ВІДГУК

офіційного опонента – доктора наук з фізичного виховання та спорту, професора Томенка Олександра Анатолійовича на дисертаційну роботу Кметюка Дмитра Ігоровича

на тему «УДОСКОНАЛЕННЯ РІЧНОГО ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КУРСАНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З ВІЙСЬКОВОГО П'ЯТИБОРСТВА ДО ПЛАВАННЯ З ПЕРЕШКОДАМИ» на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт

Актуальність теми

Актуальність проблеми дослідження в контексті необхідності удосконалення системи підготовки спортсменів та алгоритму якісного контролю за рівнем їх адаптації до тренувальних навантажень не викликає сумнівів. Реалізація питань розвитку військово-прикладних видів спорту в сучасних умовах як важливої складової підвищення професіоналізму військовослужбовців на даний час є одним з пріоритетів державної політики у сфері фізичної культури і спорту і здійснюється вона відповідно до основних положень Концепції розвитку фізичної підготовки і спорту в ЗСУ.

Сучасний спорт загалом і військове п'ятиборство зокрема вимагає постійного вдосконалення не тільки методик тренувань, а й якісного контролю за рівнем адаптації атлетів до тренувальних навантажень, що базується на останніх наукових дослідженнях. Враховуючи це, існує значний інтерес до розробки методик вдосконалення аеробних можливостей організму завдяки покращенню енергетичної ефективності кровообігу - високоінтенсивних інтервальних тренувань. Такі дослідження сприятимуть підвищенню ефективності спортивної підготовки та досягненню кращих результатів.

У наявних дослідженнях С. Романчука, А. Одерова, А. Полтавець, А. Кийка, О. Ольхового та наших публікаціях розглянуто окремі аспекти підготовки спортсменів та розвитку військових багатоборств загалом. Водночас дослідження питань деталізації у системі підготовки спортсменів на базі якісного контролю за рівнем їх адаптації до тренувальних навантажень під час підготовки до змагань з військового п'ятиборства залишається актуальним завданням, що потребує ґрунтовного аналізу як науковців, так і практиків. Саме на цьому і зосередив увагу автор дисертаційної роботи.

Зв’язок роботи з науковими програмами, темами, планами.

Дисертацію виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри олімпійського та професійного спорту Харківської державної академії фізичної культури «Перспективні напрями вдосконалення теоретичного та методичного забезпечення тренувальної діяльності у сучасному спорті» на 2020-2024 рр. (номер державної реєстрації 0120U101061).

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна

Обґрунтованість наукових положень підтверджується глибоким аналізом теоретичних положень спортивної науки, в тому числі особливостей удосконалення системи підготовки спортсменів. Автор досить коректно використовує наукові методи для аргументації отриманих результатів та висновків. Достовірність результатів дослідження обумовлена запропонованою концептуалізацією і механізмом інструментальних засад наукового дослідження сучасної наукової парадигми; використанням комплексу методів дослідження, адекватних об’єкту і предмету, меті і завданням дисертаційного дослідження; практичною апробацією отриманих результатів.

Предмет дослідження визначено його метою, яка полягала у удосконаленні річного тренувального процесу курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства до плавання з перешкодами шляхом вдосконалення аеробних можливостей організму завдяки покращенню енергетичної ефективності кровообігу методом впровадження авторського компоненту - високоінтенсивних інтервальних тренувань та вправ на розвиток емоційної компетентності.

У роботі вибрана адекватна стратегія і послідовність, що істотно підвищило достовірність і надійність одержаних результатів, коректною є статистична обробка отриманих емпіричних даних із урахуванням специфіки предмету та конкретних дослідницьких завдань. Сформульовані висновки відображають зміст проведених досліджень і відповідають завданням. Здобувач грамотно використовує методологічний апарат, що відноситься до вивчення предмету дослідження, та розкривається крізь призму авторського викладу.

Достовірність наукових положень обґрунтована достатньою тривалістю проведення досліджень (з 2021 по 2024 рр.), адекватним плануванням досліджень і обробкою одержаних матеріалів при достатній мірі вірогідності.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у тому, що вперше:

- науково обґрунтовано впровадження авторського компоненту – HIIT (High-Intensity Interval Training) тренувань, варіант короткий аеробний спринт (30-60 секунд роботи) в поєднанні з синхрогімнастикою і прогресуючою м’язовою релаксацією, як універсальної складової річної програми підготовки курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства до плавання з перешкодами для розвитку швидкості, вибухової сили, гнучкості та емоційної рівноваги;

- визначено динаміку змін швидкісних, силових, координаційних, здібностей, гнучкості, рівня аеробних можливостей спортсменів як результат впровадження HIIT (High-Intensity Interval Training) тренувань, варіант

короткий аеробний спринт, у програму підготовки курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства до плавання з перешкодами;

- встановлено кореляційні зв’язки між функціональним станом серцево-судинної системи в одиницю часу (ЧСС) і перфузійним індексом (кількість функціонуючих капілярів в одиницю часу), як результат впровадження авторського компоненту – HIIT (High-Intensity Interval Training) тренувань, варіант короткий аеробний спринт (30-60 секунд роботи), в поєднанні з синхрогімнастикою і прогресуючою м’язовою релаксацією у програму підготовки курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства до плавання з перешкодами;

- статистично підтверджено, що удосконалення річного тренувального процесу курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства до плавання з перешкодами шляхом впровадження вправ на розвиток емоційної компетентності – синхрогімнастики і прогресуючої м’язової релаксації – покращує стресостійкість спортсменів та стабілізує їх емоційну сферу й когнітивні здібності (складну зорово-моторну реакцію).

Практичне значення одержаних результатів є переконливим й полягає у: розробці авторського компоненту - HIIT (High-Intensity Interval Training) тренувань, варіант короткий аеробний спринт (30-60 сек. роботи) у поєднанні з синхрогімнастикою і прогресуючою м’язовою релаксацією, як універсальною складовою річної програми підготовки курсантів-спортсменів для розвитку швидкості, вибухової сили, гнучкості та емоційної рівноваги, що покращило результати плавання на 50 м з перешкодами.

Результати досліджень були впроваджені в освітній процес Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба; Військового інституту телекомунікацій та інформатизації імені Героїв Крут; Інституту Військово-Морських Сил Національного університету «Одеська морська академія»; Військового інституту танкових військ Національного технічного університету «Харківський політехнічний університет»; Національної академії Сухопутних військ імені гетьмана Петра

Сагайдачного; Житомирського військового інституту імені С. П. Корольова, що підтверджено відповідними актами впровадження.

Оцінка змісту дисертації, її завдань в цілому і основних положень

Дисертаційна робота викладена державною мовою на 225 сторінках тексту комп'ютерного набору, складається з анотації, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних літературних джерел, додатків. Усього використано 220 джерел наукової та спеціальної літератури. Робота добре ілюстрована та містить оптимальну кількість графічної інформації та таблиць (12 таблицями й 25 рисунками), що в цілому не перенавантажує основний текст, її складові тісно взаємопов'язані й ілюструють окремі важливі моменти проведеного дослідження.

У вступі обґрунтовано актуальність проблеми, подано зв'язок дисертаційного дослідження з темами плану науково-дослідної роботи ХДАФК; визначено мету, об'єкт, предмет, методологію дослідження; сформульовано завдання дослідження; обґрунтовано методи дослідження; розкрито наукову новизну, практичне значення отриманих результатів та особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві наукових працях; визначено сферу апробації та впровадження результатів дослідження, окреслено його етапи; наведені дані щодо кількості публікацій.

У першому розділі «ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З ВІЙСЬКОВОГО П'ЯТИБОРСТВА ДО ПЛАВАННЯ З ПЕРЕШКОДАМИ» зосереджена увага особливостях підготовки спортсменів під час воєнного стану, особливостях плавання з перешкодами як складової військового п'ятиборства, особливостях підготовки плавця спортсмена-багатоборця, способам управління тренувальним процесом плавців, а також охарактеризовано адаптаційний потенціал серцево-судинної системи як інтегрального показника функціональних змін та енергетичної ефективності кровообігу спортсмена-багатоборця та його роль у дисципліні плавання з перешкодами.

У підсумку здобувачем засвідчено, що сучасними резервами підвищення ефективності підготовки плавця-багатоборця є кінцеві точки, досягнення яких сприяє максимальному результату в змаганнях: розвиток швидкості, гнучкості, вибухової сили і психоемоційної рівноваги, здатності на комплексну сенсорну діяльність, що в цілому впливає на енергетичну ефективність кровообігу і на регуляцію можливих негативних вегетативних реакцій.

Другий розділ «МЕТОДИ Й ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ» надає науковий фундамент для результатів дослідження, в якому обґрунтовано доцільність застосування методів дослідження відповідно до мети, завдань, об'єкта та предмета дослідження, подано відомості про контингент обстежених та етапи проведення дослідження. Серед методів використано: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та даних Інтернет; педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент), методи визначення антропометричних і соматометричних показників: коефіцієнт пропорційності, показник міцності статури за Піньє; швидкісних, координаційних здібностей, вибухової сили, гнучкості, рівня аеробної потужності, спеціальної працездатності: тест Купера (плавання), тест «Стрибок у довжину з місця», тест «Координаційна проба в ускладнених умовах», тест «Нахил тулуба»; фізіолого-функціональних показників: індекс гіпоксії, індекс Робінсона, перфузійний індекс; психофункціональних показників: складна зорово-моторна реакція, рівень особистої і реактивної тривожності за опитувальником Спілбера-Ханіна, реакція серцево-судинної системи на психоемоційний стрес.

У третьому розділі «ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА РЕЗУЛЬТАТИ ЗМАГАНЬ ТА ФОРМУЮТЬ СКЛАДОВІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КУРСАНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З ВІЙСЬКОВОГО П'ЯТИБОРСТВА» подано аналіз морфопсихофункціональних параметрів курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства; результати визначення енергетичної ефективності

кровообігу при проходженні тесту Купера з плавання як вирішальний критерій оцінки спеціальної працездатності курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства в плаванні з перешкодами; принципи імплементації авторського компоненту – HIIT-тренувань разом з вправами на розвиток емоційної компетентності - у річний тренувальний процес курсантів-спортсменів з військового п'ятиборства до плавання з перешкодами.

Досить цінним є визначення умов для відбору претендентів до збірної команди з військового п'ятиборства. Зазначено, що для підготовки безпосередньо до змагань з ВП важливим є обрання в команду претендента, у якого індивідуальні показники мінімально, не більше ніж на 10%, відрізняються від середніх показників вікової та одностатевої когорти курсантів. При відборі в команду спортсменів-претендентів важливим є скринінг з урахування критеріїв включення/не включення, розроблених на підставі даних, отриманих під час вимірювань показників попередньої в когорті учасників.

Крім того, приведені результати експертного аналізу показали, що вміння контролювати свій емоційно-вольовий стан завдяки достатньому рівню емоційної компетентності, збереження когнітивних здібностей – пам’яті та уваги є важливими критеріями для збереження місця в команді для подальших тренувань.

У четвертому розділі «ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВПРОВАДЖЕННЯ АВТОРСЬКОГО КОМПОНЕНТУ В РІЧНУ ПРОГРАМУ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З ВІЙСЬКОВОГО П’ЯТИБОРСТВА ДО ПЛАВАННЯ З ПЕРЕШКОДАМИ» представлено динаміку міжгрупових фізіологічно-функціональних та психофункціональних показників курсантів-спортсменів з військового п’ятиборства залежно від типу програми тренувань (у першому та другому циклі річного тренувального процесу).

У розділі доведено, що експериментальне впровадження до програми підготовки спортсменів з військового п'ятиборства авторського компоненту вплинуло на динаміку фізіолого-функціональних показників, що

характеризують енергетичну ефективність кровообігу; психофункціональних показників, що впливають на енергетичну ефективність кровообігу: на достовірне ($p<0,05$) зменшення рівня реактивної тривожності за опитувальником Спілберга-Ханіна, 26,2±0,9 балів, після проходження тесту Купера, на достовірне збільшення часу збереження складної зорово-моторної реакції – після проходження тесту Купера через 1 хв. СЗМР зберігалася у 98%, через 3 хв – у 88% і через 5 хв – у 72% плавців-багатоборців.

В результаті також за даними ROC-аналізу визначення чутливості і специфічності HIIT-вправ, синхрогімнастики і прогресуючої м'язової релаксації доведено високу прогностичну їх значущість, що призводить до підвищення рівня аеробної потужності спортсменів з ВП. Завдяки покращенню ефективності кровообігу під впливом імплементованого в річну програму підготовки авторського компоненту чутливість і специфічність їх були визначені як високі.

У п'ятому розділі «АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ» подається обговорення результатів досліджень, де одержані дані узагальнено та інтегровано. У результаті проведеного дослідження сформульовано наукові положення трьох рівнів новизни, а саме: ті, що підтверджують, доповнюють, набули подальшого розвитку та отримані вперше.

Висновки відповідають завданням дослідження та змісту основного тексту роботи, є логічними та структурованими.

Загалом дисертаційне дослідження Кметюка Дмитра Ігоровича на тему «УДОСКОНАЛЕННЯ РІЧНОГО ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КУРСАНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З ВІЙСЬКОВОГО П'ЯТИБОРСТВА ДО ПЛАВАННЯ З ПЕРЕШКОДАМИ» написане сучасною українською мовою, науковим стилем із адекватним застосуванням термінів і понять. Робота є цілісною, характеризується тематичною повнотою та розкриттям головної наукової мети, а подані науково-практичні положення логічно викладені та достатньо обґрунтовані. Наведені ідеї, розробки та критичний аналіз

наукових поглядів, що належать співавторам або іншим авторам, мають посилання на відповідні джерела.

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 публікацій, серед яких: 3 статті у наукових фахових виданнях України категорії Б та 4 - апробаційного характеру. У публікаціях, що підготовані у співавторстві, чітко вказано авторський внесок. Порушень академічної доброчесності не виявлено.

Основні теоретичні і практичні положення дисертаційної роботи оприлюднено на VII-VIII Міжнародній науково-практичній конференції (2023-2024, м. Київ); International military sports council CISM International Symposium 2023 - Tunisia (29th October – 04th November, 2023).

Недоліки дисертації щодо їх змісту та оформлення

Разом з тим, у дисертаційній роботі присутні й недоліки та дискусійні положення:

1. У розділі 2 «Методи й організація дослідження» автор подає розширений опис стандартних методів дослідження, жодного разу не посилаючись на першоджерела, тому доцільним було б зупинитись лише на особливостях їх використання у роботі із наведенням посилань на джерела, де вони опубліковані. Крім того, у даному розділі в описі формувального експерименту подано комплекси вправ (прийоми синхрогімнастики та вправи прогресуючої м’язової релаксації), які не є методами наукового дослідження.

2. Теоретичні і практичні положення дисертаційної роботи оприлюднено на 3 міжнародних конференціях, 2 з яких у м. Київ та одна в Республіці Туніс, однак бажано було б розширити цей перелік конференціями всеукраїнського рівня.

3. Задекларованe дисертантом впровадження авторського компоненту - HIIT (High-Intensity Interval Training) тренувань, варіант короткий аеробний спринт (30-60 секунд роботи) в поєднанні з синхрогімнастикою і прогресуючою м’язовою релаксацією доцільно було навести у Практичних рекомендаціях чи навчально-методичному посібнику.

4. В аналізі та узагальненні результатів дослідження (розділ 5) бажано надати розгорнуте пояснення у чому принципова відмінність розроблених автором вправ на вміння контролювати свій емоційно-вольовий стан від традиційних комплексів вправ на розвиток саморегуляції, які використовуються у спортивному плаванні та багатоборстві?

5. У висновках роботи (бажано у висновку 2 або окремим висновком), відповідно до завдання 2 дисертаційного дослідження слід акцентувати увагу на поданні факторів впливу на показники аеробних можливостей організму спортсменів з військового п'ятиборства на етапі формування команди. Ці результати викладені у розділі 3, але не відображені у висновках.

6. У списку використаних джерел під номерами 161 та 202 не зазначено їх бібліографічні дані, водночас двічі (під номерами 155 та 184) подана наша стаття зі співавторами (DOI:10.13189/saj.2021.090428). Крім того слід відзначити невідповідність значної кількості наведених у тексті розділу 1 та висновку 1 роботи посилань на літературні джерела змісту наведеної там інформації. В процесі роботи над висновком опонента від автора отримано пояснення про наявну технічно помилку, яка призвела до зміщення нумерації джерел.

Перераховані недоліки та зауваження носять дискусійний характер, суттєво не впливають на науковий і методологічний рівень дисертації, не

знижують її загальної позитивної оцінки та спрямовані, в основному, на подальше вдосконалення творчих здібностей здобувача.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам

Дисертаційна робота Кметюка Дмитра Ігоровича на тему «УДОСКОНАЛЕННЯ РІЧНОГО ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КУРСАНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З ВІЙСЬКОВОГО П'ЯТИБОРСТВА ДО ПЛАВАННЯ З ПЕРЕШКОДАМИ» має достатнє теоретичне й практичне значення, є самостійним завершеним науковим дослідженням, яке розв'язує важливу для вдоскрналення тренувального процесу у військовому п'ятиборстві проблему, і 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. Ne 44) та наказу Міністерства освіти і науки України No 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації» (із змінами, внесеними згідно з Наказом МОН України No 759 від 31.05.2019 р.), а її автор заслуговує присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт».

Офіційний опонент:
професор кафедри теорії та методики фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор — Томенко Олександр Анатолійович

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка ЄДРПОУ 02125510

Підпис Томенка Олександра
засвідчую
Провідний проректор
Ганна Заїкіна
04 » 08 2025 р.