

## Рецензія

на дисертаційну роботу Ван Сяньюй «Побудова індивідуальних програм з функціональної підготовки для борців високої кваліфікації», подану на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

### **Актуальність теми.**

Сучасний олімпійський спорт характеризується залученням новітніх технологій в тренувальний процес. Цей процес вимагає використання диференційних критеріїв для удосконалення процесу підготовки. Серед різних видів олімпійських єдиноборств спортивна боротьба є одним з найпопулярніших видом спорту. Однак, виникає потреба у індивідуалізації процесу підготовки борців, з метою зростання їх функціональних резервів.

Таким чином, актуальність дослідження в контексті підготовки борців високої кваліфікації обумовлена динамічним розвитком цього виду спорту та зростанням вимог до рівня їх підготовленості. Сучасний спортивний прогрес вимагає постійного вдосконалення методик тренувань, що базуються на останніх наукових дослідженнях. Враховуючи це, існує значний інтерес до розробки комплексних програм, які забезпечують збалансоване поєднання фізичних, технічних, тактичних і психологічних аспектів підготовки. З огляду на специфіку боротьби, що вимагає високої координації, витривалості та сили, розробка ефективних програм з функціональної підготовки є особливо актуальною. Такі дослідження сприятимуть підвищенню ефективності підготовки та досягненню кращих результатів на змаганнях вищого рівня.

У зв'язку із вищезгаданим, дисертаційна робота Ван Сяньюй «Побудова індивідуальних програм з функціональної підготовки для борців високої кваліфікації» є актуальною та спрямована на теоретичне та практичне вирішення викладених вище завдань.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до тем науково-дослідної роботи кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту 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.

**Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, та їх достовірність.** Основні наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені у дисертаційній роботі, повною мірою відповідають меті і завданням та обґрунтовані наведеними даними згідно з результатами дослідження. Розв'язання поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних 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 статистичного опрацювання матеріалів.

**Наукова новизна роботи полягає в тому, що вперше:**

Автором обґрунтовано та розроблено розроблено індивідуальні програми тренувальних занять з функціональної підготовки для борців греко-римського стилю високої кваліфікації.

Було виявлено, що темпи розвитку максимальної м'язової сили, під час виконання контрольних вправ суттєво відрізняються між борцями із різними типами регуляції ритму серця. У симпатотоніків та парасимпатотоніків виявлено різна динаміка активності ферментів креатинфосфокінази, лактатдегідрогенази, а також концентрації гормону кортизолу в сироватці крові.

Результати дослідження сприяють удосконаленню системи контролю за ефективністю індивідуальних тренувальних програм для борців високої

кваліфікації на різних етапах спортивної підготовки, з метою корекції тренувального процесу.

**Практичне значення отриманих результатів** полягає у можливості впровадження в тренувальний процес розроблених рекомендацій для борців високої кваліфікації.

Результати дисертаційного дослідження 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.

**Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях.** За темою дисертації опубліковано 7 наукових праць, з яких 3 статті – у спеціалізованих фахових виданнях України, 1 стаття у періодичному науковому виданні Румунії, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q3) та 3 публікації апробаційного характеру. Опубліковані праці повною мірою висвітлюють матеріали дисертаційної роботи.

**Оцінка змісту дисертації та її основних положень.** Дисертація складається з анотації, вступу, 5 розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Дисертацію викладено на 216 сторінках друкованого тексту, список використаних джерел 223 найменувань, з них 203 – іноземних авторів. Робота містить 5 таблиць та 31 рисуноків.

У **вступі** обґрунтовується актуальність теми дослідження і формулюється наукове завдання; вказується зв'язок дисертаційного дослідження з науковими планами, темами; розкривається науковий апарат дослідження: мета, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; визначаються наукова новизна, практична значущість; наводяться дані про особистий внесок здобувача, апробацію та впровадження отриманих результатів, подано інформацію про публікації, структуру та зміст роботи.

У **першому розділі** «Сучасні механізми удосконалення системи функціональної підготовки борців високої кваліфікації» автором здійснено ретельний аналіз фахової літератури відповідно до об'єкта

дослідження. Був проведений аналіз наявних підходів щодо характеристики процесу функціональної підготовки в єдиноборствах в сучасних соціально-економічних умовах. Окремо було проаналізовано ефективність практичної реалізації фізіологічних та біохімічних методів діагностики в процесі контролю за рівнем резистентності спортсменів в умовах тренувальної та змагальної діяльності.

Для обґрунтування отриманих результатів автором застосовувалися роботи з системи підготовки в спортивних єдиноборствах (Lopes-Silva J., 2021; Радченко Ю., 2022; Shtefiuk I., 2024), сучасних технологій підготовки борців на етапах багаторічної підготовки (Manolachi V., 2023; Романенко В., 2024; Тропін Ю., 2025), актуальних питань функціональної борців (Athanasiou N., 2023; Міфтахутдінова Д., 2025; Bayati R., 2025).

**У другому розділі «Методи та організація дослідження»** окреслено методологічний апарат дослідження та етапи наукового пошуку здобувача. Описано методи оцінки варіабельності серцевого ритму, розвитку максимальної сили, біоімпедансометрії, рівня фізичного навантаження та лабораторні біохімічні методи аналізу крові.

В дослідженнях приймали участь 60 чоловіки спортсмени високої кваліфікації з греко-римської боротьби віком  $19 \pm 0,5$  років та середньою вагою тіла  $72 \pm 6,3$  кг (у дослідженні приймали участь борців різних вагових категорії, від 55 кг до 97 кг. Контрольні вимірювання проводились під час проведення двох тренувальних зборів в 2023 році з інтервалом в 30 діб.

**У третьому розділі «Алгоритм розробки програм з функціональної підготовки для борців високої кваліфікації»** автором розроблено експериментальні програми тренувальних занять з функціональної підготовки борців високої кваліфікації з різним типом регуляції ритму серця, з поєднанням різних режимів силових навантажень на тренажерах «Hammer».

В подальшому було проведено детальний аналіз результатів досліджень, де обґрунтовано доцільність поєднання різних варіанти програм тренувальних занять з функціональної підготовки борців високої кваліфікації. Основним критерієм, який буї врахований при розробці цих програм - різні типи регуляції ритму серця.

**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»** автором подано результати досліджень, отриманих

на констатувальному етапі педагогічного експерименту. Автором визначено особливості реагування на специфічні навантаження у борців високої кваліфікації з різним типом регуляції ритму серця. Результати засвідчили, що після 12 тижнів використання розроблених програм тренувальних занять з функціональної підготовки, у відповідь на тестове навантаження у 25% обстежених борців високої кваліфікації (парасимпатотоніки) виявлено посилення вагусного впливу на синусовий вузол серця, що призвело до зниження напруження регуляторних механізмів та одночасно вказує на економізацію енергозатрат внаслідок активації адаптаційних механізмів та підвищення рівня резистентності.

В той же час, у симпатоніків у відповідь на тестове навантаження виявся найбільш виражений зсув вегетативного балансу в бік підвищення напруження механізмів регуляції серцевої діяльності та збільшення рівня енергетичного обміну в тканинах.

**У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** узагальнено результати дисертаційного дослідження відповідно до поставлених завдань. Представлено положення наукової новизни та відмінності отриманих результатів від відомих раніше.

Висновки роботи є логічним завершенням проведених автором досліджень, базуються на широкій інформаційній базі, що включає джерела наукового, нормативного і статистичного характеру. Результати розрахунків та висновки, зроблені на основі отриманих результатів, не викликають сумніву та становлять інтерес як для науки, так і для практики. Висновки до кожного розділу і дисертації в цілому відображають суть виконаних досліджень і тісно пов'язані з їх змістом.

Оцінюючи в цілому позитивно дисертаційну роботу слід зауважити, що автору не вдалося уникнути певних недоліків у роботі, які переважно носять дискусійний характер:

1. Автор використовує термін «стресостійкість». В той же час, в тексті роботи можна зустріти поняття «компенсаторні механізми адаптації». Виникає питання ці два поняття тотожні, чи протилежні?

2. При аналізі показників функціональної підготовленості борців високої кваліфікації автор застосував комплекс методів дослідження: варіабельність ритму серця, оцінка розвитку максимальної м'язової сили, біоімпедансометрія, метод кількісної оцінки рівня фізичного навантаження, лабораторні біохімічні методи. Але в багатьох випадках при розробці програм

з функціональної підготовки для борців високої кваліфікації враховується ступінь напруження автономної регуляції (за варіабельність ритму серця). Чому ця методика має перевагу?

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

Однак названі недоліки не вплинули на обґрунтованість і вірогідність основних положень, винесених здобувачем на захист, не применшують новизну, наукову й практичну значущість отриманих результатів.

**Загальний висновок.** Дисертаційна робота Ван Сяньюй «Побудова індивідуальних програм з функціональної підготовки для борців високої кваліфікації», є завершеним самостійним дослідженням, має наукову новизну, характеризується новим підходом і практичною цінністю, відповідає вимогам наказу МОН України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки № 759 від 31.05.2019) і «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), а її автор Ван Сяньюй заслуговує присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Рецензент:

завідувач кафедри водних видів спорту  
Національного університету  
фізичного виховання і спорту України,  
доктор наук з фізичного виховання і спорту,  
професор

Андрій ДЯЧЕНКО