

В І Д Г У К

офіційного опонента на дисертаційну роботу Перебийніса Володимира Борисовича «Індивідуалізація тренувальних програм в річному макроциклі дзюдоїстів на етапі виходу зі спорту вищих досягнень», представлену на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорт зі спеціальності: 24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт

Актуальність теми дисертації

Однією з соціальних та медико-біологічних проблем сучасного етапу розвитку суспільства є реадаптація та соціальна реабілітація елітних атлетів в умовах закінчення спортивної кар'єри. Безумовно, сучасний олімпійський та професійний спорт є досить потужним та популярним напрямом людської діяльності. На кульмінації своїх досягнень елітні спортсмени мають високий рівень популярності та соціального значення у суспільстві. Але, після закінчення спортивної кар'єри, виникають проблеми соціальної, біологічної та психологічної дизадаптації.

Одним з факторів дизадаптації організму спортсменів в умовах закінчення спортивної кар'єри є зниження рівня рухової активності, що призводить до підвищення сили гальмування та зниження сили збудливості нервової системи. Це у свою чергу провокує порушення сенсорної ланки сенсомоторних реакцій із одночасним погіршенням сприйняття і переробки інформації, зниження ефективності функціонування когнітивних функцій, зокрема уваги та пам'яті у пост спортивний період.

Таким чином, дизадаптація організму спортсменів високої кваліфікації в умовах закінчення спортивної кар'єри призводить до погіршення нейропсихічних функцій та прояву феномену прискореного старіння.

Сучасні дослідження у галузі спортивної науки спрямовуються на врахуванні індивідуальних властивостей організму спортсмена при побудові тренувального процесу. Однак, для ветеранського спорту необхідно враховувати також степінь постаріння організму спортсмена, його

функціональні резерви та спроможність виконувати тривалі навантаження.

Аналіз сучасних досліджень характеризує відсутність шляхів та порад щодо індивідуалізації тренувального процесу спортсменів на етапі виходу із спорту вищих досягнень.

Виходячи з вищезгаданого, виникає питання необхідності дослідження особливості побудови тренувального процесу дзюдоїстів різних вікових груп після виходу зі спорту вищих досягнень.

Таким чином, дисертаційна робота Перебийніса В.Б. «Індивідуалізація тренувальних програм в річному макроциклі дзюдоїстів на етапі виходу зі спорту вищих досягнень» є актуальною.

Актуальність роботи також визначає той факт, що вона виконувалась в межах Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України за темою 2.9. «Індивідуалізація тренувального процесу кваліфікованих дзюдоїстів» (номер державної реєстрації 0111U001723) та ініціативної теми кафедри одноборств Харківської державної академії фізичної культури на 2016-2018 рр. «Психо-сенсорна регуляція рухової діяльності».

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій з їх критичною оцінкою порівняно з відомими рішеннями.

Дисертація складається зі вступу, аналітичного розділу, методичного розділу, двох розділів результатів досліджень, розділ аналізу та узагальнення результатів дослідження, висновків, списку літератури.

Аналітичний огляд розкриває сучасний стан проблеми побудови тренувального процесу і техніко-тактичної підготовки єдиноборців-ветеранів.

Огляд літератури повністю відповідає суті дисертації, викладений логічно і розкриває питання пов'язані із проблемами прогнозу успішності в спорті та шляхів її можливого вирішення.

Для обґрунтування отриманих результатів автором застосовувалися роботи з теорії і методики спортивного тренування (А.А. Новіков, 2012; В.М. Платонов, 2015), індивідуалізації спортивної підготовки (О.І. Камаєв, 2000; В.В. Мулик, 2002; В.М. Платонов, 2004, 2015), сучасним технологіям підготовки спортсменів ветеранів (В.В. Мулик, В.І. Перевозник, 2017; С.Л. Пакулін, О.І. Камаєв, 2016; В.І. Перевозник, 2004).

Методичний розділ присвячено висвітленню використаних у роботі методик дослідження. Для вирішення поставлених завдань використано адекватні методи дослідження. Автор використовував теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичних літературних джерел та інформації у глобальній мережі Internet; педагогічне спостереження, анкетування, хронометрування, аналіз відеоматеріалів змагальної діяльності; дослідження морфо-функціональних характеристик та фізичної підготовленості; метод експертних оцінок; методи математичної статистики.

У третьому розділі автор провів аналіз морфо-функціонального стану та показники рухових якостей дзюдоїстів-ветеранів різних вікових груп. Визначено чинники, що впливають на причину виходу із спорту вищих досягнень. Проаналізовано мотивацію продовження тренувань у ветеранському спорті. Окремо автором вивчено причини травматизму у єдиноборствах та шляхи профілактики.

В роботі встановлено особливості прояву фізичних якостей дзюдоїстів-ветеранів різних вікових груп. Отримані результати вказують на гетерохронність вікової інволюції окремих морфо-функціональних характеристик та фізичних якостей спортсменів ветеранів.

Четвертий розділ присвячено обґрунтуванню розроблених тренувальних програм для борців-дзюдоїстів при виході зі спорту вищих досягнень. Автором показано тренувальні програми підготовчого періоду борців-дзюдоїстів в

різних вікових групах із зазначенням об'єму та інтенсивності навантажень, та періодизації тренувального процесу

Новим результатом роботи є виявлений гетерохронізм у змінах показників морфо функціонального стану дзюдоїстів ветеранів в умовах вікової інволюції. Автором показано, що первинною ланкою вікової інволюції у дзюдоїстів є уповільнення швидко-силових характеристик. Подальший процес інволюції впливає на погіршення можливостей прояву координаційних характеристик та витривалості. Однак, у групі спортсменів після 40 років виявляється стабілізація деяких показників морфо-функціонального стану. Означений результат відображає активацію адаптаційно-компенсаторних механізмів запобігання вікової інволюції в організмі спортсменів ветеранів, внаслідок рухової активності.

Таким чином, задачі, які поставлені у дисертації виконані у повному обсязі.

Достовірність і новизна отриманих результатів. Загалом, результати досліджень, отримані автором ретельно обґрунтовані і доведена їх достовірність. Висновки дисертаційної роботи в цілому відображають отримані результати і відповідають меті та завданням дослідження.

Практичне значення результатів досліджень. На основі проведеного дослідження та отриманих даних можна створювати відповідні програми для оптимізації тренувального процесу дзюдоїстів ветеранів із урахуванням особливостей вікової інволюції організму спортсменів.

Результати дисертаційної роботи впроваджено в практику роботи клубу з дзюдо «Слобожанець» м. Харкова, збірних команд Харківської області з дзюдо, КСДЮШОР «Динамо» м. Харкова, збірних команд України з дзюдо серед ветеранів, а також до навчального процесу Харківської державної академії фізичної культури, що підтверджується актами впровадження

Повнота викладення матеріалу дисертації в опублікованих працях і авторефераті. За матеріалами дисертації опубліковано 35 наукових праць, з них 9 статей в спеціалізованих фахових наукових виданнях, 1 – у іноземному науковому журналі, що входить до наукометричної бази Scopus, 22 статті у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій.

Рекомендації щодо використання результатів дисертації.

Матеріали досліджень можуть бути включені у практику підготовки спортсменів та у лекційні курси вузів України, які готують спеціалістів галузі олімпійського та професійного спорту.

Результати дисертаційної роботи доцільно використовувати у навчальних закладах Міністерства освіти і науки України, Міністерства молоді та спорту України, Академії педагогічних наук України, у спортивно-освітніх закладах.

Недоліки дисертації та автореферату щодо їх змісту й оформлення.

Оцінюючи в цілому дисертаційну роботу Перебийніса В.Б. «Індивідуалізація тренувальних програм в річному макроциклі дзюдоїстів на етапі виходу зі спорту вищих досягнень» позитивно, слід зупинитися на ряді положень, що потребують додаткових коментарів.

1. У підрозділі 1.3. автор розглядає фізіологічні особливості віку і загальну характеристику процесу підготовки дзюдоїстів-ветеранів. Ретельно описуються фізіологічні зміни в організмі людини в умовах вікової інволюції. В той же час, на жаль автор не використав класичні роботи В.В.Фролькіса в галузі геронтології, в яких показано біологічний процес адаптаційно-компенсаторних механізмів запобігання процесу старіння – вітаукту. Саме рухова активність, різновидом якої є ветеранський спорт, активує адаптаційні механізми анти старіння – вітаукту.

2. Автор застосовував визначення біологічного віку за формулою В.П. Войтенка, розробленою у 1984 році (у співавторстві із АВ Токарем та АМ

Полюховим). Однак, по-перше рівняння множинної регресії, покладеної у методику визначення біологічного віку має певні обмеження щодо використання. Дана методика розроблена в кінці 20 сторіччя на контингенті людей похилого віку старше 60 років, які не займалися спортом, або іншими видами рухової активності. Крім того, отримані на іншому контингенті коефіцієнти регресії не можуть бути використані на конкретному контингенті. Було б доцільніше розробити свою формулу множинної регресії для конкретного контингенту досліджених. Крім того, в роботі не представлено даних біологічного віку обстежених. Для більш достовірних даних біологічного віку доцільніше було б застосувати методику оцінки темпів старіння та біологічного віку за А.Л. Решетюком із співавторами (1996).

Аналогічне зауваження щодо оцінки адаптаційного потенціалу, розробленого Р.М. Баєвським у 1979 році.

3. Не зовсім вірно вказано, що автором теорії адаптації є В.М. Платонов та М.Г. Пшеннікова. Хоча, фактично поняття теорії адаптації, зокрема термінової та довгострокової етапів адаптації в умовах напруженої м'язової діяльності було покладено в роботах Ф.З. Меєрсона (Ф.З. Меєрсон, М.Г. Пшеннікова «Адаптация к стрессорным ситуациям и физическим нагрузкам», 1988).

4. Цікавим є підрозділ 4.5. «Використання нормобаричної гіпоксії чинників у передзмагальній підготовці борців-дзюдоїстів при виході із спорту вищих досягнень». Автор пропонує інтервальне гіпоксичне тренування для активації кардіореспраторної системи спортсменів. Однак, нажаль, автор не застосував оцінку показників координаційних властивостей дзюдоїстів. Адже під впливом гіпоксичного тренування координаційні характеристики можуть уповільнюватися.

5. Восьмий висновок має деклараційних характер.

Відповідність дисертації встановленим вимогам. Дисертаційна робота Перебийніса В.Б. «Індивідуалізація тренувальних програм в річному макроциклі дзюдоїстів на етапі виходу зі спорту вищих досягнень», за своїми теоретичним і практичним рівнем відповідає вимогам п. 11 «Порядку присудження наукових ступенів», затверджених Постановами Кабінету Міністрів України №567 від 24.07.2013 року та №656 від 19.08.2015 року, які пред'являються до кандидатських дисертацій, оскільки вона присвячена актуальному напрямку сучасного олімпійського спорту – пошуку індивідуалізації тренувального процесу дзюдоїстів ветеранів.

Наукові положення та висновки, сформульовані в дисертації, базуються на достатній кількості експериментальних досліджень, мають науково обґрунтований характер, логічно пов'язаний з отриманими результатами. Автореферат відображає зміст дисертації.

Дисертаційна робота є завершеним науковим дослідженням, що має як теоретичне, так і практичне значення, отримані нові науково обґрунтовані результати, відповідає вимогам до кандидатських дисертацій, а її автор заслуговує присвоєння наукового ступеня кандидата наук за фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01– олімпійський і професійний спорт.

Завідувач кафедри біомеханіки
та спортивної метрології
Національного університету
фізичного виховання і спорту України,
доктор біологічних наук, професор



Г.В. Коробейніков

Підпис Г.В. Коробейнікова засвідчую
Проректор з науково-педагогічної роботи
Національного університету
фізичного виховання і спорту України



О.В. Борисова