ВІДГУК

офіційного опонента,
доктора наук з фізичного виховання та спорту, професора
Пітина Мар'яна Петровича
на дисертаційну роботу Тищенко Дениса Григоровича
за темою: «Удосконалення процесу підготовки гандболісток високої кваліфікації»,
подану на здобуття ступеня доктора філософії
зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Актуальність теми. Розвиток жіночого гандболу характеризується суттєвим зростанням інтенсивності змагальної діяльності, підвищенням швидкості виконання техніко-тактичних дій, збільшенням кількості силових єдиноборств та необхідністю прийняття ефективних рішень в умовах жорсткого дефіциту часу. Такі тенденції висувають підвищені вимоги до рівня фізичної підготовленості спортсменок, функціональних можливостей організму, анаеробної працездатності та психофізіологічних функцій, від яких значною мірою залежить результативність змагальної діяльності.

У сучасному гандболі переважна частина ігрових дій виконується в умовах високої інтенсивності роботи, що супроводжується значною активізацією анаеробних механізмів енергозабезпечення, насамперед лактатного. Саме здатність спортсменок тривалий час підтримувати високий темп гри, ефективно реалізовувати техніко-тактичні дії та зберігати точність рухів в умовах наростаючої втоми є одним із визначальних чинників спортивного успіху.

Водночас ефективність ігрової діяльності гандболісток визначається не лише рівнем фізичної та функціональної підготовленості, а й особливостями психофізіологічного забезпечення. Швидкість сенсомоторних реакцій, стійкість і переключення уваги, оперативність мислення, точність прийняття рішень та здатність до адекватного реагування на зміну ігрової ситуації є важливими компонентами спортивної майстерності спортсменок високої кваліфікації. Зниження рівня прояву зазначених характеристик навіть за високих показників фізичної готовності може негативно впливати на ефективність змагальної діяльності.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що окремі аспекти фізичної підготовленості, анаеробної працездатності та психофізіологічних якостей гандболісток достатньо висвітлені у наукових дослідженнях. Проте недостатньо вивченими залишаються питання комплексного оцінювання зазначених складових підготовленості, їх взаємозв'язку та врахування під час планування тренувальних навантажень у структурі річного макроциклу спортсменок високої кваліфікації.

Також потребують подальшого наукового обґрунтування підходи до індивідуалізації тренувального процесу та підвищення ефективності педагогічного контролю за рахунок використання інтегральних показників психофізіологічного стану.

Зазначене спонукало здобувача до вибору напряму дослідження та теми дисертації.

Наголосимо, що дисертаційну роботу виконано відповідно 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.

Обґрунтованість наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх новизна. Виконання дисертації передбачало отримання комплексу наукових результатів та опрацювання даних на теоретичному та емпіричному рівнях із використанням коректно дібраних методів дослідження. Це забезпечило достовірність проведених узагальнень та дало можливість поєднати попередньо нагромаджений досвід, висвітлений в наукових джерелах із власними емпіричними даними (спостереженнями та експериментальною перевіркою). Це вказує на системний підхід до реалізації визначеного науково-практичного завдання сфери фізичної культури і спорту.

Структура дисертації відповідає вимогам до кваліфікаційних робіт цього рівня та містить всі необхідні компоненти. До її змісту входять анотації, перелік умовних скорочень, вступ, шість розділів основного тексту, у яких послідовно викладено теоретичні засади, методологію, результати експериментальних досліджень та їх інтерпретацію. Завершують роботу загальні висновки, список використаних джерел та додатки, що забезпечують повноту та цілісність викладу матеріалу.

Загалом дисертаційна робота виконана на 256 сторінках, з яких обсяг основного тексту становить 187 сторінок.

У вступі обґрунтовано актуальність науково-практичного завдання, визначено науковий апарат дослідження – чітко сформульовано мету та завдання, окреслено об’єкт і предмет роботи, а також наведено перелік застосованих методів дослідження. Така побудова вступної частини забезпечує логічну послідовність викладу та створює основу для подальшого розгортання змісту дисертації та розуміння послідовності отримання даних.

Виокремлено внесок автора, що чітко окреслює його роль у досягненні результатів. У вступі наголошено на науковій новизні дослідження, яка полягає у розробці нових підходів до побудови підготовки гандболісток високої кваліфікації, а також підкреслено практичне значення роботи для удосконалення тренувального процесу. Важливим елементом є подання відомостей про апробацію результатів, що

підтверджує їхню достовірність, та інформація про оприлюднення основних положень у наукових публікаціях.

Перший розділ «Теоретико-методичні засади удосконалення процесу підготовки гандболісток високої кваліфікації» присвячений комплексному аналізу стану розглянутої проблематики дослідження, зокрема визначено сучасні тенденції та особливості підготовки гандболісток високої кваліфікації виокремлено значення фізичної підготовленості як складової забезпечення ефективності змагальної діяльності спортсменок у гандболі. Окремими інформаційними блоками подано особливості енергозабезпечення змагальної діяльності в гандболі та психофізіологічні функції в структурі підготовленості гандболісток високої кваліфікації.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» детально висвітлено особливості використання методів, які були застосовані для вирішення основних завдань дослідження. Автор поєднав методи теоретичного та емпіричного рівня. Це дало змогу узагальнити науково-методичні джерела, перевірити отримані положення на практиці, забезпечити достовірність та обґрунтованість результатів.

До теоретичних методів віднесено аналіз і узагальнення науково-методичної літератури та ресурсів Інтернет-мережі з проблеми підготовки гандболісток високої кваліфікації; педагогічне спостереження за навчально-тренувальним процесом; педагогічний експеримент; педагогічне тестування з метою оцінки показників фізичної підготовленості, анаеробної роботоздатності, лактатного механізму енергозабезпечення та рівня прояву психофізіологічних якостей гандболісток високої кваліфікації; аналіз тренувальних навантажень; методи математичної статистики.

У педагогічному тестуванні застосовано тести: «Виконавчий когнітивний контроль у гандболі», «Сенсомоторна диференціація у гандболі», «Інгібіторний контроль у гандболі», «Просторово-цільова координація у гандболі», «Візуомоторна точність у гандболі», «Сенсомоторна реактивність у гандболі», «Інтерактивна сенсомоторна координація у гандболі», «Функціонально-рухова інтеграція у гандболі».

Оцінка показників фізичної підготовленості спортсменок здійснена за допомогою оцінювання показників швидкості (біг 30 м, с); швидкості руху, технічних навичок гандболісток з володіння м’ячем (ведення м’яча 30 м, с); координації рухів і здатності підтримувати високу ефективність технічних дій в умовах ліміту часу (передача м’яча за 1 хв, рази); вибухової сили ніг (стрибок у довжину, см); сила верхньої частини тіла, зокрема м'язів плечей, спини, рук і живота (кидок медболу 1 кг основною рукою, м).

Педагогічний експеримент проведено упродовж одного макроциклу підготовки із залученням 32 гандболісток високої кваліфікації з основного складу та резерву гандбольного клубу «Галичанка» м. Львів по 16 в експериментальній та контрольній групах.

Дослідження виконане впродовж 2022–2026 років у чотири етапи.

Третій розділ «Комплексна характеристика підготовленості гандболісток високої кваліфікації» присвячений аналізу характеристик психофізіологічних якостей, фізичної підготовленості та анаеробної роботоздатності гандболісток високої кваліфікації. Результати констатувального етапу дослідження засвідчили, що гандболістки високої кваліфікації експериментальної та контрольної груп мали статистично однорідний рівень психофізіологічної, функціональної та фізичної підготовленості, що підтвердило коректність подальшого проведення педагогічного експерименту. Більшість спортсменок характеризувалися задовільним рівнем розвитку психофізіологічних функцій і достатніми показниками анаеробної працездатності, водночас високий рівень цих характеристик практично не спостерігався. Виявлено залежність прояву психофізіологічних якостей від ігрового амплуа: найкращі показники швидкості прийняття рішень, просторово-часової координації та точності рухових дій продемонстрували розігруючі та кутові гравці. Разом із цим встановлено недостатній рівень розвитку окремих швидкісних і швидкісно-силових якостей, що обґрунтовує необхідність удосконалення змісту тренувального процесу шляхом застосування спеціалізованих засобів, спрямованих на розвиток психофізіологічних функцій, анаеробних можливостей організму та спеціальної фізичної підготовленості гандболісток.

Четвертий розділ «Експериментальна програма вдосконалення процесу підготовки гандболісток високої кваліфікації» присвячений обґрунтуванню структури та змісту тренувальної програми та визначення особливостей диференціації використання засобів тренування. Розроблена авторська програма вдосконалення підготовки гандболісток високої кваліфікації ґрунтувалася на комплексному поєднанні фізичної, техніко-тактичної, психологічної та ігрової підготовки з урахуванням завдань різних етапів підготовчого періоду. Її зміст передбачав цілеспрямований розвиток психофізіологічних якостей, координаційних і швидкісно-силових здібностей, анаеробної працездатності, статокінетичної стійкості та пропріоцептивного контролю, а також оптимізацію процесів відновлення. Особливістю програми стало диференційоване планування тренувального навантаження відповідно до фаз овариально-менструального циклу спортсменок, що забезпечувало більш раціональне поєднання навантажувальних і відновлювальних впливів. Застосовані спеціально-підготовчі вправи були

адаптовані до специфіки змагальної діяльності у гандболі та поєднували розвиток фізичних якостей із удосконаленням техніко-тактичних дій. Важливе місце у структурі програми посідали засоби психологічної регуляції та відновлення, використання яких узгоджувалося з характером і величиною тренувальних навантажень.

У п’ятому розділі «Оцінка ефективності розробленої програми вдосконалення процесу підготовки гандболісток високої кваліфікації» показано вплив авторської програми на динаміку змін психофізіологічних якостей, фізичної підготовленості та анаеробної роботоздатності та лактатного механізму енергозабезпечення гандболісток високої кваліфікації. Результати формувального етапу педагогічного експерименту засвідчили високу ефективність авторської програми вдосконалення підготовки гандболісток високої кваліфікації. Наприкінці дослідження спортсменки експериментальної групи продемонстрували статистично значуще покращення більшості показників психофізіологічних функцій порівняно з контрольною групою, що проявилося у підвищенні рівня когнітивного контролю, сенсомоторної диференціації, візуомоторної точності, сенсомоторної реактивності, інтерактивної сенсомоторної координації та функціонально-рухової інтеграції. Одночасно встановлено суттєве зростання рівня анаеробної працездатності спортсменок різних ігрових амплуа, а також достовірне покращення показників спеціальної фізичної підготовленості, зокрема швидкості пересування, ведення м’яча та виконання передач. Отримані результати свідчать, що впровадження комплексної програми, спрямованої на розвиток психофізіологічних якостей, функціональних можливостей і спеціальних рухових якостей, забезпечило більш виражені позитивні зміни у підготовленості гандболісток експериментальної групи порівняно з традиційною системою тренування, що підтверджує її доцільність та практичну ефективність.

У завершальному шостому розділі «*Аналіз та узагальнення результатів досліджень*» особливу увагу приділено доведенню основних результатів дослідження та їхньому зіставленню з наявними науковими і методичними даними у обраному напрямі. Це забезпечили об’єктивність і достовірність висновків. Результати, отримані експериментально, підтверджені порівнянням із сучасними науковими напрацюваннями. Це чітко окреслило місце роботи у загальному контексті розвитку спортивної науки у гандболі та підкреслило її практичну значущість.

Підсумком дослідження стали сформульовані висновки, які відображають зміст роботи та демонструють вирішення основних завдань. Вони узагальнюють результати теоретичного аналізу й емпіричних перевірок, підтверджуючи досягнення поставленої мети. Таким чином, дисертація відповідає вимогам до

кваліфікаційних праць та робить внесок у розвиток системи підготовки гандболісток високої кваліфікації.

Виходячи з аналізу структури та змісту, можна стверджувати, що робота має вивірену логіку побудови й послідовність викладу матеріалу. Чітке поєднання мети та завдань з результатами дослідження забезпечує її наукову цінність і практичну спрямованість. Це підтверджує, що дисертація виконана на високому рівні, а її положення можуть бути використані як у науковій, так і в прикладній діяльності у системі підготовки волейболістів.

Основними положеннями наукової новизни є те, що вперше науково обґрунтовано та експериментально перевірено структуру та зміст програми підготовки гандболісток високої кваліфікації з урахуванням раціонального розподілу тренувальних навантажень у мікро- та мезоциклах річного макроциклу. Вона побудована на основі врахування показників їх фізичної підготовленості, анаеробної роботоздатності, лактатного механізму енергозабезпечення та психофізіологічних якостей спортсменок. Також розроблено інтегральний індекс оцінювання прояву психофізіологічних функцій гандболісток високої кваліфікації та обґрунтовано рівні оцінювання спортсменок за рівнями їх сформованості.

Окрім того удосконалено підходи до побудови навчально-тренувального процесу гандболісток високої кваліфікації річного макроциклу та систему педагогічного контролю рівня підготовленості гандболісток. Набули подальшого розвитку наукові відомості щодо комплексного оцінювання психофізіологічних якостей гандболісток високої кваліфікації та планування тренувальних навантажень у мікро- та мезоциклах підготовки гандболісток високої кваліфікації.

Повнота викладу наукових результатів в публікаціях. За результатами виконання дисертаційної роботи виконано 16 праць, з яких 10 відображають основні результати дослідження та 6 – апробаційного характеру.

Основні результати дослідження отримали широке обговорення на конференціях різного рівня: XXII Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи» (м. Харків, 2022); Міжнародна науково-практична конференція «Здоров'я нації – базис фізичної культури і спорту» (м. Ченстохова, Польща, 2023); VI Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту, фізичної реабілітації та туризму у сучасних умовах життя» (м. Запоріжжя, 2024); 8 Міжнародний конгрес академічних спортивних досліджень «Аналітика оптимізованих стратегій тренувань та відновлення» (м. Трабзон, Турція, 2024); І Всеукраїнська наукова конференція «Пріоритетні напрями розвитку фізичної культури, спорту та рекреації» (м. Івано-Франківськ, 2024); ІІ Міжнародна науково-

практична конференція «Актуальні проблеми здоров'я, фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві» (м. Херсон, 2026).

Результати, отримані автором. впроваджено в освітній процес кафедри фізичної культури і спорту Запорізького національного університету, кафедри спортивних та рекреаційних ігор Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського, кафедри управління фізичною культурою і спорту Національного університету «Запорізька політехніка», а також у навчально-тренувальний процес жіночої збірної України та гандбольного клубу жіночої Суперліги «Галичанка» (м. Львів).

Вивчення структури та змісту дисертації, а також ознайомлення з науковими публікаціями автора й додатковими документами було підтверджено відсутність ознак порушення принципів академічної доброчесності. Це свідчить про коректність використання джерел, належне цитування та самостійність отриманих результатів, що забезпечує високий рівень довіри до роботи та її відповідність сучасним науковим стандартам.

Стиль і мова дисертації відповідають вимогам до кваліфікаційних праць: вона виконана українською літературною мовою, відзначається лаконічністю та дотриманням наукового стилю викладу. Виклад матеріалу є методично грамотним, логічно послідовним і зрозумілим для наукової аудиторії. Незначна кількість граматичних, технічних та стилістичних помилок не впливає на загальну якість роботи, що підтверджує ретельність підготовки та високий рівень академічної культури автора.

Пропозиції, зауваження та дискусійні положення:

При висвітленні підпункту «методи дослідження» у вступі до дисертації доцільно, поряд із зазначенням методу, надати більш детальний опис спрямованості його застосування (стор. 28);

Кількість положень наукової новизни на рівні «вперше» можуть бути зменшені за рахунок об’єднання окремих із них, адже змістовно вони тісно пов’язані та доповнюють одне одного (стор. 29);

У підпункті 2.4.1 «педагогічний експеримент» (розділ 2, стор. 48–49) варто охарактеризувати експериментальний чинник як керований фактор, умову, яку автор навмисно змінив в ході експерименту, щоб визначити її вплив щодо підготовленості гандболісток високої кваліфікації;

На рис. 3.3 (стор. 101) та інші зазначено дані щодо психофізіологічних якостей з диференціацією згідно ігрових амплуа (від 3 до 6 спортсменок за кожним). Виникає запитання, за допомогою яких методів математичної статистики здійснювали міжгрупове порівняння цих даних;

Потребують пояснення різні підходи до інтерпретації даних, так рис. 3.3 «Прояв психофізіологічних функцій гандболісток високої кваліфікації на початку дослідження за амплуа» містить диференціацію за ігровими амплуа, а для рис. 3.4. «Аналіз результатів дослідження фізичної підготовленості гандболісток високої кваліфікації експериментальної групи з урахуванням критеріїв норми» взято усю сукупність гандболісток;

Звертаючи увагу на зміст підрозділу 4.1. «Обґрунтування структури та змісту тренувальної програми гандболісток високої кваліфікації» варто говорити про висвітлення, здебільшого, передумов розроблення програми, що дає підстави рекомендації для зміни назви цього підрозділу.

Загалом висловлені зауваження, пропозиції та дискусійні моменти не знижуються рівня кваліфікаційної роботи.

Висновок. Дисертаційна робота на тему: «Удосконалення процесу підготовки гандболісток високої кваліфікації» є завершеним самостійним дослідженням, що відповідає вимогам наказу МОН України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації (зі змінами)», «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії (зі змінами)» (Постанова Кабінету Міністрів України від 12.01.2022 року, № 44), а її автор, Тищенко Денис Григорович, заслуговує присудження ступеня доктора філософії зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт, галузі знань 01 Освіта/Педагогіка.

Офіційний опонент:

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
проректор з науково-педагогічної роботи та міжнародних зв'язків,
професор кафедри олімпійського, професійного та адаптивного спорту
Львівського державного університету фізичної культури
імені Івана Боберського

Мар'ян ПІТИН