуванні індивідуальних програм, які показники були для Вас визначальними при прийнятті рішення про зміну параметрів навантаження: ВСР, біохімія чи силові тести?

Перераховані недоліки та зауваження у переважній більшості носять дискусійний характер, суттєво не впливають на науковий і методологічний рівень дисертації, не знижують її загальної позитивної оцінки здобувача.

Висновок про відповідність дисертації встановленим чинним вимогам. Дисертаційна робота Ван Сяньюй на тему «Побудова індивідуальних програм з функціональної підготовки для борців високої кваліфікації», має достатнє теоретичне й практичне значення, є самостійним завершеним науковим дослідженням, яке за своїм змістом, обґрунтованістю висновків, новизною отриманих результатів 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, зі змінами) 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 Ван Сяньюй заслуговує присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка.

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



Валерія ТИЩЕНКО