

Голові Разової спеціалізованої вченої ради
PhD 11919
Запорізького національного університету,
д.фіз.вих., професору,
Карауловій Світлані Іванівні

РЕЦЕНЗІЯ

кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента
Соколової Ольги Валентинівни
на дисертаційну роботу **Апанасенка Андрія Вікторовича**
за темою «**Удосконалення показників фізичної підготовленості та
психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової
підготовки**», подану до разової спеціалізованої вченої ради Запорізького
національного університету
для захисту на здобуття наукового ступеня доктора філософії
з галузі знань 01 Освіта/Педагогіка
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Актуальність дисертаційної роботи. Сучасний розвиток спорту характеризується підвищенням вимог до рівня підготовленості спортсменів та необхідністю удосконалення системи їх багаторічної підготовки. Особливо важливим у цьому процесі є етап попередньої базової підготовки, на якому закладаються основи фізичного розвитку, формуються психофізичні здібності та створюються передумови для подальшого спортивного вдосконалення.

Гандбол як динамічний ігровий вид спорту потребує високого рівня розвитку швидко-силових якостей, витривалості, координаційних здібностей, швидкості реакції, уваги та здатності до швидкого прийняття рішень у змінних умовах змагальної діяльності. Ефективність ігрової діяльності значною мірою залежить від гармонійного поєднання фізичної підготовленості та психофізичних можливостей спортсменів, розвиток яких повинен здійснюватися вже на ранніх етапах спортивної підготовки.

Разом із тим аналіз науково-методичної літератури свідчить, що питання комплексного вдосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової

підготовки потребує подальшого наукового обґрунтування. Це зумовлює необхідність розроблення та впровадження ефективних методичних підходів до організації тренувального процесу юних гандболістів.

Таким чином, актуальність теми представленої дисертаційного дослідження зумовлена потребою підвищення ефективності підготовки спортивного резерву та вдосконалення навчально-тренувального процесу юних спортсменів.

Мета роботи: удосконалити показники фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки на основі інтегральної оцінки та аналізу їх динаміки.

Об'єкт дослідження – система підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Предмет дослідження – показники фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Суб'єкт дослідження – гандболісти на етапі попередньої базової підготовки.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз науково-методичних підходів до підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки з урахуванням взаємозв'язку фізичних і психофізичних складових спортивної діяльності.
2. Визначити рівень сформованості показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки.
3. Встановити взаємозв'язки між показниками фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів.
4. Розробити та застосувати інтегральний показник психофізичних здібностей гандболістів для їх комплексної оцінки та аналізу динаміки.
5. Обґрунтувати та реалізувати авторську програму для вдосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей

гандболістів на етапі попередньої базової підготовки.

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

Дисертаційне дослідження виконано у відповідності до теми: «Теоретико-методичні засади вдосконалення навчально-тренувального процесу у різних видах спорту» (державний реєстраційний номер: 0122U001108) плану науково-дослідної роботи Запорізького національного університету на 2022–2026 рр.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що у дисертації:

* – *уперше* обґрунтовано та реалізовано авторську програму, спрямовану на удосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки;

* – *уперше* обґрунтовано інформативні психофізичні показники, чутливі до змін тренувального процесу гандболістів на етапі попередньої базової підготовки;

* – *уперше* визначено та обґрунтовано індикатори ефективності тренувального процесу гандболістів на етапі попередньої базової підготовки, зумовлених реалізацією експериментальної програми на етапі попередньої базової підготовки;

* – *уперше* одержано нові наукові дані щодо змін показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів у процесі реалізації експериментальної програми на етапі попередньої базової підготовки;

* – *уточнено* структуру та зміст процесу підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки з урахуванням взаємозв'язку швидко-силових, координаційних і витривалості з психофізичними показниками (швидкість сенсомоторних реакцій, здатність до концентрації та переключення уваги);

* – *удосконалено* методичні підходи до організації процесу підготовки

гандболістів на етапі попередньої базової підготовки шляхом структурно-логічного поєднання засобів загальної, спеціальної фізичної та психофізичної підготовки з урахуванням вікових особливостей і специфіки ігрової діяльності гандболістів в межах експериментальної програми;

* – *додовнено та розширено* наукові уявлення про особливості динаміки психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки, що дало змогу виокремити інформативні індикатори ефективності застосування психофізіологічних засобів і методів у тренувальному процесі;

* – *набуло подальшого розвитку* наукове положення щодо можливостей цілеспрямованого впливу тренувальних навантажень на формування психофізичних здібностей гандболістів з урахуванням ігрового амплуа та специфіки змагальної діяльності;

* – *набула подальшого розвитку* інформація щодо педагогічної доцільності використання комплексних вправ і спеціалізованих засобів у підготовці гандболістів на етапі попередньої базової підготовки для підвищення ефективності тренувального процесу.

Практичне значення результатів дослідження полягає у можливості використання результатів оцінювання показників фізичної підготовленості та розробленого інтегрального показника психофізичних здібностей для аналізу їх динаміки у гандболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Запропонована авторська програма може застосовуватися у навчально-тренувальному процесі дитячо-юнацьких спортивних шкіл з гандболу з метою удосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей спортсменів. Отримані результати можуть бути використані тренерами для підвищення об'єктивності контролю фізичної та психофізичної підготовленості, корекції тренувальних навантажень і оцінювання змін показників під впливом тренувального процесу.

Результати дослідження впроваджено у практику освітнього процесу Запорізького національного університету, Львівського державного

університету фізичної культури імені Івана Боберського, Хмельницького національного університету та у навчально-тренувальний процес ДЮСШ № 3, ДЮСШ ім. Лагутіна-1 з гандболу Запорізької міської ради Запорізької області, збірної команди Полтавської області.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій. Усі наукові положення, висновки і рекомендації, які сформульовані у дисертації, достатньою мірою обґрунтовані експериментальними даними, відповідають меті та завданням роботи. Ступінь вірогідності отриманих результатів забезпечується тривалістю та кількістю експериментальних досліджень, використанням сучасних методів, які відповідають вимогам спортивної науки.

Достовірність отриманих результатів забезпечується адекватністю застосовуваних методів, достатнім обсягом і репрезентативністю експериментального матеріалу, що забезпечує високий рівень наукової обґрунтованості розроблених наукових положень.

Характеристика основних положень роботи. Дисертацію викладено українською мовою на 286 сторінках загального обсягу (227 сторінок – основний текст), робота містить 67 таблиць, 12 рисунків і 2 схеми. Структура дисертаційної роботи містить: анотації двома мовами (українською та англійською); список публікацій здобувача за темою дисертації; зміст; перелік умовних позначень, скорочень; вступ; п'ять розділів; висновки; список використаних джерел; додатки. У роботі використано 218 інформаційних джерел, з яких 145 – латиницею.

У вступі обґрунтовано актуальність роботи, визначено структурні компоненти – мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, методи, розкрито наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів, окреслено особистий внесок автора, наведено дані стосовно апробації досліджень, впровадження отриманих результатів у практику та зазначено кількість публікацій.

У *першому розділі* дисертаційної роботи «**Наукові засади підготовки**

гандболістів на етапі попередньої базової підготовки» висвітлені актуальні питання сучасної та класичної спеціальної літератури, а також джерел мережі Інтернет, що присвячені проблемам фізичної підготовки спортсменів у командних ігрових видах спорту. Здійснений аналіз засвідчив недостатню розробленість питань інтеграції фізичної та психофізичної підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки.

У *другому розділі «Методи та організація дослідження»*, для вирішення поставленої мети і завдань дослідження, розкрито особливості застосування комплексу взаємопов'язаних методів: методи теоретичного рівня дослідження; методи емпіричного рівня дослідження: педагогічне спостереження, педагогічний експеримент; педагогічне тестування; методи математичної статистики; описана організація досліджень та надана характеристика контингенту випробуваних. У педагогічному експерименті брали участь 103 гандболісти на етапі попередньої базової підготовки, які задіяні в чемпіонаті України серед юнаків, і складала експериментальну та контрольну групи.

Хлопці експериментальної групи тренувалися за розробленою програмою поліпшення показників їхньої фізичної підготовленості та психофізичних здібностей, а хлопці контрольної – здійснювали процес підготовки за типовою програмою.

У *третьому розділі «Фізична підготовленість та психофізичні здібності гандболістів на етапі попередньої базової підготовки»* на констатувальному етапі педагогічного дослідження, здійснено вивчення передумов розробки авторської програми підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки шляхом аналізу вихідного рівня показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей спортсменів, а також особливостей їх прояву з урахуванням ігрового амплуа та специфіки тренувально-змагальної діяльності.

Результати аналізу вихідних даних вказали на суттєвий дефіцит узгодженості між рівнем фізичної підготовленості та психофізичними

здібностями гандболістів. Зокрема, встановлено нерівномірність розвитку швидко-силових, координаційних і витривалих здібностей у поєднанні з низьким рівнем сенсомоторних реакцій, реакції вибору та когнітивно-моторної інтеграції, необхідних для ефективної реалізації техніко-тактичних дій у динамічних ігрових ситуаціях, що потребують швидкого прийняття рішень і точного виконання рухових дій в умовах обмеження часу на відповідь.

Виявлений дисбаланс посилювався залежно від ігрового амплуа, що проявлялося у відмінностях як рівня фізичної підготовленості, так і психофізичної готовності спортсменів, та свідчить про недостатню індивідуалізацію тренувального процесу.

Отримані результати дозволили стверджувати, що на констатувальному етапі підготовки переважає фрагментарний підхід до розвитку фізичних і психофізичних здібностей, який не забезпечує формування цілісної функціональної готовності гандболістів до змагальної діяльності. Вищезазначене обґрунтувало необхідність цілеспрямованої реалізації програми підготовки у підготовчому періоді макроциклу.

Таким чином, на констатувальному етапі педагогічного експерименту підтверджено необхідність впровадження інтегрованої програми підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки, спрямованої на узгодження вдосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей, підвищення рівня когнітивно-моторної інтеграції та забезпечення цілеспрямованого управління тренувальним процесом з урахуванням вікових особливостей, ігрового амплуа та специфіки змагальної діяльності.

У *четвертому розділі* **«Обґрунтування та реалізація експериментальної програми підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки»** наведено детальну характеристику розробленої й експериментально перевіреної авторської програми підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки, спрямованої на

удосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей на основі інтеграції засобів загальної, спеціальної фізичної та психофізичної підготовки з урахуванням вікових особливостей спортсменів і специфіки ігрової діяльності.

В її основі лежав інтегрований підхід до поєднання фізичної та психофізичної підготовки гандболістів, що передбачав системне використання засобів загальної й спеціальної фізичної підготовки у поєднанні з психофізичними тренувальними впливами, спрямованими на розвиток сенсомоторних реакцій, реакції вибору та когнітивно-моторної інтеграції.

Програму побудовано на основі комплексної оцінки рівня підготовленості спортсменів із застосуванням інтегрального показника психофізичних здібностей, що забезпечив диференціацію та індивідуалізацію тренувальних навантажень з урахуванням вікових особливостей, ігрового амплуа та специфіки змагальної діяльності. Зазначений підхід дозволив здійснювати цілеспрямоване управління тренувальним процесом і забезпечив узгодженість процесів мислення та рухової дії в умовах ігрової діяльності.

Структура експериментальної програми передбачала блочну побудову тренувального процесу, що забезпечувало поетапне та логічно узгоджене формування фізичної підготовленості й психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки. Кожен блок мав чітко визначену мету, зміст і спрямованість, а їх послідовність відповідала логіці адаптаційних процесів і віковим особливостям спортсменів.

Зміст адаптаційно-базового блоку мав суто підготовчий характер і створював функціональну базу, первинну адаптацію нервово-м'язової системи до поєднання фізичних і психофізичних впливів у подальшому підвищенні складності завдань.

У межах розвивального блоку здійснювався цілеспрямований розвиток провідних фізичних якостей, що визначають ефективність змагальної діяльності в гандболі, з одночасним формуванням психофізичних механізмів

їх реалізації.

Інтеграційний блок спрямований на поєднання фізичних і психофізичних компонентів підготовки в умовах, максимально наближених до змагальної діяльності; на формування когнітивно-моторної інтеграції, узгодженості процесів мислення та рухової дії, а також удосконалення здатності до швидкого прийняття рішень і їх реалізації в змінних ігрових ситуаціях. Засоби тренування включали спеціальні ігрові вправи з варіативними умовами виконання, елементи вибору та реакції на зовнішні стимули, що забезпечувало перенесення сформованих фізичних якостей і психофізичних здібностей у практику змагальної діяльності.

Перевірка ефективності розробленої програми підготовки здійснювалася у процесі формувального педагогічного експерименту шляхом порівняльного аналізу показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів контрольної й експериментальної груп. Оцінювалися зміни кількісних і якісних характеристик досліджуваних показників, а також спрямованість і вираженість функціональних зрушень під впливом експериментальних тренувальних навантажень.

Результати дослідження засвідчили, що впровадження авторської програми сприяло достовірному покращенню показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів експериментальної групи порівняно з контрольною. Зокрема, відзначено підвищення рівня сенсомоторних реакцій, реакції вибору та когнітивно-моторної інтеграції, що свідчить про зростання узгодженості процесів мислення та рухової дії в умовах ігрової діяльності.

Порівняльний аналіз динаміки показників дозволив встановити, що зміни в експериментальній групі мали більш виражений і системний характер, тоді як у контрольній групі вони носили переважно фрагментарний характер і не завжди досягали рівня статистичної значущості. Отримані результати підтверджують ефективність розробленої програми та доцільність її використання у навчально-тренувальному процесі гандболістів на етапі

попередньої базової підготовки.

У *п'ятому розділі* **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** проведено аналіз, обговорення та узагальнення даних, отриманих на різних етапах дисертаційного дослідження, а також їх зіставлення з фундаментальними науковими працями у сфері теорії та методики спортивної підготовки, а також з сучасними дослідженнями, що висвітлюють проблеми фізичної й психофізичної підготовки спортсменів у командних ігрових видах спорту.

Таким чином, у результаті проведеного дослідження узагальнено класичні та сучасні науково-методичні передумови вдосконалення тренувального процесу гандболістів на етапі попередньої базової підготовки, що дозволило обґрунтувати та експериментально впровадити авторську програму інтегрованої фізичної та психофізичної підготовки, спрямовану на підвищення рівня фізичної підготовленості, психофізичних здібностей і узгодженості процесів мислення та рухової дії в умовах змагальної діяльності. У результаті дослідження отримано чотири групи даних, які доповнюють і розширюють вже існуючі розробки та абсолютно нові результати дослідження.

Висновки відображають вирішення поставлених у дослідженні завдань.

Повнота викладення матеріалів у роботах, які опубліковані автором. Наукові результати дисертації висвітлені у 14 наукових працях (2 одноосібних), з яких 10 статей – у спеціалізованих фахових виданнях України, що індексуються в міжнародних наукометричних базах, 4 праці апробаційного характеру.

Апробація результатів дослідження. Основні практичні та теоретичні результати проведеного дослідження оприлюднено на наукових та науково-практичних конференціях: VI Міжнародна науково-практична конференція

«Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту, фізичної реабілітації та туризму у сучасних умовах життя» (м. Запоріжжя, Запорізький національний університет 18–19 квітня 2024 року); 8 Міжнародний конгрес

академічних спортивних досліджень «Аналітика оптимізованих стратегій тренувань та відновлення» (м. Трабзон (Турція) 7–9 жовтня 2024 року); XIII Міжнародна науково-практична конференція «Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи» (м. Дрогобич 15 травня 2025 року).

Дисертаційна робота пройшла відповідну перевірку на плагіат – порушень академічної доброчесності не виявлено.

В цілому позитивно оцінюючи дисертацію, слід відзначити окремі **дискусійні питання та недоліки, а саме:**

1. У роботі використано значний обсяг тестових показників фізичної та психофізичної підготовленості гандболістів, проте доцільно було б більш детально обґрунтувати критерії добору саме цих тестів та їх інформативність щодо специфіки змагальної діяльності у гандболі.

2. Автором запропоновано інтегральний показник психофізичних здібностей гандболістів, що є безперечно цікавим і перспективним підходом. Разом із тим у роботі доцільно було б ширше розкрити методикау його розрахунку та можливості практичного використання у системі педагогічного контролю тренувального процесу.

3. У розділі, присвяченому аналізу результатів педагогічного експерименту, наведено значний масив статистичних даних, однак у деяких випадках варто було б розширити інтерпретацію отриманих результатів у контексті сучасних наукових досліджень, що дозволило б ще повніше розкрити їх теоретичне значення.

4. У роботі запропоновано інтегральний показник психофізичних здібностей гандболістів. Яким чином визначалась інформативність показників, що увійшли до його структури, та чи можливе застосування цього інтегрального показника у системі оперативного педагогічного контролю тренувального процесу?

Зазначені зауваження не знижують наукової цінності роботи, мають переважно дискусійний характер і не впливають на високу значущість отриманих наукових результатів.

Висновок. Вважаю, що дисертаційне дослідження Апанасенка А.В. «Удосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки» повністю 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 змінами, внесеними згідно з Наказом МОН України № 759 від 31.05.2019 р.), а її автор – Апанасенко Андрій Вікторович заслуговує присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка.

Рецензент,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,

доцент, доцент кафедри теорії та методики

фізичної культури і спорту

Запорізького національного університету

 Ольга СОКОЛОВА

Підпис **Ольги Соколовой** засвідчено

Вчений секретар





Оксана ПРОЦЕНКО