

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

### РЕЦЕНЗІЯ

Товстоп'ятка Федора Федоровича, кандидата філософських наук, доцента  
на дисертаційну роботу Апанасенка Андрія Вікторовича  
«Удосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних  
здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки»  
на здобуття наукового ступеня доктора філософії  
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, 01 Освіта/Педагогіка

Сучасна система підготовки спортивних резервів в ігрових видах спорту, зокрема у гандболі, перебуває у стані постійної трансформації, що зумовлено інтенсифікацією змагальної діяльності та підвищенням вимог до когнітивних ресурсів атлетів. Гандбол сьогодні – це атлетична гра з високим ступенем невизначеності ситуацій, де успіх залежить не лише від фізичних кондицій, а й від швидкості та точності сприйняття інформації, оперативного мислення та здатності реалізовувати техніко-тактичні дії у дефіциті часу.

Етап попередньої базової підготовки (вік 12–14 років) є критичним періодом онтогенезу, коли закладається фундамент як фізичного розвитку, так і психофізіологічних механізмів управління рухами. Проте, аналіз існуючої практики свідчить про домінування традиційних підходів, де фізична та психофізична підготовка розглядаються як паралельні, а не взаємоінтегровані процеси. Дисертація Апанасенка А.В. спрямована на розв'язання цієї актуальної наукової проблеми шляхом розробки та експериментального обґрунтування методики, що базується на інтегральному оцінюванні та вдосконаленні психофізичних здібностей гандболістів.

Робота виконана згідно з планом НДР Запорізького національного університету на 2022–2026 рр. за темою «Теоретико-методичні засади вдосконалення навчально-тренувального процесу у різних видах спорту» (номер державної реєстрації 0122U001108).

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

Для досягнення поставленої мети автором було сформульовано та послідовно вирішено низку взаємопов'язаних завдань, серед яких:

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.

Дисертаційна робота Апанасенка А. В. має чітко виражену наукову новизну, що полягає у системному та комплексному підході до вирішення актуальної проблеми у системі підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Автором було вперше:

- *обґрунтовано* та реалізовано авторську програму, спрямовану на удосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки;
- *обґрунтовано* інформативні психофізичні показники, чутливі до змін тренувального процесу гандболістів на етапі попередньої базової підготовки;
- *визначено* та обґрунтовано індикатори ефективності тренувального процесу гандболістів на етапі попередньої базової підготовки, зумовлених реалізацією експериментальної програми на етапі попередньої базової підготовки;
- *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;

- *доповнено 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.

Практична цінність 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 обл.

Дисертаційна робота написана українською мовою, з коректним застосуванням наукових термінів. Оформлення дисертації відповідає встановленим вимогам до дисертацій на здобуття наукового ступеня доктора філософії. Дисертаційна робота Апанасенка А.В. має класичну для науково-

кваліфікаційних праць структуру, що складається з анотацій, переліку умовних позначень, скорочень, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел; додатків.

Загальний обсяг дисертації становить 286 сторінок (227 сторінок - основний текст), список використаних джерел складає 218 найменування, з них 145 - латиницею. Дисертація ілюстрована 67 таблицями, 12 рисунками, 2 схемами.

У вступі чітко обґрунтовано актуальність обраної теми, сформульовано мету та завдання, визначено об'єкт та предмет дослідження, розкрито наукову новизну та практичне значення роботи, а також подано відомості про апробацію та публікації результатів.

У першому розділі «Наукові засади підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки» здобувачем проведено ґрунтовний аналіз понад 218 літературних джерел, серед яких значна частка належить працям останніх років. Автор детально розглядає анатомо-фізіологічні та психологічні особливості підлітків 12–14 років, доводячи, що саме цей вік є сенситивним для розвитку координації та психомоторних реакцій. Критичний огляд існуючих програм для ДЮСШ дозволив Апанасенку А.В. виявити дефіцит засобів, спрямованих на розвиток психофізичної стійкості, що логічно підводить до необхідності власного дослідження.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» обґрунтовано комплексний науково-методичний апарат, спрямований на розв'язання завдань дисертаційного дослідження щодо вдосконалення підготовки гандболістів на етапі попередньої базової підготовки. Для отримання об'єктивних даних використано систему взаємодоповнювальних методів: теоретичні (аналіз та узагальнення літератури), емпіричні (педагогічне спостереження, констатувальний та формувальний експерименти, тестування) та методи математичної статистики. У педагогічному експерименті взяли участь 103 гандболісти. Розроблено узгоджену систему тестування, що включає 9 тестів для оцінки фізичної підготовленості (швидкість, сила, витривалість, координація) та 8 спеціалізованих тестів для діагностики психофізичних здібностей. Науково обґрунтовано застосування комплексного показника психофізичних здібностей, розрахунок якого автоматизовано за допомогою авторської комп'ютерної програми, що дозволяє об'єктивно моніторити динаміку готовності спортсменів до змагальних навантажень.

Сформований методичний інструментарій та поетапна організація дослідження забезпечили необхідну валідність і надійність результатів, що дозволило перейти до практичної реалізації експериментальної програми.

У третьому розділі «Фізична підготовленість та психофізичні здібності гандболістів на етапі попередньої базової підготовки» наведено результати первинного зрізу. Автор проводить глибокий факторний та кореляційний аналіз, який виявив, що рівень технічної майстерності юних гандболістів прямо залежить від показників стійкості уваги та швидкості переключення нервових процесів. Особливий інтерес викликають дані про неоднорідність психофізичних профілів гравців різних амплуа вже на етапі попередньої базової підготовки.

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» представлено характеристику та результати впровадження авторської експериментальної програми, що ґрунтується на інтегрованому поєднанні засобів загальної та спеціальної фізичної підготовки і вправ, спрямованих на розвиток психофізичних здібностей спортсменів. Експериментально підтверджено ефективність блочної структури програми (адаптаційно-базовий, розвивальний та інтеграційний блоки), яка забезпечила статистично значущу позитивну динаміку показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей спортсменів порівняно з традиційними підходами.

Доведено, що цілеспрямований психофізичний вплив сприяє покращенню сенсомоторних реакцій, когнітивно-моторної інтеграції та оперативності прийняття рішень в умовах ігрової діяльності з обмеженим часом на виконання

техніко-тактичних дій. Обґрунтовано інформативність інтегрального показника психофізичних здібностей, як об'єктивного критерію оцінки готовності гандболістів до змагальних навантажень. Отримані дані засвідчують, що запропонований підхід забезпечує необхідну функціональну узгодженість процесів мислення та рухової дії, що дозволяє максимально реалізувати фізичний потенціал спортсменів у динамічних умовах сучасної гри.

У п'ятому розділі «Експериментальна перевірка ефективності розробленої програми» здійснено порівняльний аналіз динаміки показників контрольної (КГ) та експериментальної (ЕГ) груп. Статистична обробка даних підтвердила перевагу авторської методики. Зокрема, у гандболістів ЕГ спостерігався достовірно вищий приріст ( $p < 0,05$ ) за показниками спеціальної спритності, швидкості реакції на вибір та інтегрального показника Кпфз. Автор переконливо доводить, що інтегрований вплив не лише забезпечує розвиток психофізичних здібностей спортсменів, а й опосередковано сприяє ефективнішому засвоєнню технічних навичок.

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, засновану на інтегрованому поєднанні засобів фізичної підготовки та розвитку психофізичних здібностей, спрямовану на підвищення рівня фізичної підготовленості, психофізичних здібностей і узгодженості процесів мислення та рухових дій у змагальній діяльності.

Згідно перевірки первинної документації та матеріалів академічної доброчесності порушень не виявлено. Всі поставлені здобувачем наукові завдання виконані повністю.

Дисертаційна робота Апанасенка А.В. є якісно виконаною науковою працею, що вносить значний вклад у теорію та методику гандболу. Загалом позитивно оцінюючи роботу, вважаємо за необхідне вказати на деякі зауваження та дискусійні положення, а саме:

1. У роботі використовується поняття «психофізична підготовка», тоді як у теорії спортивного тренування частіше застосовуються категорії психофізіологічні функції, сенсомоторні реакції або когнітивно-моторна інтеграція. Доцільно було б чіткіше окреслити зміст цього поняття та його місце в структурі підготовленості спортсменів.
2. У четвертому розділі при описі вправ із використанням світлових тренажерів варто було б надати більше схем розташування обладнання на майданчику для полегшення відтворення методики іншими тренерами.

3. Авторська програма підготовки має блочну структуру (адаптаційно-базовий, розвивальний та інтеграційний блоки), що є методично обґрунтованим підходом. Разом з тим у роботі доцільно було б більш детально представити кількісні параметри навантажень, співвідношення обсягу та інтенсивності вправ у межах кожного блоку.
4. У роботі доведено ефективність експериментальної програми щодо підвищення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів. Водночас доцільним було б більш детально розкрити механізми отриманого ефекту – зокрема з позицій нейром'язової регуляції та когнітивно-моторної адаптації спортсменів.

Зазначені недоліки не мають принципового характеру і не впливають на загальну високу позитивну оцінку дисертаційного дослідження.

**Висновок.** Дисертаційна робота Апанасенка Андрія Вікторовича на тему «Удосконалення показників фізичної підготовленості та психофізичних здібностей гандболістів на етапі попередньої базової підготовки» є завершеною, самостійною науковою працею. Вона містить нові науково обґрунтовані результати, що вирішують важливе завдання сучасної спортивної педагогіки.

За обсягом проведених досліджень, науковою новизною, глибиною аналізу та практичною значущістю робота 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 на присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка.

**Рецензент:**

кандидат філософських наук,  
доцент, доцент кафедри теорії та методики  
фізичної культури і спорту  
Запорізького національного університету

 Федір ТОВСТОП'ЯТКО

Проректор з наукової роботи,  
доктор технічних наук, професор

 Дмитро ЯРИМБАШ

