ВІДГУК

офіційного опонента, кандидата наук з фізичного виховання і спорту, доцента ОДЕРОВА Артура Михайловича на дисертацію ПОНОМАРЬОВА Віктора Олександровича за темою «Особливості побудови тренувального процесу спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду», подану на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт

Нагальною науковою та прикладною проблемою сучасного рукопашного бою є наукові пошуки можливостей перекваліфікації спортсменів різних видів спорту на рукопашний бій, які зумовлені як розвитком спортивної науки, так і вимогами практики. Серед актуальних напрямків розвитку рукопашного бою є перекваліфікація спортсменів з різних видів спорту, з урахуванням індивідуальних морфо-функціональних, психологічних особливостей, а також використанням раціональних навчально-тренувальних технологій. Слід зазначити, що процес перепідготовки кваліфікованих спортсменів з інших видів спорту до тренувань з рукопашного бою, як професійної частини представників силових структур, є актуальним питанням, а в умовах сьогодення набуло важливого значення.

Дисертант наголошує про необхідність підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів рукопашного бою, які раніше займалися іншими видами спортивної діяльності. Здобувач констатує наявність великої кількості авторських підходів щодо особливостей побудови тренувального процесу спортсменів в рукопашному бою з урахуванням набутого спортивного досвіду. Підвищення спортивних результатів спортсменів значно залежить від ефективності системи виховання й багаторічної підготовки. Цій проблемі присвячено наукові праці багатьох провідних вчених, в яких обґрунтовано фундаментальні положення теорії і методики рукопашного бою.

Але, зазначені дослідження недостатньо розкривають проблему

перекваліфікації спортсменів, що мали високі досягнення у різних видах спорту до рукопашного бою. Не розкритими залишаються питання психологічної підготовки при переході до рукопашного бою з інших видів спорту, особливостей побудови змагальних циклів в залежності від антропометричних, фізіологічних та психологічних характеристик спортсменів. Тому розробка і впровадження в тренувальний процес особливостей перепідготовки кваліфікованих спортсменів з інших видів спорту до тренувань з рукопашного бою, є актуальним питанням.

Актуальність даної дисертаційної роботи обумовлена нагальною науковою та прикладною проблемою побудови тренувального процесу спортсменів в рукопашному бою з урахуванням набутого спортивного досвіду, який забезпечить підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів рукопашного бою, які раніше займалися іншими видами спортивної діяльності.

Дослідження виконано 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 здобувача у виконанні зазначених наукових тем полягала в виокремленні науково-практичної проблеми галузі, виявлені впливу психофізіологічних показників на показники фізичної підготовленості у рукопашному бою; розробці структури та змісту річного макроциклу для спортсменів рукопашного бою, в залежності від їх набутого спортивного досвіду в інших видах спорту; перевірці ефективності впровадженого підходу у тренувальний процес спортсменів рукопашного бою шляхом виступу на змаганнях та за показниками загальної та спеціальної фізичної підготовленості.

Методологічною основою наукового обґрунтування особливостей побудови тренувального процесу спортсменів в рукопашному бою з урахуванням набутого спортивного досвіду обрано структуру річного

макроциклу спортменів-рукопашників з урахуванням набутого спортивного досвіду.

Зміст застосування методів теоретичного рівня полягав у вивченні науково-методичної літератури та документів, пов'язаних з плануванням та обліком тренувального процесу у рукопашному бою; оцінці рівня теоретичного й експериментального розвитку підготовки спортсменів рукопашного бою, особливостей переходу до рукопашного бою з інших видів спорту та визначення актуальності дослідження; педагогічного спостереження – для аналізу тренувального процесу та процесу відновлення спортсменів у рукопашному бою; педагогічного тестування – для встановлення базових показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану спортсменів; методів математико-статистичної обробки даних – аналіз отриманого фактичного матеріалу, що включав параметричні методи.

Аналіз обґрунтованості наукових положень, мети, завдань і висновків свідчить про їх логічний зв'язок.

Мета дослідження – підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів рукопашного бою, які раніше займалися іншими видами спортивної діяльності.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз науково-методичної літератури щодо питання підготовки спортсменів рукопашного бою.

2. Встановити рівень фізичної підготовленості у спортсменів з різних видів спорту при переході до занять з рукопашного бою.

3. Визначити вплив занять різними видами спорту на психофізіологічні показники.

4. Встановити кореляційний зв'язок технічних елементів спеціальної фізичної підготовки та психофізіологічних показників, що впливають на їх виконання.

5. Розробити структуру і зміст річного макроциклу та експериментально обґрунтувати їх ефективність при переході до занять з рукопашного бою.

Об'єкт дослідження – структура річного макроциклу спортсменів-рукопашників з урахуванням набутого спортивного досвіду.

Предмет дослідження – особливості підготовки спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду.

Наукова новизна роботи:

- *уперше:*

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 з 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;

використані 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.

- *підтверджено* дані щодо:

ефективності застосування індивідуального підходу при підготовці спортсменів;

впливу рухово-координаційних здібностей, фізичної працездатності, розумової діяльності на результат спортивних змагань;

взаємозв'язку між психологічним станом спортсмена, та його психофізіологічними показниками;

позитивного впливу психологічної підготовки на результативність у

рукопашному бою;

результативності таких психологічних технік, як психічна уява та візуалізація, створення ментальних образів, позитивна саморозмова, постановка мети за технікою SMART, використання технік релаксації;

ефективності вправ на візуальне відстеження з метою покращення швидкості реакції на предмет, що рухається.

- *доповнено* дані щодо:

впливу психофізіологічних показників на результативність спортсменів у різних видах спорту;

покращення психофізіологічних показників спортсменів протягом різних структурних утворень макроциклу, під впливом спеціальних фізичних вправ;

побудови річних макроциклів;

впливу показників життєстійкості на результативність у спорті;

впливу фізіологічних показників на результативність у різних видах єдиноборств.

Практичне значення одержаних результатів полягає в розробці 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.

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).

Особистий внесок здобувача полягає у визначені напряму, мети, завдань

дослідження та узагальнені теоретичного та експериментального матеріалу, проведенні педагогічного експерименту, а також аналізі та інтерпретації отриманих результатів.

У роботах виконаних у співавторстві, автору належить постановка проблеми, формулювання мети і завдань у дослідженнях, аналіз та узагальнення експериментальних даних.

Результати наукового пошуку здобувача обговорювались та доповідалися на міжнародних науково-практичних конференціях «Проблеми й перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах» (м. Харків, 2017, 2018, 2019, 2021 рр.); міжнародній науково-практичній конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи» (м. Харків, 2020 р.), «Wielokierunkowosc Jako Gwarancja Postępu Naukowego» (Warszawa, Polska, 2020 r.), «Новітні технології для захисту повітряного простору» (м. Харків, 2021 р.); всеукраїнських науково-практичних конференціях «Участь правоохоронних органів та військових формувань України у забезпеченні громадської безпеки» (м. Харків, 2017, 2018), «Службово-бойова діяльність Національної гвардії України: сучасний стан, проблеми та перспективи» (м. Харків, 2020 р.); Всеукраїнських та регіональних круглих столах «Актуальні питання забезпечення службово-бойової діяльності правоохоронних органів та військових формувань» (м. Харків, 2018 р.), «Актуальні питання забезпечення службово-бойової діяльності сил сектору безпеки і оборони» (м. Харків, 2019, 2021 рр.).

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 напряму, за яким підготовлено дисертацію.

Дисертація складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел, додатка. 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* обґрунтовано актуальність проблеми, визначено об'єкт, предмет дослідження, завдання, методологію і методи дослідження, розкрито наукову новизну, практичну значущість отриманих результатів й особливий внесок автора в опублікованих у співавторстві наукових працях; відображено апробацію результатів дослідження та кількість публікацій за темою дисертації.

У першому розділі *«теоретичні основи підготовки спортсменів з рукопашного бою»* на підставі вивчення інформації проведено узагальнення теоретичних та методичних підходів щодо сутності, поняття та методів підготовки спортсменів-рукопашників.

Окрім цього, окремі підрозділи присвячено основам психограми спортсмена з рукопашного бою та психологічному профілю рукопашника. Також увагу зосереджено на основних компонентах підготовки спортсменів з рукопашного бою, змісті та проблемах їхньої підготовки.

У другому розділі «*Методи та організація дослідження*» увагу зосереджено на розкритті методологічної основи дослідження, конкретизації змісту застосованих методів та організації дослідження. Серед методів дослідження використано групи загальнотеоретичних методів: аналіз науково-методичної літератури та інформації з ресурсів інформаційної мережі Інтернет, збір даних з бібліотек Харківської державної академії фізичної культури, Національної бібліотеки України імені Вернадського та бібліотеки Національного університету фізичного виховання та спорту України, педагогічне тестування, медико-біологічні та психофізіологічні методи дослідження, педагогічний експеримент та методи математико-статистичної обробки даних. Дослідження було проведене в період із 2019 по 2023 рр. із виокремленням чотирьох етапів.

У третьому розділі «*Особливості психофізіологічного стану та фізичних показників спортсменів рукопашного бою в залежності від набутого спортивного досвіду*» розглянуто особливості перекваліфікації з різних видів спорту до тренування з рукопашного бою, антропометричні особливості різних груп спортсменів під впливом попередніх тренувань та проаналізовано

функціональну підготовленість, психофізологічні показники та показники загальної фізичної підготовленості спортсменів в залежності від попередніх занять різними видами спорту.

Результати дослідження засвідчили, що для досягнення високих результатів у спорті одним з провідних значень є будова тіла, яка відіграє важливу роль у техніці рухових дій спортсмена під час тренувань та змагань. Окрім того проведені дослідження встановили різний рівень показників фізичної, функціональної та психологічної підготовленості спортсменів різних груп видів спорту, що вимагає враховувати при побудові їх тренувального процесу, особливо у психологічному впливі під час занять рукопашним боєм.

Зміст четвертого розділу «*Структура, зміст та експериментальне обґрунтування річного макроциклу для спортсменів рукопашного бою з урахуванням набутого спортивного досвіду*» стосувався кількох взаємопов'язаних складників. Увагу приділено розробці структури та змісту річного макроциклу, який будувався на основі даних, отриманих під час проведення констатувального експерименту, а саме відмінностях у антропометричних, фізіологічних, психофізіологічних, та психологічних показниках спортсменів. Програма для кожної з досліджуваних груп будувалась з урахуванням визначених особливостей спортсменів, що входили до них.

У подальшому, з метою розкриття окремих компонентів програми, річний макроцикл було побудовано таким чином, щоб спортсмени змогли покращити свої психофізіологічні показники за рахунок включення засобів впливу на психофізіологічні показники, які підбирались індивідуально, в залежності від того показника, на який необхідно було звернути особливу увагу для кожного конкретного спортсмена.

За час впровадження експериментальної методики була виявлена позитивна динаміка показників ЗФП та СФП протягом річного макроциклу, підвищилися фізіологічні показники у всіх групах, що досліджувалися та

спостерігалося статистично значиме зниження психологічних бар'єрів наприкінці дослідження в порівнянні з початковими значеннями.

Отримані результати свідчать про ефективність індивідуалізації тренувань спортсменів, враховуючи показники попередніх занять різними видами спортивної діяльності.

У п'ятому розділі «*Аналіз та узагальнення результатів дослідження*» проведене зіставлення отриманих наукових результатів із даними наукової та методичної літератури. На підставі критичного аналізу інформації отримані наукові результати, що виносяться на захист:

Дисертаційна робота виконувалась поетапно протягом 2019–2023 років і відповідно до мети та завдань дослідження включала чотири етапи.

Загалом дисертаційна робота Пономарьова Віктора Олександровича "Особливості побудови тренувального процесу спортсменів в рукопашному бою з урахуванням набутого спортивного досвіду" написана українською мовою із дотриманням наукового стилю, що відзначається адекватним застосуванням термінологічного апарату. Робота є цілісною і характеризується тематичною повнотою та розкриттям головної наукової ідеї автора. Надані у роботі наукові та практичні положення логічні та достатньо обґрунтовані. Викладені ідеї та розробки, що належать співавторам чи іншим авторам та критичний аналіз наукових поглядів інших авторів мають посилання на джерела.

Матеріал кандидатської дисертаційної роботи не було використано під час проведення наукових досліджень за темою дисертації.

Порушень академічної доброчесності не виявлено.

Загалом позитивно оцінюючи дисертаційну роботу, звертаємо увагу на окремі недоліки та дискусійні питання, зокрема:

1. В анотації (абзац третій) автор відображає та згадує різні прийоми як техніку рукопашного бою, хоча у науковій літературі усе зазначене зустрічається як «Класифікація прийомів рукопашного бою». Потребує пояснення, що саме мав на увазі дисертант?

2. Представлений у дисертаційній роботі об'єкт дослідження – структура річного макроциклу спортменів-рукопашників, на нашу думку, значно вужчий за проведені та представлені результати досліджень автора. Вважаємо, що проведені дослідження включають елементи усього повного циклу тренувального процесу, а не лише його структури.

3. На другому етапі своєї роботи дисертант вказує про встановлення кореляційного взаємозв'язку між психологічними показниками за тестом життєстійкості, психофізіологічними показниками та показниками ЗФП, хоча у четвертому завданні роботи мова йдеться про кореляційний зв'язок технічних елементів спеціальної фізичної підготовки та психофізіологічних показників. Хотілося би знати який саме кореляційний зв'язок та між якими показниками проводилося дослідження?

4. Перший та другий пункти у розділі «доповнено дані» на нашу думку відображають єдину думку (дублюються). Чи не доцільно дані пункти переформулювати або об'єднати?

5. В таблицях 4.2-4.8 стовпцям у яких записано групи спортсменів за доцільне присвоїти назву або показати цифрами біля t-критерію, так як не зовсім зрозуміло між яким групами спостерігається психологічний бар'єр.

6. В таблиці 4.9 автор пропонує орієнтовний план-конспект тренувального заняття спортсменів рукопашного бою із зазначенням по часу 127 хв. Потребує пояснення чому саме така кількість часу запропонована дисертантом, які умови враховувалися при розподілі часу на кожну із частини проведення заняття?

Вказані недоліки та дискусійні питання не знижують наукової цінності роботи та не заперечують її наукових результатів, що у сукупності розв'язують важливу наукову та прикладну проблему, мають істотне значення для фізичної культури та спорту, можуть бути використаними у практиці галузі.

Загалом, дисертаційна робота, є спеціально підготовленою кваліфікаційною науковою працею на правах рукопису, яку виконано здобувачем особисто за актуальною темою з використанням адекватних методів дослідження, характеризується єдністю змісту, містить нові науково

обґрунтовані теоретичні та експериментальні результати проведених здобувачем досліджень, які мають наукову новизну, теоретичне та практичне значення, свідчать про особистий внесок здобувача в науку та достатньо повно оприлюднені у наукових працях здобувача, відповідає спеціальності 017 – фізична культура і спорту, вимогам до оформлення дисертації, затвердженим Наказом Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017 р. № 40 (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки від 31.05.2019 р. № 759) та «Порядку присудження та позбавлення наукового ступеня доктора філософії», затвердженому Постановою Кабінету Міністрів України від 17.11.2021 р. № 1197, а її автор - ПОНОМАРЬОВ Віктор Олександрович заслуговує на присудження ступеня доктора філософії з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт.

Офіційний опонент:
Професор кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Артур ОДЕРОВ

Підпис Одерова А.М. засвідчую:
Тимчасово виконуючий обов'язки заступника начальника Національної академії сухопутних військ з наукової роботи, кандидат технічних наук, старший дослідник полковник

Дмитро ХАУСТОВ