

РЕЦЕНЗІЯ

доцента кафедри одноборств Харківської державної академії фізичної культури, кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента

Бойченко Наталі Валентинівни

на дисертаційну роботу **Пономарьова Віктора Олександровича**
«Особливості побудови тренувального процесу спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду», що подана на здобуття наукового ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Актуальність проблеми дослідження. Перехід спортсменів із різних видів спортивної діяльності до занять з рукопашного бою може відрізнятися залежно від конкретного спортсмена та його практичного досвіду, що вимагає від спортсмена зміни підходу до тренувань та психологічної підготовки. У той же час, наявність у спортсмена набутого досвіду, пов'язаного з різними видами бойових мистецтв, допомагає йому швидше засвоїти основи рукопашного бою. Перехід із циклічних видів спорту до рукопашного бою може вимагати від спортсмена, при наявності високого рівня аеробної витривалості, розвивати вибухову силу, координацію рухів, та засвоювати техніки ударів руками та ногами.

Таким чином, перехід із інших видів спорту до рукопашного бою може бути вдалим лише при зміні підходу до тренувань та адаптації спортсмена. Досвід у інших видах спорту є корисним, але важливо мати на увазі, що кожен спорт має свої унікальні вимоги та особливості.

Таким чином, досліджувана проблема Пономарьова Віктора Олександровича «Особливості побудови тренувального процесу спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду» є досить актуальною та дає можливість тренерам ефективного застосування індивідуального підходу при підготовці спортсменів з єдиноборств.

Зв'язок роботи із науковими програмами, планами, темами. Дисертаційна робота виконана згідно з науковими напрямками кафедри одноборств Харківської державної академії фізичної культури «Психо-

сенсорна регуляція рухової діяльності спортсменів ситуативних видів спорту» (номер 0116U008943) на 2016-2020 рр., а також «Оптимізація тренувального процесу в єдиноборствах» (номер 0121U112873) на 2020 та 2024 рр.

Роль автора, як співвиконавця, полягає у розробці структури та змісту річної підготовки спортсменів рукопашного бою, що враховувала їх фізіологічні та психологічні показники, а також показники загальної та спеціальної фізичної підготовленості.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації. У дисертаційній роботі відповідно до теми дослідження обґрунтовано наукові положення, висновки і рекомендації. Сформульовані мета, завдання, об'єкт і предмет дослідження відповідають темі дисертаційної роботи.

Результати дисертаційного дослідження дають достатньо повну відповідь на поставлені мету і завдання роботи. Результати досліджень об'єктивно підтверджені достатнім кількісним матеріалом і відповідним педагогічним експериментом.

Висновки у повній мірі відображають зміст та послідовність проведених досліджень і відповідають завданням роботи.

Достовірність і новизна отриманих наукових результатів. Достовірність наукових положень, результатів і висновків дисертаційної роботи забезпечена коректним використанням методів дослідження (зокрема, аналізом науково-методичної літератури; педагогічними методами; медико-біологічними методами дослідження; психофізіологічними методами дослідження; методами математико-статистичної обробки даних).

Протягом 2021-2023 рр. обстежено 40 членів збірної команди Інституту підготовки юридичних кадрів для Служби безпеки України Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого з рукопашного бою, що перекваліфікувалися з різних видів спорту. Вік спортсменів становив 19-22 роки. Усі учасники дослідження напередодні

переходу до тренувань з рукопашного бою були кваліфікованими спортсменами у боротьбі (група I – 14 осіб), боксі (група II – 10 осіб), кікбоксингу та тайському боксі (група III – 8 осіб), швидкісно-силових видах циклічних видів спорту, а саме: спринт, плавання на 50 та 100 м, трековий велосипедний спринт (група IV – 8 осіб). Кожна з груп займалася використовуючи розроблені автором структуру та зміст річної підготовки, що передбачали врахування антропометричних, фізіологічних та психологічних особливостей спортсменів кожної з груп.

Отримані здобувачем наукові положення та висновки підтверджено шляхом математичної обробки та статистичного аналізу.

Дисертаційна робота має **наукову новизну** одержаних результатів, дисертантом отримано вперше:

- розроблено структуру та зміст річної підготовки спортсменів рукопашного бою, що враховувала їх фізіологічні та психологічні показники, а також показники загальної та спеціальної фізичної підготовленості;
- визначено вплив набутого спортивного досвіду на фізичний та психологічний стан спортсменів, що перейшли до тренувань із рукопашного бою;
- встановлено сильні та слабкі сторони спортсменів, що мали високі спортивні показники у боротьбі, боксі, кікбоксингу та швидкісно-силових видах циклічних видів спорту на основі індивідуальних антропометричних, фізіологічних та психологічних показників, що лягло в основу побудови річного макроциклу;
- використано методи зниження психологічних бар'єрів протягом річного макроциклу для спортсменів рукопашного бою;
- визначено динаміку показників загальної та спеціальної фізичної підготовленості спортсменів рукопашного бою, а також їх фізичного та психологічного стану протягом річного циклу підготовки.

Практичне значення одержаних результатів пов'язане з можливістю розробки науково-прикладних положень удосконалення підготовки

спортсменів з рукопашного бою у структурі річного макроциклу. Основні положення дисертаційного дослідження стосуються рівня підготовленості спортсменів-рукопашників. Окремі напрацювання стосуються розробки методики ліквідації психологічних бар'єрів, що перешкоджають техніко-тактичному удосконаленню досягнутого рівня майстерності спортсменів з рукопашного бою.

Отримані результати можуть використовуватися спортсменами різних видів спорту, що переходять до рукопашного бою, тренерами, у вищих навчальних закладах, що готують тренерів з єдиноборств.

Основні результати дослідження впроваджено у навчальний процес Національної академії Національної гвардії України (акт впровадження від 15.02.2023), навчальний процес Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого (акт впровадження від 10.03.2023), навчальний процес Харківської державної академії фізичної культури (акт впровадження від 20.03.2023), тренувальний процес Управління у справах молоді та спорту Харківської обласної державної адміністрації (11.08.2023).

Повнота викладу матеріалів дисертації в опублікованих працях. Основні положення дисертаційної роботи висвітлено в 20 публікаціях, серед яких 6 статей у наукових виданнях, включених до переліку наукових фахових видань України категорії «Б» з наукового напрямку, за яким підготовлено дисертацію.

Характеристика основних положень роботи. Структура дисертаційної роботи має логічну завершеність. Робота складається з анотації, списку умовних скорочень, вступу, 5 розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи становить 262 сторінки у тому числі основного тексту – 179 сторінок. Дисертація містить 65 таблиць, 6 рисунків, 6 додатків. Список використаних джерел містить 195 найменувань.

У вступі дисертаційної роботи обґрунтовано актуальність обраної теми дослідження; відображено зв'язок роботи із науковими програмами, планами,

темами; сформульовано мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичне значення одержаних результатів; сформульовано особистий внесок здобувача; наведено дані про апробацію результатів дослідження та публікації, обсяг і структуру дисертаційної роботи.

У першому розділі **«Теоретичні основи підготовки спортсменів з рукопашного бою»** на основі опрацювання даних науково-методичної літератури здійснено аналіз особливостей підготовки спортсменів-рукопашників, більш детально автором розкрито психограма спортсмена з рукопашного бою та психологічний профіль рукопашника.

Аналіз науково-методичної літератури дозволив виявити ступінь вивченості проблеми, що досліджується. Провівши аналіз сучасних досліджень здобувач прийшов до висновку, що специфіка рукопашного бою передбачає вимоги до таких процесів як сприйняття, мислення, уявлення, увага. Спортсмен повинен миттєво переробляти цю інформацію, оцінювати тактичну ситуацію, вибирати з багатої кількості техніко-тактичних дій ті, що найбільш відповідають даній ситуації. Також, аналіз вказує на необхідність проводити оцінку психоемоційного стану спортсменів рукопашного бою під час підготовки в різних структурних утвореннях річного макроциклу, робити аналіз ефективності різноманітних впливів на психоемоційний стан спортсменів рукопашного бою та здійснювати синтез отриманих даних для підвищення якості тренувального процесу.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** у відповідності до поставлених завдань роботи розкрито методи дослідження та обґрунтовано доцільності їх використання. Описано організацію дослідження і контингент, що прийняв участь у педагогічному експерименті. Робота виконана в чотири етапи протягом 2019-2023 років. У дослідженні взяло участь 40 спортсменів, віком 19-22 роки. Контроль рівня фізичної підготовленості спортсменів здійснювався за допомогою педагогічного тестування. Визначення антропометричних даних та

функціональних можливостей за допомогою медико-біологічних методів дослідження. Також автор застосував батарею тестів для визначення психофізіологічних показників спортсменів-рукопашників.

У третьому розділі «Особливості психофізіологічного стану та фізичних показників спортсменів рукопашного бою в залежності від набутого спортивного досвіду» автором розкрито особливості перекваліфікації з різних видів спорту до тренування з рукопашного бою, виявлено антропометричні особливості різних груп спортсменів під впливом попередніх тренувань, здійснено аналіз показників загальної фізичної підготовленості спортсменів в залежності від попередніх занять різними видами спорту, аналіз функціональної підготовленості та психофізіологічних показників спортсменів, аналіз показників спеціальної фізичної підготовленості спортсменів. Також, здобувач встановив взаємозв'язок між спеціальними фізичними та психофізіологічними показниками спортсменів, що дозволило враховувати при побудові програми психологічної підготовки засоби розвитку тих компонентів, що необхідні для покращення спортивної форми в рукопашному бою.

Проведені здобувачем дослідження встановили різний рівень показників фізичної, функціональної та психологічної підготовленості спортсменів різних груп видів спорту, що вимагає це враховувати при побудові їх тренувального процесу, особливо у психологічному впливі під час занять рукопашним боєм.

У четвертому розділі «Структура, зміст та експериментальне обґрунтування річного макроциклу для спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду» здобувачем розкрито передумови розробки програми перекваліфікації спортсменів до тренувального процесу з рукопашного бою, зміст підготовки спортсменів рукопашного бою, що мали високі спортивні показники в інших видах спорту протягом річного макроциклу, засоби впливу на психологічні та психофізіологічні показники, що застосовувалися у групах спортсменів

рукопашного бою в межах річного макроциклу. Розробка структури та змісту річного макроциклу будувалася на основі даних, отриманих під час проведення констатувального експерименту, а саме відмінностях у антропометричних, фізіологічних, психофізіологічних, та психологічних показниках спортсменів були розподілені на чотири групи (група I – боротьба, група II – бокс, група III – кікбоксинг та тайський бокс, група IV – циклічні види спорту швидко-силової спрямованості), програма для кожної з груп будувалася з урахуванням визначених особливостей спортсменів, що входили до кожної з груп.

Також, в цьому розділі, автор експериментально обґрунтовує ефективність застосування річного макроциклу для спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду. Проаналізована динаміка показників загальної та спеціальної фізичної підготовленості, зміни психологічних бар'єрів та психофізіологічних показників спортсменів рукопашного бою протягом річного циклу підготовки. Розроблена, та експериментально перевірена авторська структура річного макроциклу дозволила спортсменам суттєво підвищити рівень загальної та спеціальної підготовленості, позитивно вплинула на психологічний стан спортсменів та їх фізіологічні показники. Це дає змогу рекомендувати її тренерам з рукопашного бою, у якості змісту побудови програми підготовки спортсменів у річних циклах. Також, підтвердженням ефективності тренувального процесу є успішні виступи спортсменів на змаганнях із рукопашного бою у змагальному періоді річного макроциклу.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» здобувачем узагальнено, систематизовано і обґрунтовано результати дисертаційного. Отримано наукові результати які доповнюють дані попередніх досліджень (щодо побудови річних макроциклів, щодо впливу психофізіологічних, фізіологічних показників, показників життєстійкості, на результативність спортсменів у різних видах спорту), результати що підтвердили або доповнили наявні дослідження (щодо

ефективності застосування індивідуального підходу при підготовці спортсменів, щодо взаємозв'язку між психологічним станом спортсмена та його психофізіологічними показниками і позитивного впливу психологічної підготовки на результативність у рукопашному бою) та абсолютно нові наукові дані (розроблено структуру, зміст річної підготовки спортсменів рукопашного бою, що враховували їх фізіологічні та психологічні показники, а також показники загальної та спеціальної фізичної підготовленості та доведено її ефективність, визначено вплив набутого спортивного досвіду на фізичний та психологічний стан спортсменів, що перейшли до тренувань з рукопашного бою, встановлено сильні та слабкі сторони спортсменів, що мали високі спортивні показники у інших видах спорту).

Дисертаційна робота містить висновки, список використаних джерел та додатки, де відображено інструкції з опитувань та обробки даних, наукові праці здобувача, відомості про апробацію результатів дослідження, акти впровадження результатів наукових досліджень.

За структурою та змістом дисертаційне дослідження має послідовність та логічність. Загальні висновки структурно повністю відповідають завданням дослідження та змісту основного тексту роботи, є логічними, доречними, відображають основні результати дослідження.

Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертаційної роботи. Загалом робота має завершений вигляд. Результати дисертаційного дослідження дають достатньо повну відповідь на поставлені мету і завдання роботи, об'єктивно підтверджені достатнім кількісним матеріалом і відповідним педагогічним експериментом. Позитивно оцінюючи дисертацію Пономарьова Віктора Олександровича, можна зазначити деякі зауваження, побажання і дискусійні питання:

1. В анотації та вступі формулювання п'ятого завдання дещо відрізняється.

2. У зв'язку роботи з науковими програмами, планами, темами бажано додати заклад вищої освіти відповідно плану науково-дослідної роботи якого виконується дослідження.

3. У четвертому розділі в назві підрозділу 4.4 «Зміни психофізіологічних показників спортсменів, які брали участь у дослідженні під впливом запропонованого річного макроциклу», судячи зі змісту підрозділу, не вистачає також «функціональних показників».

4. В четвертому розділі при опису річної програми для кожної групи розкрито мезоцикли та їх спрямованість, засоби впливу на психофізіологічні та психологічні показники, бажано було б більш широко розкрити засоби технічної та тактичної підготовки груп.

5. В передумовах розробки програми перекваліфікації добре описано особливості, що відрізняють кожну групу окремо. Бажано після аналізу динаміки всіх показників зробити такі висновки по кожній групі окремо систематизуючи результати.

6. В роботі зустрічаються технічні помилки.

Зазначені дискусійні питання не впливають на загальну позитивну оцінку поданої дисертаційної роботи.

Висновок про відповідність дисертації встановленим чинним вимогам. Дисертаційна робота Пономарьова Віктора Олександровича на тему «Особливості побудови тренувального процесу спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду» 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) та наказу Міністерства освіти і науки України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації» (із

змiнами, внесеними згiдно з Наказом МОН України №759 вiд 31.05.2019 р.),
а її автор Пономарьов Вiктор Олександрович заслуговує присудження
ступеня доктора фiлософiї в галузу знань 01 Освiта/Педагогiка, за
спецiальнiстю 017 Фiзична культура i спорт.

Рецензент:

кандидат наук з фiзичного
виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри одноборств
Харкiвської державної
академiї фiзичної культури,



Наталя БОЙЧЕНКО

Пiдпис БОЙЧЕНКО Наталi засвiдчує

Проректор з науково-педагогiчної роботи
Харкiвської державної академiї
фiзичної культури



Анатолій ГУБА