

## **ВИСНОВОК**

**про наукову новизну, теоретичне та практичне значення  
результатів дисертації Єзика Костянтина Андрійовича  
на тему «Удосконалення тренувального процесу  
висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі  
біомеханічного аналізу руху» на здобуття ступеня доктора філософії з  
галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка за спеціальністю 017 – Фізична  
культура і спорт**

(витяг з протоколу № 6 розширеного засідання кафедри атлетизму та силових видів спорту Харківської державної академії фізичної культури від 15 червня 2026 року)

**ГОЛОВА:** доцент кафедри атлетизму та силових видів спорту, доктор філософії з фізичної культури і спорту Ю.Є. Мартинюк.

**СЕКРЕТАР:** доцент кафедри атлетизму та силових видів спорту, к.фіз.вих. Л.В. Канунова.

**ПРИСУТНІ:** завідувач кафедри атлетизму та силових видів спорту, к.фіз.вих., доц. О.Б. Півень; д.фіз.вих., професор кафедри атлетизму та силових видів спорту, проф. В.Ю. Джим (*науковий керівник*); доцент кафедри атлетизму та силових видів спорту, к.фіз.вих. Є.В. Бугайов; викладач кафедри атлетизму та силових видів спорту, доктор філософії з фізичної культури і спорту А.В. Пилипко; професор кафедри теорії та методики фізичного виховання, д.фіз.вих., проф. О.М. Ольховий; завідувач аспірантури, к.пед.н., доц. І.І. Шапошнікова; доцент кафедри олімпійського та професійного спорту, к.фіз.вих., доц. Д.О. Окунь; доцент кафедри олімпійського та професійного спорту, к.фіз.вих., доц. С.О. Стадник; завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, д.пед.н., проф. К.В. Мулик; доцент кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, к.фіз.вих., доц. О.А. Тихорський; доцент кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, к.фіз.вих., доц. Г.П. Артем'єва; старший викладач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, доктор філософії з фізичної культури і спорту М.О. Джим; викладач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Н.І. Абдула; завідувач кафедри інформатики та біомеханіки, д.фіз.вих., доц. С.С. Пятисоцька; доцент кафедри водних видів спорту, к.фіз.вих., доц. О.В. Політько; доцент кафедри лижних видів спорту, велоспорту та туризму, к.фіз.вих., доц. Т.І. Гриньова.

### **ПОРЯДОК ДЕННИЙ:**

1) Публічна презентація наукових результатів дисертації Єзика Костянтина Андрійовича на тему «Удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі

біомеханічного аналізу руху» та її обговорення на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт у відповідності до Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44.

**Тема дисертаційної роботи** «Використання спеціальних засобів для покращення технічних та силових показників у висококваліфікованих пауерліфтерів» була затверджена на засіданні Вченої ради Харківської державної академії фізичної культури від 24 жовтня 2022 року (протокол № 9) та скорегована на «Удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі біомеханічного аналізу руху» на засіданні Вченої ради Харківської державної академії фізичної культури від 25 травня 2026 року (протокол № 8).

**Науковим керівником** призначено кандидата наук з фізичного виховання і спорту, доцента Тихорського О.А. (протокол Вченої ради Харківської державної академії фізичної культури № 9 від 24 жовтня 2022 року) та змінено на д.фіз.вих., професора Джима В.Ю. (протокол Вченої ради Харківської державної академії фізичної культури № 8 від 25 травня 2026 року).

**СЛУХАЛИ:** наукову доповідь здобувача кафедри атлетизму та силових видів спорту Харківської державної академії фізичної культури Єзика Костянтина Андрійовича на тему «Удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі біомеханічного аналізу руху» за матеріалами дисертаційної роботи на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 – Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт.

**УХВАЛИЛИ:** За результатами проведення публічної презентації та обговорення дисертації на розширеному засіданні кафедри атлетизму та силових видів спорту було прийнято рішення надати здобувачу Єзику Костянтину Андрійовичу позитивний висновок про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації.

## **ВИСНОВОК**

**1. Обґрунтування вибору теми дослідження та її зв'язок із планами наукових робіт.** Сучасний розвиток силових видів спорту, зокрема пауерліфтингу, характеризується постійним зростанням спортивних результатів, що зумовлює підвищення вимог до рівня спеціальної

підготовленості спортсменів та ефективності побудови їх тренувального процесу. У структурі змагальної діяльності пауерліфтерів жим штанги лежачи займає важливе місце, оскільки рівень результативності в цій вправі значною мірою визначає загальний підсумок виступу спортсмена, особливо на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Дані положення висвітлені у працях В. В. Мулика, В. Г. Олешка, В. М. Платонова, А. І. Стеценка та М. Stone.

У науково-методичній літературі В. Ю. Джим, Г. В. Коробейніков, В. В. Мулик, В. М. Платонов та Р. V. Комі доводять, що підвищення ефективності підготовки спортсменів високої кваліфікації пов'язане з необхідністю глибокого аналізу структури рухових дій, оптимізації технічної майстерності та раціонального використання засобів і методів тренування. Водночас у більшості наявних підходів до побудови тренувального процесу в жимі штанги лежачи переважає орієнтація на загальні показники силової підготовленості без достатнього урахування індивідуальних особливостей біомеханічної структури руху та параметрів його виконання.

Особливої актуальності набуває проблема удосконалення тренувального процесу саме у висококваліфікованих пауерліфтерів, оскільки на цьому рівні підготовленості традиційні підходи до розвитку силових якостей втрачають свою ефективність, а подальше зростання результатів можливе лише через оптимізацію техніко-тактичних дій та більш точного управління параметрами виконання вправи. У цьому контексті важливого значення набуває біомеханічний аналіз структури руху, який дає можливість визначити раціональні характеристики виконання жиму штанги лежачи, виявити «критичні» фази руху та встановити чинники, що обмежують реалізацію силового потенціалу спортсмена. На це вказують В. В. Гамалій, В. Ю. Джим, В. Г. Олешко, В. С. Elliott та R. Van den Tillaar.

Окрім цього, сучасні тенденції розвитку спортивної науки свідчать про зростання ролі контролю швидко-силових характеристик руху як одного з ключових інструментів управління тренувальним процесом. Використання кількісних показників швидкості руху, темпу виконання та силових параметрів дає можливість не лише оцінювати поточний рівень підготовленості спортсмена, але й оперативно коригувати навантаження з урахуванням індивідуальних можливостей і функціонального стану. Зазначені підходи відображено в роботах В. В. Дубового, В. Г. Саєнка, С. Barnett, А. García-Ramos та J. McBride.

Крім того, аналіз наукових джерел свідчить про недостатню розробленість питань інтегрованого використання біомеханічного аналізу та контролю швидко-силових характеристик у процесі підготовки

висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи. Відомі науці розвідки, як правило, розглядають ці підходи ізольовано, що обмежує можливості їх практичного застосування та не забезпечує комплексного впливу на структуру підготовленості спортсмена. На це звертають увагу Р. Ф. Ахметов, В. Ю. Джим, Sánchez-Medina та R. Van den Tillaar, J. Weakley.

Отже, спостерігаємо протиріччя між необхідністю підвищення ефективності тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи та недостатньою науковою обґрунтованістю підходів до інтегрованого використання біомеханічного аналізу й контролю швидкісно-силових характеристик руху. Це зумовлює актуальність обраної теми дослідження та визначає її наукову й практичну значущість.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами й темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до ініціативних тем науково-дослідної роботи Харківської державної академії фізичної культури, зокрема за темою НДР «Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих спортсменів у силових видах спорту та одноборствах» на 2021-2023 рр. (номер державної реєстрації 0121U109184); за темою НДР «Удосконалення тренувального процесу спортсменів різної спортивної кваліфікації у силових видах спорту, боксу та кікбоксингу» на 2024-2027 рр. (номер державної реєстрації 0124U005088).

Автор є співвиконавцем зазначених тем.

**Мета дослідження** – розробити та експериментально обґрунтувати ефективність побудови тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі використання даних біомеханічного аналізу та контролю швидкісно-силових характеристик руху.

**Завдання дослідження.**

1. Проаналізувати сучасний стан проблеми побудови тренувального процесу в жимі штанги лежачи у висококваліфікованих пауерліфтерів на основі даних науково-методичної літератури.
2. Визначити особливості біомеханічної структури руху в жимі штанги лежачи у висококваліфікованих пауерліфтерів з урахуванням фаз виконання вправи.
3. Дослідити швидкісно-силові характеристики виконання жиму штанги лежачи та встановити їх взаємозв'язок зі спортивним результатом.
4. Обґрунтувати критерії контролю техніки та швидкісно-силових характеристик у процесі підготовки висококваліфікованих пауерліфтерів.
5. Розробити та експериментально обґрунтувати ефективність методики удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих

пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі інтеграції біомеханічного аналізу та швидкісно-силового контролю.

**Об'єкт дослідження** – тренувальний процес висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи.

**Предмет дослідження** – показники біомеханічної структури руху та швидкісно-силові характеристики виконання жиму штанги лежачи у висококваліфікованих пауерліфтерів і їх вплив на ефективність тренувального процесу.

**2. Формулювання наукового завдання, нове вирішення якого отримано в дисертації.** Наукове завдання дисертаційної роботи Єзика Костянтина Андрійовича полягало у розробці та експериментальному обґрунтуванні методики удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі інтегрованого використання даних біомеханічного аналізу руху та контролю швидкісно-силових характеристик. У роботі вирішено актуальне науково-практичне завдання щодо підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів високої кваліфікації шляхом визначення найбільш інформативних біомеханічних і швидкісно-силових показників, розробки критеріїв контролю техніки виконання вправи та впровадження системи оперативного управління підготовкою у жимі штанги лежачи.

**3. Наукові положення, розроблені особисто дисертанткою, та їх новизна.** Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що *вперше*:

- теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено методику удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі інтегрованого використання біомеханічного аналізу руху та контролю швидкісно-силових характеристик;
- визначено особливості біомеханічної структури жиму штанги лежачи у висококваліфікованих пауерліфтерів під час виконання вправи з навантаженнями 50%, 70% та 90% від 1ПМ, що характеризуються змінами часових параметрів фаз руху, кутових характеристик плечового та ліктьового суглобів, а також швидкісно-силових показників залежно від величини обтяження;
- встановлено найбільш інформативні біомеханічні та швидкісно-силові показники, які визначають ефективність виконання жиму штанги лежачи у висококваліфікованих пауерліфтерів, зокрема часові характеристики фази «старт з грудей», максимальну потужність, швидкість та прискорення штанги;
- виявлено достовірні кореляційні взаємозв'язки між часовими характеристиками фаз руху, швидкісно-силовими показниками та спортивним

результатом у жимі штанги лежачи, що дало можливість визначити провідні фактори результативності у спортсменів високої кваліфікації;

- обґрунтовано систему критеріїв контролю техніки виконання та швидкісно-силових характеристик жиму штанги лежачи, яка базується на комплексному аналізі кінематичних, часових і динамічних параметрів руху та забезпечує підвищення ефективності управління тренувальним процесом.

*Підтверджено наукові дані щодо:*

- визначальної ролі раціональної техніки виконання жиму штанги лежачи, особливостей фазової структури руху та подолання критичної фази у забезпеченні ефективної реалізації силового потенціалу висококваліфікованих пауерліфтерів;

- впливу швидкісно-силових характеристик руху, зокрема показників швидкості, прискорення та потужності, на рівень спортивного результату в жимі штанги лежачи;

- ефективності використання біомеханічного аналізу, відео-комп'ютерного контролю та кількісних критеріїв оцінювання технічної і спеціальної підготовленості спортсменів для оптимізації тренувального процесу в пауерліфтингу.

*Доповнено та розширено дані щодо:*

- особливостей біомеханічної структури жиму штанги лежачи у висококваліфікованих пауерліфтерів під час виконання вправи з різними величинами навантаження (50%, 70% та 90% від 1ПМ);

- закономірностей зміни часових, кутових та швидкісно-силових характеристик руху залежно від величини обтяження та рівня спортивної майстерності спортсменів;

- методичних підходів до побудови тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів на основі інтегрованого використання біомеханічного аналізу та контролю швидкісно-силових характеристик руху.

**4. Обґрунтованість і достовірність наукових положень, висновків і рекомендацій, які захищаються.** Обґрунтованість наукових положень, результатів і висновків дисертації забезпечено комплексним використанням сучасних взаємодоповнювальних методів дослідження, адекватних меті, завданням, об'єкту та предмету дослідження. У роботі застосовано аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, методи біомеханічного аналізу руху, відеокомп'ютерний аналіз техніки виконання жиму штанги лежачи, методи визначення швидкісно-силових характеристик руху, педагогічний експеримент, кореляційний аналіз та сучасні методи математичної статистики.

Достовірність отриманих результатів підтверджується достатнім обсягом експериментального матеріалу, репрезентативністю вибірки висококваліфікованих пауерліфтерів, використанням сучасного програмного забезпечення для біомеханічного аналізу рухів, коректним застосуванням статистичних методів обробки даних, а також позитивними результатами педагогічного експерименту. Основні положення та результати дисертаційного дослідження неодноразово обговорювалися на засіданнях кафедри атлетизму та силових видів спорту, доповідалися на міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференціях і отримали позитивну оцінку фахівців галузі фізичної культури і спорту.

**5. Рівень теоретичної підготовки здобувача, його особистий внесок у розв'язання конкретного наукового завдання. Рівень обізнаності здобувача з результатами наукових досліджень інших учених.** Здобувач продемонстрував високий рівень теоретичної та методичної підготовки з проблематики спортивного тренування, біомеханіки рухової діяльності та системи підготовки висококваліфікованих пауерліфтерів. Автором здійснено аналіз сучасних вітчизняних і зарубіжних наукових джерел, визначено актуальні напрями удосконалення тренувального процесу у жимі штанги лежачи, сформульовано мету та завдання дослідження, обґрунтовано програму педагогічного експерименту.

Особисто здобувачем проведено експериментальні дослідження, виконано біомеханічний аналіз техніки жиму штанги лежачи при різних величинах навантаження, визначено швидкісно-силові характеристики руху, встановлено кореляційні взаємозв'язки між біомеханічними показниками та спортивним результатом, розроблено критерії контролю техніки виконання вправи та експериментально обґрунтовано авторську методику удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів.

Здобувач продемонстрував ґрунтовне володіння методологією наукових досліджень, сучасними методами біомеханічного аналізу рухів, статистичної обробки даних та інтерпретації результатів експериментальної роботи.

**6. Особистий внесок здобувача** полягає у визначенні напрямку, мети та завдань дослідження, аналізі й узагальненні науково-методичної літератури з проблем удосконалення тренувального процесу в пауерліфтингу, біомеханічного аналізу руху та контролю швидкісно-силових характеристик у жимі штанги лежачи, обґрунтуванні структури дослідження, організації та проведенні педагогічного експерименту, спрямованого на перевірку ефективності експериментальної методики підготовки висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі інтегрованого використання біомеханічного аналізу та контролю швидкісно-силових характеристик руху.

Здобувачем самостійно здійснено проведення експериментальних досліджень, відеокомп'ютерний аналіз техніки виконання жиму штанги лежачи, визначення часових характеристик фаз руху, кутових параметрів плечового та ліктьового суглобів, а також оцінювання швидкісно-силових показників спортсменів за різних режимів навантаження. Самостійно виконано збір, обробку та інтерпретацію експериментальних даних, проведено математико-статистичний аналіз результатів дослідження, сформульовано основні наукові положення, висновки та практичні рекомендації дисертаційної роботи.

**Наукове значення роботи** полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці методики удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі інтеграції біомеханічного аналізу руху та контролю швидкісно-силових характеристик. У дисертації визначено особливості біомеханічної структури жиму штанги лежачи при різних режимах навантаження, встановлено найбільш інформативні показники технічної підготовленості спортсменів та їх взаємозв'язок зі спортивним результатом.

Отримані результати розширюють сучасні наукові уявлення щодо механізмів підвищення ефективності тренувального процесу у пауерліфтингу, доповнюють теорію і методику спортивного тренування новими даними про роль часових, кутових та швидкісно-силових характеристик руху у забезпеченні результативності жиму штанги лежачи та створюють наукове підґрунтя для подальшого вдосконалення системи підготовки спортсменів високої кваліфікації.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає у можливості цілеспрямованого використання положень дисертаційної роботи для удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі біомеханічного аналізу та контролю швидкісно-силових характеристик руху. Розроблена експериментальна методика, спрямована на оптимізацію біомеханічної структури руху, удосконалення фази «старт з грудей», скорочення часу подолання критичної фази та підвищення швидкісно-силових показників, може бути застосована у практиці підготовки спортсменів високої кваліфікації у спортивних клубах, школах вищої спортивної майстерності, федераціях пауерліфтингу та інших закладах, що здійснюють підготовку спортсменів у силових видах спорту. Практичне значення результатів також полягає у впровадженні сучасних засобів біомеханічного контролю та відеоаналізу в систему підготовки спортсменів високої кваліфікації. Використання програмного забезпечення Kinovea та Dartfish забезпечує здійснення об'єктивного контролю техніки виконання

вправи, оперативне виявлення недоліків у структурі руху та своєчасну корекцію тренувального процесу відповідно до індивідуальних особливостей спортсменів.

**7. Використання результатів роботи.** Основні положення дисертаційної роботи впроваджено у практику тренувального процесу Комунального закладу «Комплексна дитячо-юнацька спортивна школа №9 Харківської обласної ради» (акт впровадження від 22.01.2026 р.), Комунального закладу «Дитячо-юнацька спортивна школа міста Чернівці Чернівецької обласної ради» (акт впровадження від 25.02.2026 р.), Комунального закладу «Златопільська дитячо-юнацька спортивна школа Златопільської міської ради Харківської області» (акт впровадження від 11.03.2026 р.), у навчальний процес кафедри атлетизму та силових видів спорту Харківської державної академії фізичної культури (акт впровадження від 17.04.2026 р.).

**8. Повнота викладу матеріалів дисертації в публікаціях та особистий внесок здобувача в публікації.** Положення і результати дисертаційної роботи знайшли своє відображення у 6 наукових публікаціях, 5 статей у фахових виданнях України, 1 – у матеріалах наукових конференцій.

*Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації*

1. Єзик К. А., Джим В. Ю. Особливості біомеханічної структури рухів жиму штанги лежачи під час виконання висококваліфікованими пауерліфтерами. *Фізичне виховання та спорт*. 2024. № 4. С. 147-155. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-4-20>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у проведенні експериментальних досліджень. Внесок Джима В.Ю. полягає в постановці завдань та в інтерпретації та формуванні висновків.*

2. Єзик К. А., Мартинюк Ю.Є. Удосконалення біомеханічної структури кутів ліктьових суглобів при виконанні висококваліфікованими пауерліфтерами змагальної вправи жиму штанги лежачи. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*. 2025. № 1. С. 142-149. <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2025.1.20>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в постановці завдань, проведенні експериментальних досліджень та в узагальненні результатів. Внесок Мартинюка Ю.Є. полягає в інтерпретації та формуванні висновків.*

3. Єзик К.А., Ленько Д.Є., Чернишов С.О., Джим В.Ю. Вплив занять пауерліфтингом на прояв антропометричних показників окружностей частин тіла пауерліфтерів на різних етапах багаторічної підготовки. *Фізичне виховання та спорт*. 2025. № 3. С. 120-128. <https://doi.org/10.26661/2663-5925->

[2025-3-15](#). Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в постановці завдань. Внесок Ленько Д.Є. полягає у проведенні експериментальних досліджень. Внесок Чернишова С.О. полягає в інтерпретації та формуванні висновків. Внесок Джима В.Ю. полягав у зборі і обробці літературних даних.*

4. Чернишов С.О., Ленько Д.Є., Єзик К.А., Джим В.Ю. Етапні зміни рівня загальної фізичної підготовленості у пауерліфтингу впродовж багаторічної підготовки. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*. № 3. 2025. С. 85-92. <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2025.3.12>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в інтерпретації та формуванні висновків. Внесок Чернишова С.О. полягає в постановці завдань. Внесок Ленько Д.Є. полягає у проведенні експериментальних досліджень. Внесок Джима В.Ю. полягав у зборі і обробці літературних даних.*

5. Єзик К. А., Деха Н.М., Джим В. Ю. Аналіз змін кутів біоланок ліктьових суглобів при виконанні висококваліфікованими пауерліфтерами змагальної вправи жиму штанги лежачи. *Фізичне виховання та спорт*. № 1. 2025. С. 268-274. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2025-1-35>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у проведенні експериментальних досліджень. Внесок Дехи Н.М. полягає в постановці завдань. Внесок Джима В.Ю. полягав у зборі і обробці літературних даних та в інтерпретації, а також формуванні висновків.*

#### ***Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації***

6. Єзик К.А., Півень О.Б. Біомеханічна структура техніки жиму штанги лежачи у висококваліфікованих пауерліфтерів: кінематика, динаміка та «Sticking region». *Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи: збірник тез XXV Міжнародної науково-практичної конференції, 4 грудня 2025 року*. Харків : ХДАФК, 2025. С. 117-119. <http://repo.khdafk.com.ua/xmlui/handle/123456789/1284>. *Особистий внесок здобувача полягає у проведенні експериментальних досліджень. Внесок Півня О.Б. полягає в постановці завдань.*

**9. Результати перевірки тексту дисертації з використанням однієї з антиплагіатних систем на наявність/відсутність текстових запозичень.** На підставі вивчення тексту дисертації та наукових праць здобувача, встановлено, що дисертаційна робота виконана самостійно, текст дисертації не містить плагіату, а дисертація відповідає вимогам академічної доброчесності (перевірку наявності текстових запозичень виконано в антиплагіатній системі StrikePlagiarism).

**10. Апробація матеріалів дисертації.** Результати досліджень оприлюднювалися на XIX, XX Міжнародних наукових конференціях

«Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти» (м. Харків, 2023, 2024 рр.); XXIII, XXV Міжнародних науково-практичних конференціях «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи» (Харків, 2023, 2025 рр.); студентській науковій онлайн-конференції «Сучасні наукові аспекти медико-біологічних знань у підготовці фахівців з фізичної культури та спорту, фізичної терапії, ерготерапії» (Харків, 2023 р.).

**11. Оцінка мови та стилю дисертації.** Матеріал дисертації викладено в логічній послідовності та доступно для сприйняття. Дисертація написана науковим стилем мовлення, структура дисертації відповідає алгоритму здійсненого автором дослідження. Зміст, структура, оформлення дисертації та кількість публікацій відповідають 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 року № 44), наказу Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017р. № 40 «Про затвердження вимог до оформлення дисертацій».

**12. Відповідність змісту дисертації спеціальності з відповідної галузі знань, з якої вона подається до захисту.** За своїм фаховим спрямуванням, науковою новизною і практичною значимістю дисертаційна робота Єзика К.А. відповідає спеціальності 017 – Фізична культура і спорт.

**13. Рекомендація дисертації до захисту.** Розглянувши дисертацію Єзика Костянтина Андрійовича «Удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі біомеханічного аналізу руху», наукові публікації за темою дисертації та результати публічної презентації наукових результатів дослідження, визначивши особистий внесок здобувача у виконання дисертаційної роботи та опубліковані наукові праці, кафедра дійшла висновку, що дисертаційна робота є завершеним самостійним науковим дослідженням, має наукову новизну, теоретичне та практичне значення, містить нові науково обґрунтовані результати та нове вирішення актуального наукового завдання щодо удосконалення тренувального процесу висококваліфікованих пауерліфтерів у жимі штанги лежачи на основі використання біомеханічного аналізу руху та контролю швидкісно-силових характеристик. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим Порядком присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 року № 44, що висуваються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії,

