

## ВІДГУК

офіційного опонента, доктора наук з фізичного виховання та спорту, професора  
Пітина Мар'яна Петровича  
на дисертаційну роботу Савенка Андрія Олександровича  
за темою: «Підвищення функціональних можливостей спортсменів ударного стилю в  
змішаних єдиноборствах в процесі спеціальної силової підготовки», подану на здобуття  
ступеня доктора філософії зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт,  
галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

**Актуальність теми.** Науково-методичне обґрунтування системи підготовки спортсменів у різних видах спорту покликане полегшити набуття ними оптимального рівня підготовленості.

Все більше дослідників звертають увагу на різні складові, які доцільно змінювати та удосконалювати з метою підвищення спортивного результату та готовності кваліфікованих спортсменів до ведення напруженої тренувальної та змагальної діяльності.

Визначення оптимальних параметрів фізичного та функціонального навантаження дає змогу максимально зберегти та продовжити спортивну кар'єру в різних видах спорту. Особливого значення це набуває у спортивних єдиноборствах, де ризик отримання травм є дуже високим.

Тому актуальності набуває пошук ефективного поєднання основних структур та режимів тренувальних навантажень у межах силової підготовки спортсменів у змішаних єдиноборствах з урахуванням вихідного рівня функціональних можливостей організму спортсменів.

Автором було обрано тему, яка розкриває нове бачення вирішення науково-практичного завдання, покладеного в основу цієї кваліфікаційної праці в межах спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

Таким чином підвищення функціональних можливостей організму спортсменів ударного стилю в змішаних єдиноборствах шляхом розробки різних варіантів поєднання компонентів фізичного навантаження за різних режимів тренувальних завдань зі спеціальної силової підготовки покладено в основу наукової гіпотези дисертації Савенка А.О.

Дисертацію виконано відповідно до теми «Розробка та реалізація інноваційних технологій рухової активності та процеси адаптації організму людини до фізичних навантажень» плану науково-дослідної роботи Волинського національного університету імені Лесі Українки на 2023–2028 рр. (номер державної реєстрації 0123U102925).

**Обґрунтованість наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх новизна.** Обґрунтування наукових результатів проведено за допомогою опрацювання даних на теоретичному та емпіричному рівнях й за використання коректно дібраних методів дослідження.

Структура та зміст дисертації містить усі необхідні компоненти для кваліфікаційних робіт цього рівня. Серед них: анотації, перелік умовних скорочень, вступ, чотири розділи основного тексту, висновки, список літератури та додатки.



Загалом дисертаційна робота виконана на 244 сторінках, з яких обсяг основного тексту становить 177 сторінок.

Аналіз дисертації вказав на те, що у вступі обґрунтовано актуальність науково-практичного завдання, подано достатньо узгоджений науковий апарат дослідження (сформульовано мету та завдання, об'єкт та предмет роботи, подано перелік використаних у роботі методів дослідження).

У першому розділі «*Особливості системи підготовки спортсменів у змішаних єдиноборствах (ММА)*» автором розкрито специфічні особливості процесу підготовки спортсменів ударного та борцівського стилю ведення поєдинків у змішаних єдиноборствах, подано опис сучасних методичних підходів до спеціальної силової підготовки в єдиноборств з урахуванням рівня тренуваності спортсменів, показано особливості адаптаційних змін в організмі спортсменів змішаних єдиноборств у процесі тренувальної діяльності.

У другому розділі «*Методи та організація дослідження*» висвітлено особливості використаних методів, що було застосовано для вирішення основних завдань дослідження. Серед значного переліку представлені та деталізовано описано методи теоретичного та емпіричного рівня. Автором якісно описано методики контролю рівня розвитку максимальної сили спортсменів-єдиноборців, біоімпедансометрії, застосування біохімічного контролю за показниками крові спортсменів (відбір матеріалу проводився за згодою учасників дослідження), охарактеризовано педагогічний експеримент, покладений в основу дослідження та проілюстровано об'єктивізацію результатів за допомогою методів математичної статистики.

Організація дослідження передбачала чотири етапи впродовж жовтня 2022 – травня 2024 років.

Для визначення ступеня впливу розроблених методичних підходів удосконалення компонент тренувального процесу було залучено спортсменів, що займаються змішаними єдиноборствами (ММА). Загалом залучено 75 кваліфікованих спортсменів.

Реалізація авторської програми тренувань передбачала три місяці (12 тижнів) та розподіл контингенту спортсменів на три підгрупи, що мали відмінності структури та змісту тренувального процесу за режимами тренувальних навантажень. Це було підґрунтям доказової бази для з'ясування ефективності експериментальних програм.

У третьому розділі «*Вивчення впливу різних режимів тренувальних навантажень на адаптаційні зміни в організмі спортсменів ударного стилю ведення поєдинків у ММА в процесі силової підготовки*» подано власні результати автора. Вони представлені за окремими блоками інформації.

Перший пов'язаний з обґрунтуванням потреби розробки та особливостями відмінних режимів тренувальних навантажень спеціальної силової підготовки спортсменів ударного стилю ведення поєдинків у змішаних єдиноборствах.

Другий блок має значно більший обсяг та містить дані, пов'язані з характеристикою зміни силових можливостей основних м'язових груп учасників дослідження та величини показників навантаження залежно від особливостей режимів силової підготовки в ММА.

У ньому також описано результати впливу різних за інтенсивністю та енергозабезпеченням режимів силового навантаження на динаміку показників спеціальної ударної підготовки спортсменів визначеного стилю ведення поєдинків; відображено зміни



рівня кореляційного зв'язку між показниками максимальної сили та спеціальної підготовленості; показано динаміку значень біоімпедансометрії спортсменів обстежених груп протягом дослідження; описано особливості змін біохімічних показників крові у спортсменів ударного стилю ММА як відповідь на фізичний подразник у процесі спеціальної силових підготовки.

Завершальний, четвертий розділ *«Аналіз та узагальнення результатів досліджень»* дисертації звертає увагу на доведенні основних результатів дослідження та їх зіставленні з наявними науковими та методичними даними за обраним науковим напрямом.

Підсумком роботи є сформульовані висновки, які відображають зміст роботи. Вони віддзеркалюють вирішення основних завдань дисертації.

Виходячи з аналізу змісту дисертації, мета та завдання роботи як кваліфікаційної праці в ході виконання дослідження були досягнуті.

Дисертація має вивірену структуру й послідовність викладу матеріалу, певною мірою врівноважене формулювання науково-методологічного апарату та узгодженість складових кваліфікаційної праці.

Основними положеннями наукової новизни є такі: уперше розроблено режими тренувальних навантажень для спортсменів у ММА, де використано основні закономірності силового фітнесу із застосуванням інтегрального методу кількісної оцінки параметрів силових навантажень, спрямованих на підвищення функціональних можливостей спортсменів ударного стилю ведення поєдинків у процесі спеціальної силових підготовки; уперше серед спортсменів ударного стилю ведення змагальної діяльності у змішаних єдиноборствах проведено кореляційного аналіз між величиною зовнішнього фізичного подразника та показниками, які відображають особливості процесів короткочасної й довготривалої адаптації організму до відповідних умов тренувальної діяльності (особливостей режимів тренувальних навантажень). Певним доповненням є те, що уперше виявлено, що в умовах відсутності підвищення базального рівня тестостерону в сироватці крові спортсменів у процесі досліджень, спостерігаємо суттєве підвищення показників безжирової та сухої клітинної маси тіла на тлі достовірного збільшення базального рівня креатиніну в сироватці крові, що свідчить про зростання м'язової маси тіла.

Також було розширено та доповнено дані щодо особливостей системи силових підготовки та її контролю серед спортсменів ударного стилю в ММА.

**Повнота викладу наукових результатів в публікаціях.** За результатами виконання дисертаційної роботи виконано 11 праць. З них сім наукових статей відображають основні результати дослідження, чотири праці засвідчують апробацію матеріалів дисертації.

Окрім цього основні результати дослідження отримали обговорення на наукових конференціях різного рівня, були представлені на засіданнях VII Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична активність і якість життя людини» (Луцьк, 2023), II науково-практичній конференції з міжнародною участю, присвяченій 75-й річниці кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ» «Сучасний стан і перспективи вдосконалення національної системи фізичного виховання і спорту в умовах війни та у післявоєнний період» (Ужгород, 2023), Proceedings of the International Scientific Conference «Actualities and Perspectives of Physical Education and Sport Sciences» (Bucharest, 2023).



Результати проведеного дослідження впроваджено в освітній процес студентів Волинського національного університету імені Лесі Українки (Луцьк), Ужгородського національного університету (Ужгород), Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (Чернівці), Херсонського державного університету (Херсон), Національного університету водного господарства та природокористування (Рівне), Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука (Рівне), що підтверджується відповідними актами впровадження.

Детальне аналізування структури та змісту дисертації, вивчення наукових публікацій автора та наданих додаткових документів (звіт про перевірку дисертації від 15 листопада 2024 р., ресурс: [StrikePlagiarism.com](http://StrikePlagiarism.com)) дали підстави стверджувати про **відсутність ознак порушення принципів академічної доброчесності**.

**Стиль та мова дисертації.** Дисертація виконана українською літературною мовою, лаконічно, із дотриманням наукового стилю викладу результатів дослідження, методично грамотно та містить незначну кількість граматичних, технічних та стилістичних помилок.

#### **Пропозиції, зауваження та дискусійні положення:**

- Потребує деталізації та обґрунтування ситуація, за якої автор пропонує підвищення функціональних можливостей спортсменів у процесі спеціальної силових підготовки в межах педагогічного експерименту виключно упродовж трьох місяців (12 тижнів). Постає питання, що було запропоновано до та після в загальній структурі підготовки спортсменів?

- У назві та тексті дисертації автор акцентує увагу на стилях ведення змагальної діяльності. Проте у дисертації зазначено лише два, це ударний, який розглядається автором та борцівський (стор. 76). Чим зумовлений такий підхід, адже навіть для ударного стилю можуть переважати техніко-тактичні дії виконані руками чи ногами? Також у роботах багатьох авторів наголошується на універсальності окремих спортсменів-диноборців.

- Вважаємо дискусійним науково-методичний підхід автора стосовно розвитку силових якостей спортсменів включно за рахунок тренувальних вправ на тренажерах (за трьома режимами роботи). Адже досвід силових підготовки спортсменів вказує на можливість застосування вправ з вагою власного тіла, опором партнера/суперника, обтяженнями різного характеру тощо.

- Потребують детальнішого обговорення дані, отримані автором стосовно кореляційних взаємозв'язків, зокрема рис. 3.8, 3.9 та 3.10 (Результати кореляційного аналізу між розвитком показників максимальної сили (ІПМ) та зміною кількості ударів, виконаних за 20 с у контрольних вправах на початку (А) та в кінці (Б) дослідження в спортсменів різних груп). Продемонстровано здебільшого від'ємні значення зв'язків між зазначеними групами даних. Окрім того на рис. 3.8 не відзначено та не обговорено статистично значущий показник  $r=-0,901$  між «Жимом в тренажері «Смітта» та ударом «Front kick».

- Потребує обґрунтування необхідність застосування методів біоімпедансометрії та визначення особливості змін біохімічних показників крові у спортсменів ударного стилю ММА у відповідь на фізичний подразник у процесі спеціальної силових підготовки, адже виходячи з характеристик контингенту це були спортсмени наближено однакового кваліфікаційного рівня та віку, які уже мали досвід ґрунтовних тренувальних навантажень різного спрямування.

- Цікавить думка автора, стосовно можливості застосування отриманих результатів для спортсменів, які не відповідають вимогам ударного стилю в змішаних єдиноборствах.
- Автору варто було б більш критично підійти до формулювання наукових положень «уперше» та зменшити їх кількість, конкретизувати й узгодити формулювання методологічного блоку дисертації.

**Висновок.** Дисертаційна робота на тему: «Підвищення функціональних можливостей спортсменів ударного стилю в змішаних єдиноборствах в процесі спеціальної силової підготовки» 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 Савенко Андрій Олександрович заслуговує присудження ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта/Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

**Офіційний опонент:**

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,  
в.о. проректора з науково-педагогічної роботи та міжнародних зв'язків,  
професор кафедри теорії спорту та фізичної культури  
Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського

