

Голові Разової спеціалізованої ради PhD 12960
Запорізького національного університету,
д.фіз.вих., професору,
Карауловій Світлані Іванівні

РЕЦЕНЗІЯ / ВІДГУК

Богуславської Вікторії Юріївни,
доктора наук з фізичного виховання та спорту, професора,
на дисертаційну роботу Білова Сергія Олександровича
«Підвищення фізичної та функціональної підготовленості плавців 10-11 років на
етапі попередньої базової підготовки»
на здобуття наукового ступеня доктора філософії
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, 01 Освіта/Педагогіка

Актуальність дисертаційного дослідження не викликає сумнівів і зумовлена сучасними тенденціями розвитку сфери фізичної культури і спорту, зокрема активним впровадженням інноваційних підходів та інформаційних технологій у підготовку спортсменів. В умовах складних соціально-економічних викликів та трансформаційних процесів в Україні особливої значущості набуває підвищення ефективності системи підготовки юних спортсменів.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить про достатню розробленість загальних засад багаторічної підготовки та періодизації тренувального процесу, однак практична реалізація цих положень у підготовці юних плавців, зокрема віком 10–11 років, потребує подальшого вдосконалення. Саме цей віковий період є сенситивним для розвитку фізичних якостей, функціональних можливостей та формування технічної майстерності.

Разом із тим, у сучасній практиці дитячо-юнацького спорту простежується низка проблем: переважання об'ємної водної роботи за рахунок недостатнього використання засобів сухопутної підготовки, обмежене застосування дихальних вправ, фрагментарний характер технічної підготовки, а також недостатній рівень індивідуалізації тренувальних навантажень. Зазначені недоліки знижують ефективність тренувального процесу та не повною мірою враховують вікові особливості юних спортсменів.

У зв'язку з цим науково обґрунтоване вдосконалення програм підготовки плавців 10–11 років на етапі попередньої базової підготовки, з урахуванням комплексного підходу, інтеграції різних тренувальних засобів та індивідуалізації навантажень, є своєчасним і практично значущим завданням.

Дослідження по темі дисертації Сергія Олександровича Білова проводилися відповідно до Планів науково-дослідної роботи Запорізького національного університету:

на 2022–2026 рр., за темою: «Теоретико-методичні засади вдосконалення навчально-тренувального процесу у різних видах спорту» (номер державної реєстрації: 0122U001108).

Наукові результати дисертації висвітлено в 14 наукових публікаціях: 1 стаття – у періодичному науковому виданні, проіндексованому в базі даних Scopus, 9 у спеціалізованих фахових виданнях України, 4 праці – апробаційного характеру.

Структура дисертаційного дослідження. Дисертація оформлена згідно вимог МОН України і складається з анотацій, змісту, переліку умовних

скорочень, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел, що містить 249 посилань, і додатків. Загальний обсяг роботи становить 254 сторінки.

У *вступі* аргументовано актуальність обраної теми дисертаційного дослідження, визначено мету й завдання, об'єкт і предмет дослідження, розкрито наукову новизну отриманих результатів, окреслено їх практичне значення та інші структурні елементи відповідно до встановлених вимог.

У *розділі 1* проведено теоретичний аналіз науково-методичної літератури, здійснено узагальнення та систематизацію даних з проблеми дослідження, а саме розглянуто: особливості підготовки плавців на етапі попередньої базової підготовки та ефективні засоби і методи розвитку фізичної та функціональної підготовленості плавців.

На підставі здійсненого аналізу наукової літератури, автором було визначено що, не зважаючи на значну кількість публікацій, які стосуються оптимізації підготовки плавців на етапі попередньої базової підготовки, актуальним залишається питання забезпечення раціонального поєднання засобів загальної, допоміжної та спеціальної підготовки, а також оптимального дозування тренувальних навантажень. Це сприятиме комплексному розвитку фізичних і функціональних можливостей юних спортсменів та підвищенню ефективності їх подальшого спортивного вдосконалення.

У *розділі 2* автором відповідно до мети та завдань дослідження обґрунтовано використання методів дослідження, описано організацію дослідження і контингент випробуваних.

Дослідження проведено з 2022 р. по 2026 р. в чотири етапи з послідовним вирішенням поставлених завдань.

У дослідженні взяли участь 86 плавців, віком 10-11 років (42 хлопчики і 44 дівчинки), що тренувались на етапі попередньої базової підготовки.

У роботі автором застосовано комплекс взаємопов'язаних методів дослідження, які забезпечують реалізацію поставлених завдань і взаємно доповнюють один одного, зокрема: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення науково-методичної літератури та інформаційних ресурсів мережі Інтернет); емпіричні (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, педагогічне

тестування рівня фізичної та функціональної підготовленості); методи математичної статистики.

У розділі 3 представлено результати констатувального етапу педагогічного експерименту, зокрема здійснено комплексну оцінку рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості, а також функціонального стану кардіореспіраторної системи і фізичної працездатності плавців 10–11 років.

У результаті дослідження встановлено, що досліджувані групи є статистично однорідними за всіма показниками; виявлено переважно середній рівень розвитку фізичних якостей, наявність резервів для вдосконалення швидкісно-силових і координаційних здібностей, а також обмежені функціональні резерви організму, що обґрунтовує необхідність цілеспрямованого вдосконалення тренувального процесу юних плавців.

У розділі 4 представлено обґрунтування, зміст і структуру авторської програми підготовки плавців 10–11 років на етапі попередньої базової підготовки, унікальність якої полягає у її комплексному характері та цілеспрямованій інтеграції різних тренувальних засобів. Автор обґрунтовує новизну підходу раціональним поєднанням водної та сухопутної підготовки, включенням дихальних вправ, спрямованих на розвиток функціональних можливостей організму, а також акцентом на розвитку швидкісно-силових і координаційних здібностей у поєднанні з удосконаленням техніки плавання. Важливою особливістю програми є її орієнтація на вікові та морфофункціональні особливості дітей 10–11 років, що забезпечує більш ефективну адаптацію до тренувальних навантажень і підвищення спортивних результатів.

Водночас у даному розділі наведено результати впровадження авторської програми з аналізом динаміки показників фізичної та функціональної підготовленості експериментальної та контрольної груп.

У результаті дослідження встановлено, що впровадження авторської програми сприяє достовірному підвищенню рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості, покращенню спортивних результатів, а також позитивним змінам функціонального стану кардіореспіраторної системи та фізичної працездатності юних плавців порівняно з традиційною підготовкою, що підтверджує її ефективність.

У розділі 5 узагальнено результати експериментальних досліджень, розкрито їх теоретичну та практичну значущість, окреслено дискусійні аспекти, актуальні напрями для подальших наукових пошуків, а також представлено певні обмеження, які необхідно враховувати при інтерпретації та екстраполяції даних дослідження. Все вище зазначене, дозволило розв'язати важливу наукову проблему – науково-методично обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити авторську програму побудови тренувального процесу плавців на етапі попередньої базової підготовки у підготовчому періоді річного макроциклу. Запропонована програма сприяла підвищенню рівня їхньої фізичної та функціональної підготовленості.

Разом з тим, на нашу думку, серед здобутих результатів представленого дисертаційного дослідження, найбільшу цінність, теоретичне і практичне значення має наукова новизна роботи:

- *уперше* науково обґрунтовано та експериментально перевірено авторську програму поліпшення фізичної та функціональної підготовленості плавців 10–11 років на етапі попередньої базової підготовки, побудовану за принципом поетапної зміни домінуючих механізмів енергозабезпечення у структурі підготовчого періоду річного макроциклу;
- *уперше* обґрунтовано структуру поєднання засобів загальної, спеціальної фізичної та функціональної підготовки у межах мезоциклів підготовчого періоду з урахуванням вікових особливостей та домінуючих механізмів енергозабезпечення;
- *уперше* встановлено особливості динаміки показників фізичної та функціональної підготовленості та структурної перебудови рівнів сформованості плавців 10–11 років в умовах реалізації експериментальної програми;
- *уточнено* закономірності адаптаційних змін кардіореспіраторної та нервово-м'язової систем у плавців 10–11 років упродовж підготовчого періоду;
- *доповнено та розширено* наукові уявлення про особливості формування фізичної та функціональної підготовленості плавців 10–11 років на етапі попередньої базової підготовки;
- *набуло подальшого розвитку* наукове положення щодо програмування тренувальних навантажень у плаванні на етапі попередньої базової підготовки з урахуванням вікової доцільності.

Зауваження та запитання. Слід зазначити, що разом з вагомими здобутками та важливими результатами робота має певні недоліки дискусійного характеру:

1. Назва підрозділу 1.1 «Особливості багаторічної підготовки на етапі попередньої базової підготовки у плаванні» потребує корекції, оскільки поняття «багаторічна підготовка» охоплює всю систему підготовки спортсменів, тоді як у підрозділі розглядаються особливості лише окремого її етапу. Доцільно конкретизувати назву відповідно до змісту
2. У роботі недостатньо обґрунтовано вибір тестів для оцінки фізичної та функціональної підготовленості плавців: відсутні чіткі посилання на наукові джерела або нормативні документи, на основі яких сформовано комплекс тестів.
3. У четвертому розділі дисертації спостерігається надмірна деталізація опису авторської програми підготовки (с. 107–125), зокрема змісту тренувальних вправ. Такий підхід перевантажує основний текст роботи та ускладнює сприйняття її наукових результатів. Доцільно подати узагальнену характеристику програми, а детальний опис вправ і

тренувальних засобів винести до додатків.

4. Висновки до розділу 4 потребують доопрацювання, оскільки містять надмірну кількість описової та несистематизованої інформації й не повною мірою відповідають вимогам до їх формулювання. Доцільно скоротити обсяг і подати матеріал у вигляді чітких узагальнених положень, що відображають основні результати дослідження.
5. Враховуючи значну практичну спрямованість дослідження, зокрема розроблення та впровадження авторської програми підготовки плавців 10–11 років на етапі попередньої базової підготовки, доцільним було б доповнити роботу узагальненими практичними рекомендаціями для тренерів-викладачів ДЮСШ щодо її використання у навчально-тренувальному процесі.
6. У тексті дисертації зустрічаються орфографічні, стилістичні та редакційні помилки, що суттєво не впливає на зміст роботи.

Слід зазначити, що висловлені дискусійні питання та зауваження принципово не впливають на загальну високу позитивну оцінку дисертаційної роботи, не знижують її наукового значення та практичної цінності.

Висновок. Дисертаційна робота Білова Сергія Олександровича на тему «Підвищення фізичної та функціональної підготовленості плавців 10-11 років на етапі попередньої базової підготовки», має достатнє теоретичне й практичне значення, є самостійним завершеним науковим дослідженням, яке 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. № 44, зі змінами) 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 Білов Сергій Олександрович заслуговує присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка.

Офіційний опонент:

доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор, професор кафедри теорії
і методики спорту,

Вінницького державного
педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського

Вікторія БОГУСЛАВСЬКА

