

## ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу **Дядечко Ігоря Євгеновича «Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих гандболісток з урахуванням специфічних особливостей організму»**, представлену в спеціалізовану вчену раду К 08.881.01 Придніпровської державної академії фізичної культури для захисту на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

### 1. Актуальність обраної теми

Досягнення високих спортивних результатів в умовах зростання конкуренції на міжнародній та вітчизняній аренах вимагає постійного вдосконалення техніко-тактичної майстерності, яка надалі залишається однією з найважливіших в ефективній підготовці спортсменів високої кваліфікації.

Проблема вдосконалення техніко-тактичної підготовленості спортсменів в спортивних іграх всебічно вивчалась науковцями і по даному питанню накопичений великий обсяг інформації. В роботах провідних фахівців гандболу, (Ж. Л. Козіна, 2009; С. Г. Кушнірюк, 2013; В. І. Циганок, 2013; С. Karcher, M. Buchheit, 2014; В. О. Мельник, М. П. Пітин, 2015; О. М. Соловей, 2015; В. О. Тищенко, 2015) розглядалися питання індивідуалізації тренувального процесу кваліфікованих гандболісток і його спрямованість на досягнення високого рівня загальнокомандної підготовленості, необхідність урахування специфічних функцій жіночого організму, а саме: планування тренувального навантаження з урахуванням фаз оваріально-менструального циклу, що дає можливість вирішити проблему диференціації тренувальних навантажень та їх ефективного застосування в різних структурних утвореннях.

Сучасні тенденції підвищення тренувальних і змагальних навантажень практично досягли межі можливостей організму спортсменок, важливим інструментом розв'язання наявних проблем вдосконалення тренувального процесу кваліфікованих гандболісток вбачається створення програм підготовки в різних фазах оваріально-менструального циклу (Ю. М. Шкретій, 2010; В. М. Платонов, 2012; А. А. Новіков, І. Ю. Радич, О. С. Морозов, 2014).

Не менш важливими складовими є також використання в тренувальному процесі засобів індивідуальної корекції психологічного стану спортсменок (О. В. Шевяков, 2010; В. І. Воронова, 2016).

Останні зміни правил змагань в гандболі обумовлюють значну інтенсифікацію гри, яка вимагає від гравців вміння ефективно виконувати техніко-тактичні прийоми в умовах, що швидко змінюються, у ситуаціях ліміту простору і часу, протиборства з боку суперників, тому в практиці спортивної

підготовки гандболісток виникає необхідність пошуку резервів, які дозволили б підвищити ефективність тренувального процесу.

Теоретичний аналіз наукових праць доводить, що проблема удосконалення тренувального процесу кваліфікованих гандболісток з урахуванням специфічних особливостей жіночого організму ще недостатньо досліджена.

Вищевикладене свідчить про актуальність наведеної проблематики і обумовлює практичну потребу побудови тренувального процесу з урахуванням специфічних особливостей організму кваліфікованих гандболісток і вплив її на ефективність змагальної діяльності.

Дисертаційну роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи в сфері фізичної культури і спорту на 2006-2010 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту 2.4.12.1п. за темою «Психолого-педагогічне обґрунтування підвищення ефективності спортивної діяльності та відновлювальних процесів після фізичних навантажень» (державний реєстраційний номер №0106U011985), плану науково-дослідної роботи кафедри спортивних ігор факультету фізичного виховання Запорізького національного університету на 2010-2013 рр. за пошуковою темою «Оптимізація навчально-тренувальної та змагальної діяльності в спортивних іграх» та 2014-2019 рр. за темою «Оптимізація навчально-тренувальної та змагальної діяльності в спортивних іграх» (державний реєстраційний номер №0114U002659).

## **2. Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації**

Дисертаційна робота складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку використаних джерел, додатків та актів впровадження. Дисертаційна робота викладена на 261 сторінці (де 197 сторінок основного тексту), містить 35 таблиць та 25 рисунків. У роботі використано 286 посилання на літературні джерела, з яких 43 – іноземних авторів.

Автором грамотно визначено теоретичну й методологічну основи дослідження, наукові положення, висновки і рекомендації, представлені в дисертації достатньою мірою обґрунтовані експериментальним матеріалом та відповідають меті й завданням роботи. В дисертації використаний комплекс методів дослідження які відповідають сучасним вимогам до кваліфікаційних досліджень.

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної автором теми, вказані об'єкт, предмет, мету, задачі та методи дослідження, охарактеризовано наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів, особистий внесок дисертанта, відображено апробацію матеріалів дисертації.

У першому розділі **«Сучасні вимоги до побудови тренувального процесу в гандболі»** дисертантом теоретично обґрунтовано зміст та особливості реалізації складових спортивної підготовки, фактори, що впливають на ефективність тренувального процесу в гандболі, особливості дозування тренувальних навантажень гандболісток відповідно до специфічних фізіологічних особливостей жіночого організму. Огляд науково-методичної літератури надав змогу виявити комплекс невирішених проблем щодо вдосконалення тренувального процесу кваліфікованих гандболісток, які стосуються визначення структури і змісту тренувального процесу з урахуванням специфічних фізіологічних особливостей кваліфікованих гандболісток; алгоритмізації тренувальних навантажень; застосування засобів спеціального психологічного супроводу з метою нівелювання впливу специфічних фізіологічних особливостей організму кваліфікованих гандболісток на ефективність тренувального процесу та змагальну діяльність. Окреслені дисертантом проблеми обумовили актуальність, своєчасність і доцільність обраної теми дисертації.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** автором описано та обґрунтовано необхідність застосування методів у відповідності до мети і завдань, об'єкту та предмету дослідження, наведено особливості організації та загальні відомості про контингент дослідження.

Дослідження було проведено в чотири етапи (з 2006 по 2017 рр.) на базі кафедр спортивних ігор та фізичної культури і спорту Запорізького національного університету, гандбольних команд української Прем'єр-ліги «Галичанка» (м. Львів), «Карпати» (м. Ужгород).

На першому етапі (2006-2009 рр.) було проведено вивчення, узагальнення та аналіз науково-методичної літератури, вітчизняного та міжнародного досвіду організації тренувального процесу кваліфікованих гандболісток, огляду сучасних підходів щодо вдосконалення тренувального процесу. Були сформульовані мета і завдання, відібрані й апробовані методи дослідження, визначені об'єкт і предмет дослідження. Визначено напрями виконання дисертаційної роботи та складено програму дослідження.

На другому етапі (2010-2012 рр.) проводився констатувальний педагогічний експеримент з метою визначення психологічного, функціонального станів та ефективності техніко-тактичних дій гандболісток у різних фазах ОМЦ. У констатувальному експерименті приймали участь 32 кваліфіковані гандболістки ГК «Карпати» (м. Ужгород) і ГК «Галичанка» (м. Львів).

На третьому етапі (2013-2015 рр.) проводився формувальний експеримент, який передбачав експериментальну апробацію розробленої програми побудови тренувального процесу кваліфікованих гандболісток у підготовчому періоді річного макроциклу на основі застосування диференційованих тренувальних навантажень і спеціального психологічного

супроводу (аутотренінгу) з урахуванням специфічних фізіологічних особливостей жіночого організму та ігрового амплуа; перевірено її ефективність.

У формувальному експерименті приймали участь 32 кваліфіковані гандболістки ГК «Карпати» (м. Ужгород) (контрольна група, n=16) та ГК «Галичанка» (м. Львів) (експериментальна група, n=16). Зафіксовано та проаналізовано показники психологічного й функціонального станів, ефективності техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболісток під час тренувальних занять і змагальної діяльності.

На четвертому етапі (2016-2017 рр.) здійснено порівняння показників контрольної та експериментальної груп і проведено статистичну обробку та аналіз отриманих результатів дослідження. На підставі аналізу отриманих даних зроблено висновки, оформлено акти впровадження результатів дослідження і надано практичні рекомендації. На цьому етапі завершилося оформлення тексту дисертаційної роботи.

У третьому розділі **«Визначення психологічного і функціонального станів та ефективності техніко-тактичних дій кваліфікованих гандболісток у підготовчому періоді річного макроциклу»** автором представлено результати констатувального експерименту.

Дисертантом відзначено, що цілому результати констатувального експерименту показали суттєву залежність рівня психологічного, функціонального стану та техніко-тактичної підготовленості спортсменок від фаз ОМЦ, що свідчить про необхідність розробки експериментальної програми побудови тренувального процесу кваліфікованих гандболісток із застосуванням диференційованих тренувальних навантажень, психологічного супроводу у менструальній, овуляторній та передменструальній фазах ОМЦ.

У четвертому розділі **«Обґрунтування побудови тренувального процесу кваліфікованих гандболісток з урахуванням специфічних фізіологічних особливостей організму»** дисертантом обґрунтовано та розроблено експериментальну програму побудови тренувального процесу кваліфікованих гандболісток на основі диференціації тренувальних навантажень і психологічного стану в різні фази ОМЦ.

Представлена програма побудови тренувального процесу дозволила ефективно вплинути на гандболісток, які були розподілені на групи відповідно до завдань тренувального процесу, фаз ОМЦ, психологічного стану, амплуа й оптимального прояву функціональних можливостей гравців.

Основними особливостями експериментальної програми тренувального процесу кваліфікованих гандболісток підготовчого періоду річного макроциклу, на відміну від традиційної, були структура і зміст тренувального процесу, у яких ураховано фази ОМЦ. Згідно з фізіологічними особливостями організму гандболісток проведено диференціацію тренувального навантаження за об'ємом, інтенсивністю, засобами; групову диференціацію за амплуа

(індивідуальна, групова, командна), у структуру та зміст тренувального процесу інтегровано засоби психологічного супроводу.

У п'ятому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**» автором узагальнено матеріали власних експериментальних досліджень, теоретичного аналізу науково-методичної літератури і досвіду практичної роботи, що дозволило автору вирішити важливу наукову проблему.

На основі проведених досліджень дисертантом підтверджено дані щодо зниження рівня фізичної роботоздатності та функціонального стану кваліфікованих гандболісток у певних фазах оваріально-менструального циклу

Доповнено та розширено знання щодо змісту та організації тренувального процесу, дозування тренувальних навантажень, застосування форм і методів спортивного тренування кваліфікованих гандболісток з урахуванням специфічних фізіологічних особливостей жіночого організму .

Вперше розроблено програму побудови підготовчого періоду тренувального процесу кваліфікованих гандболісток на основі застосування диференційованих тренувальних навантажень, ігрового амплуа та спеціального психологічного супроводу (аутотренінгу) з урахуванням специфічних фізіологічних особливостей жіночого організму; перевірено ефективність розробленої програми; удосконалено тренувальний процес з урахуванням специфічних фізіологічних особливостей організму кваліфікованих гандболісток; розроблено зміст структурних утворень макроциклу на основі застосування диференційованих тренувальних навантажень у різних фазах ОМЦ; впроваджено комплекс засобів спеціального психологічного супроводу (аутотренінгу) у різних фазах ОМЦ кваліфікованих гандболісток з метою нівелювання впливу специфічних фізіологічних особливостей жіночого організму на ефективність тренувального процесу і змагальної діяльності.

## **2. Достовірність результатів, їх новизна**

Із результатів проведеного дослідження логічно витікають обґрунтовані наукові положення, висновки та рекомендації, які містять наукову новизну.

У цілому висновки дисертаційної роботи підтверджують правильність рішення поставленої мети й завдань, їх обґрунтованість і достовірність обумовлена правильно обраним методичним підходом, належним рівнем науково-інформаційного супроводження, використання у роботі сучасних інформаційних методів дослідження, достатнім, для достовірних висновків, обсягом загальної вибірки випробуваних, а також коректним статистичним опрацюванням отриманих результатів і відповідають змісту наукової праці.

Практична значущість дисертаційної роботи полягає у впровадженні експериментальної програми побудови тренувального процесу кваліфікованих гандболісток на основі застосування диференційованих тренувальних навантажень та спеціального психологічного супроводу (аутотренінгу) з

урахуванням специфічних фізіологічних особливостей жіночого організму, що дозволяє удосконалити тренувальний процес і підвищити ефективність змагальної діяльності.

Результати дослідження апробовано та впроваджено в навчально-тренувальний процес гандбольних клубів «Мотор», «Мотор-2» (м. Запоріжжя), «Спартак» (м. Київ), «Реал» (м. Миколаїв), «Педуніверситет-Енерго» (м. Тернопіль), «Галичанка» (м. Львів), «БВУФК» (м. Бровари), «Карпати» (м. Ужгород), а також використано в навчально-виховному процесі кафедри фізичної культури і спорту Запорізького національного університету при вивченні дисциплін: «Спортивні ігри з методиками викладання (гандбол)», «Спортивно-педагогічне вдосконалення» СПВ (гандбол), «Теорія обраного виду спорту з основами методик (гандбол)»; у практичних семінарах Федерації гандболу Запорізької області та України, про що свідчать акти впровадження.

### **3. Повнота викладу результатів дослідження в опублікованих працях та відповідність публікацій вимогам Міністерства освіти і науки України**

Основні положення дисертаційної роботи у повній мірі представлено дисертантом у 14 статтях (у тому числі 13 одноосібних статей), 13 з них – у фахових виданнях з фізичного виховання і спорту України (три з яких увійшли до міжнародних наукометричних баз), 1 видання, що додатково відображає результати дослідження.

Основні положення й результати дослідження викладено в доповідях на конференціях міжнародних: «Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах» (Харків-Белгород-Красноярськ, 2006), «Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму в сучасних умовах життя» (Запоріжжя 2012, 2014, 2017); всеукраїнських: «Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту» (Харків, 2009); «Моделювання складних систем в області механіки людини, фізичного виховання і спорту» (Львів-Харків, 2010); щорічних: «Науковий потенціал ЗНУ»; наукових семінарах кафедри спортивних ігор факультету фізичного виховання Запорізького національного університету 2004-2016 рр., Федерації гандболу Запорізької області 2008-2016 рр.

Автореферат та публікації цілком відображають зміст дисертаційного дослідження за темою «Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих гандболісток з урахуванням специфічних особливостей організму». Таким чином, є всі підстави вважати, що робота відповідає вимогам ДАК України до дисертацій на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту зі спеціальності 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт.

#### 4. Зауваження і недоліки дисертаційної роботи та автореферату.

Оцінюючи в цілому дисертаційну роботу Дядечко Ігоря Євгенійовича позитивно, вважаємо за необхідне висловити окремі зауваження:

1. У розділі 1 (підрозділ 1.2 «**Фактори, які впливають на ефективність тренувального процесу в гандболі**») бажано було б більше уваги приділити інтегральній оцінці показників змагальної діяльності або визначенню індексу ефективності змагальної діяльності спортсменок, які спеціалізуються у гандболі з урахуванням специфіки ігрових амплуа, для подальшого вдосконалення тренувального процесу. Такі підходи є достатньо поширеними в ігрових видах спорту – баскетболі, волейболі, футболі та ін. Це дозволило б автору істотно конкретизувати фактори, що істотно впливають на ефективність тренувального процесу та змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток.
2. У констатувальному і формуальному експериментах приймали участь 32 кваліфіковані гандболістки ГК «Карпати» (м. Ужгород) і ГК «Галичанка» (м. Львів), у роботі не вказано за якими критеріями автор визначав експериментальну і контрольну групи.
3. В експериментальній програмі необхідно вказувати що положено в її основу, схожі і відмінні риси експериментальної і традиційної (для контрольної групи) програм.
4. Не зовсім зрозуміло, чому саме автор обмежився в експериментальних дослідженнях тільки підготовчим періодом макроциклу, адже в гандболі змагальні мікроцикли тривають протягом 7-8 місяців і складають найбільші, за абсолютною тривалістю та важливістю, складові макроциклу підготовки (змагальні мезоцикли).
5. В розділах 3 і 4, на наш погляд, доцільним було б висвітлити вплив тренувальних і змагальних навантажень кваліфікованих гандболісток у структурних утвореннях макроциклу (мікро- і мезоциклах) на процеси синхронізації фаз оваріально-менструального циклу спортсменок, що свідчить про наявність або відсутність ефекту МакКлінток. Наявність або відсутність синхронізації фаз оваріально-менструального циклу є дієвою передумовою для формування комплексів високоспеціалізованих вправ індивідуальної, групової або загальнокомандної спрямованості та дозволило б більш раціонально використовувати спеціальні тренувальні засоби.
6. В практичних рекомендаціях бажано було б більш детально висвітлити методику підбору та використання тренувальних навантажень різної інтенсивності для кваліфікованих гандболісток, які знаходяться, на момент тренування, в різних фазах оваріально-

менструального циклу, що дозволило б істотно покращити сприйняття наукового матеріалу тренерам-практикам.

7. В загальних висновках п. 2 недостатньо цифрового матеріалу по результатам констатувального експерименту (використовуються тільки загальні фрази: високий рівень психологічного напруження, суттєве підвищення рівня емоційного вигорання, спостерігаються достовірно знижені величини показників функціонального стану).
8. В роботі зустрічаються термінологічні неточності та орфографічні помилки: стр.115, 249, 250 та інші.

Але зазначені у відгуку зауваження не є принциповими. Вони не знижують теоретичної і практичної значущості дослідження та загального позитивного враження про виконану дисертаційну роботу.

### Загальний висновок

Дисертаційна робота Дядечко Ігоря Євгеновича «Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих гандболісток з урахуванням специфічних особливостей організму», є самостійною, завершеною науково-дослідною працею, в якій отримані науково-обґрунтовані результати, що дозволяють вирішувати актуальні задачі галузі фізичного виховання і спорту, зокрема, сприяють оптимізації навчально-тренувального процесу висококваліфікованих гандболісток, що позитивно впливає на підвищення ефективності гри.

Таким чином, очевидно, що дисертаційна робота «Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих гандболісток з урахуванням специфічних особливостей організму» відповідає п.11 «Порядку присудження наукових ступенів і присвоєння вченого звання старшого наукового співробітника», затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України від 24 липня 2013 р. № 567, а її автор, Дядечко Ігор Євгенович заслуговує присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту зі спеціальності 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт.

Офіційний опонент: кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту, декан факультету фізичного виховання



Підпис Солов'я О.М. засвідчую,  
начальник відділу кадрів ПДАФК і С

  
  
О.М. СОЛОВЕЙ  
Н.І. Дем'янова