

ВІДГУК

офіційного опонента, кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента Степаненка В.М. на дисертаційну роботу Банітараф Гхайтх Джаббар за темою «Удосконалення фізичної підготовки футболістів 16-17 років на основі оцінювання їх функціональних можливостей», поданої на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

Актуальність обраної теми дослідження, зміст якої представлено у дисертаційній роботі **Банітараф Гхайтх Джаббар**, перш за все обумовлена необхідністю визначення підходів до оптимальної організації управління тренувальним процесом на основі об'єктивізації знань про структуру змагальної діяльності з урахуванням загальних закономірностей становлення спортивної майстерності та індивідуальних можливостей спортсменів.

Вказаний підхід узгоджується із загальними положеннями теорії спорту, які мають принципове значення в системі багаторічної підготовки юних футболістів, зокрема на етапі спеціалізованої базової підготовки, при формуванні спортивної майстерності й рухового потенціалу спортсменів. На цьому етапі одним із важливих стратегічних завдань підготовки є формування структури функціонального забезпечення фізичної підготовленості відповідно до вимог виду спорту.

Проблема полягає в тому, що при наявності концепції фізичної підготовки залишаються невивченими питання, пов'язані з відсутністю нормативного підґрунтя, кількісних і якісних характеристик функціональних можливостей футболістів, які дозволяють сформулювати спеціалізовану спрямованість фізичної підготовки, виробити критерії ефективності спортивного тренування.

Протиріччя переважно обумовлюються тим, що уявлення про фізичну підготовку на етапі спеціалізованої базової підготовки та, як наслідок, методичні підходи до її вдосконалення останнім часом істотно змінилися.

Це диктує необхідність по-новому розглянути питання, пов'язані з реалізацією контролю як функції керування тренувальним процесом на етапі спеціалізованої базової підготовки, у першу чергу, з визначенням нормативного підґрунтя функціонального забезпечення фізичної підготовленості та формуванням на цій підставі спеціалізованої спрямованості фізичної підготовки, критеріїв її ефективності і засобів реалізації.

З огляду на викладене, дисертаційне дослідження Банітараф Гхайтх Джаббар, яке присвячене удосконаленню фізичної підготовки футболістів 16-17 років на основі оцінювання їх функціональних можливостей, є досить актуальним і своєчасним.

Дисертаційну роботу виконано відповідно до «Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр.» Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 2.3 «Науково-методичне підґрунтя вдосконалення системи підготовки спортсменів у футболі з урахуванням особливостей змагальної діяльності», № державної реєстрації 0111U001722.

Ступінь обґрунтованості наукових положень дисертації базується на достатньому обсязі досліджуваного матеріалу, чітко побудованій схемі та застосуванням комплексу взаємодоповнюючих методів дослідження. Дисертаційна робота характеризується логічною послідовністю вирішення поставлених завдань, чітким викладом матеріалів дослідження, які ілюстровані рисунками й таблицями.

Позитивна оцінка обґрунтованості висновків роботи обумовлюється використанням автором достатньої кількості сучасних методів та проведенням системного аналізу одержаних результатів.

Дисертація має чітку структуру: вступ, шість розділів, практичні рекомендації, висновки та список використаних джерел.

У *вступі* обґрунтовується сутність і стан наукової проблеми та її значущість, визначається науково-категоріальний апарат дослідження: мета й

завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження, наукова новизна та практичне значення, апробація та впровадження результатів.

У першому розділі *«Вплив фізичної підготовленості і функціональних можливостей на ефективність тренувальної та змагальної діяльності футболістів»* (С. 12-44) автором розглянуті чинники, які впливають на підвищення рівня функціонального забезпечення фізичної підготовленості юних спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки. Проаналізовані сучасні підходи до процесу контролю фізичної підготовки футболістів на основі оцінювання її головних компонентів. Встановлено, що реалізація функції керування на етапі спеціалізованої базової підготовки вимагає комплексного розгляду як критеріїв витривалості при роботі аеробного й анаеробного характеру, так і критеріїв швидкісних можливостей футболістів. Також розглянуті питання підвищення специфічності процесу фізичної підготовки футболістів із врахуванням систематизації тренувальних засобів, спрямованих на удосконалення її провідних компонентів та резервів підвищення ефективності фізичної підготовки шляхом оцінювання функціональних можливостей футболістів.

У другому розділі *«Методи та організація дослідження»* (С. 45-57) здобувачем науково та методично правильно описані адекватні методи дослідження теоретичного й емпіричного рівнів, а також методи математичної статистики, які були використані для вирішення поставленої мети й завдань дисертаційного дослідження. Це дозволило дослідити проблему в комплексі та необхідному обсязі, зробити теоретично й практично мотивовані узагальнення. Автором також описано контингент та організацію дослідження, яке проводилось у чотири етапи протягом 2013 - 2016 років.

У третьому розділі *«Взаємозв'язок фізичної підготовленості і функціональних можливостей футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки»* (С. 51-72) автором дисертації встановлено, що рівень фізичної підготовленості футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки пов'язаний із розвитком аеробних можливостей та раціональним (із

урахуванням вікових особливостей юнаків 16–17 років) використанням анаеробного резерву спортсменів.

Аналіз результатів оцінювання функціональних можливостей та працездатності дозволив автору визначити спрямованість процесу фізичної підготовки футболістів 16–17 років. Зокрема зазначено, що система фізичної підготовки, основу якої складає підвищення рівня швидкісно-силових можливостей, швидкості та координації може бути доповнена тренувальними засобами, спрямованими на підвищення рівня витривалості при роботі аеробного й анаеробного характеру.

На думку автора, представлені в розділі дані можуть суттєво доповнити кількісні та якісні характеристики функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів та слугувати критеріями ефективності процесу фізичної підготовки футболістів.

У четвертому розділі «Програма фізичної підготовки футболістів і технологія її реалізації на етапі спеціалізованої базової підготовки» (С. 69-129) автор визначив кількісні та якісні характеристики програми фізичної підготовки на основі врахування провідних компонентів функціональних можливостей футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Встановив, що основу програми повинні формувати режими тренувальних занять, спрямовані на розвиток потужності та ємності анаеробного алактатного, анаеробного гліколітичного енергозабезпечення, потужності аеробного енергозабезпечення. Критерії ефективності та залежності від величини й спрямованості навантаження, на думку автора, повинні складати основу тренувальних занять, покликаних підвищити рівень компонентів спеціальної витривалості: спеціальних швидкісних можливостей, витривалості при роботі аеробного й анаеробного характеру.

В результаті застосування розробленої автором програми фізичної підготовки у спортсменів експериментальної групи відмічені вірогідні показники ($p < 0,05$) приросту результатів у тестових завданнях, зорієнтованих на підвищення працездатності в зонах реалізації потужності та ємності анаеробного алактатного, анаеробного гліколітичного енергозабезпечення,

потужності аеробного енергозабезпечення. Це дозволило підвищити рівень спеціальної працездатності футболістів, показники якої були зареєстровані в спеціальних тестах.

У п'ятому розділі *«Характеристика функціональних можливостей і фізичної підготовленості футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки»* (С. 130-140) автором виділено три групи показників, які характеризують функціональне забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16-17 років. Перша група містить кількісні та якісні показники, що характеризують функціональний потенціал футболістів. Друга група характеризує здатність футболістів проявляти високий рівень працездатності переважно за рахунок реалізації аеробного енергозабезпечення, зокрема в умовах накопичення втоми. Третя – показники, що характеризують рівень фізичної підготовленості.

Отримані здобувачем кількісні та якісні характеристики функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16-17 років дозволили оптимізувати процес поточного й етапного керівництва фізичною підготовкою футболістів у підготовчому періоді. Вірогідні відмінності в рівні фізичної підготовленості футболістів 16-17 років зареєстровані у процесі змагальної діяльності, дали автору підстави для виділення груп спортсменів з високим і низьким рівнем фізичної підготовленості та функціональним потенціалом і на цій підставі корекції програм тренувальних впливів.

У шостому розділі *«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»* (С. 141-150) проведено системний аналіз одержаних даних, що дозволили вирішити наукову проблему – обґрунтувати кількісні та якісні індивідуальні характеристики функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16-17 років, визначити спеціалізовану спрямованість і параметри тренувальних впливів, і на цій підставі розробити програму й технологію управління фізичною підготовкою на етапі спеціалізованої базової підготовки. Автором *вперше*, встановлені кількісні та якісні характеристики функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16-17 років, визначена спеціалізована спрямованість і параметри тренувальних

впливів з урахуванням функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16-17 років, розроблена програма фізичної підготовки з урахуванням модельних характеристик функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16-17 років; *підтверджено* дані Е. М. Winter, (2006), А. Suchanowski, (2009), А. Sans, С. Fratarola, (2012) про значення фізичної підготовки, що ґрунтується на урахуванні механізмів формування поточної й довготривалої адаптації, як і механізмів функціонального забезпечення фізичної підготовленості, що є підставою для підвищення функціональних резервів футболістів 16-17 років у процесі тренувальної та змагальної діяльності; *доповнено* теоретичні положення, присвячені проблемі керівництва тренувальним процесом спортсменів на підставі планування, контролю, аналізу й корекції показників підготовленості спортсменів, а також інтеграції раніше апробованих і експериментальних тренувальних впливів при формуванні програм окремих занять, мікроциклів і мезоциклів у напрямку раціональної побудови фізичної підготовки футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки (Л. В. Слуцкий, 2009; В. Н. Степанов, 2010; Г. А. Хрусталеv, 2012).

Практичні рекомендації (С. 151-154) містять розроблену автором програму фізичної підготовки з урахуванням модельних характеристик функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16-17 років.

Висновки дисертаційного дослідження (С. 155-158) відображають одержані та описані в роботі результати, відповідають поставленій меті та завданням.

Список використаних джерел оформлено у відповідності до встановлених вимог.

Основні результати дослідження в повному обсязі опубліковані у 7 наукових працях, з них 5 опубліковано у фахових виданнях України, одна з яких входить до міжнародної наукометричної бази, 1 публікація апробаційного характеру та 1 публікація додатково відображає наукові результати дисертації.

Аналіз змісту публікацій дозволив зробити висновок про повне відображення в них результатів дослідження.

Значущість одержаних результатів для науки і практики полягає в розробці, науковому обґрунтуванні й впровадженні розроблених кількісних і якісних характеристик функціонального забезпечення фізичної підготовленості футболістів 16–17 років, що дає можливість раціональної побудови та ефективного керівництва їх тренувальною та змагальною діяльністю.

Практична вагомість дисертаційної роботи підтверджується актами впровадження результатів дослідження в практику діяльності юнацької команди «Зміна-Оболонь» (Київ) та в навчальний процес кафедри футболу Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Матеріали дисертаційної роботи оформлено згідно вимог до текстів наукового характеру.

Зміст дисертаційної роботи відповідає паспорту спеціальності 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт. Зміст автореферату ідентичний основним положенням дисертаційної роботи.

Оцінюючи в цілому позитивно дисертаційну роботу Банігараф Гхайтх Джаббар вважаю за необхідне звернути увагу на окремі зауваження та дискусійні положення:

1. Підрозділ 1.5. (С. 42 – 43) автор завершує констатацією факту щодо необхідності оптимізації структури річного циклу спортивної підготовки. У зв'язку із цим необхідно зазначити, що розділ 1 потребує значно глибшого аналізу сучасних підходів до побудови одно- та двоциклового варіантів річного тренування футболістів в залежності від віку, системи («весна-осінь», «осінь-весна») та календаря проведення змагань.
2. У розділі 2 (С. 53 – 54) доцільно було б конкретизувати який різновид тесту «Йо-Йо» використовувався, оскільки в залежності від різновиду тесту змінюється як час відпочинку, так і час пробігання 40-метрового (2×20м) відрізу дистанції. Уточнення параметрів тесту було б корисним для подальшого якісного прівняння результатів досліджень.

3. Не зовсім вичерпним є твердження автора про те, що в «...системі підготовки футболістів (U17) виділений підготовчий період підготовки, який може тривати від двох до трьох місяців» (підрозділ 4.3., С. 88). Для проведення змагань з футболу за системою «осінь-весна» (саме за цією системою проводиться чемпіонат ДЮФЛ України U 14 – 17) на думку більшості спеціалістів, характерною є двоциклова система побудови річного тренувального процесу, яка передбачає наявність двох підготовчих періодів. Коректнішим було б говорити про виділення більш тривалого підготовчого періоду між першою (осінньою) і другою (весняною) частиною чемпіонату.
4. Програма фізичної підготовки, запропонована автором, передбачає використання переважно неспецифічних засобів тренування у спеціальних заняттях. У зв'язку із цим, дискусії потребує питання можливості досягнення подібних функціональних зрушень за умов використання спеціально розроблених або модифікованих специфічних засобів.
5. Зважаючи на актуальність представлених досліджень для тренерів-практиків, цінність практичних рекомендацій (С. 151 – 154) значно підвищило б наведення конкретних прикладів моделей тренувальних занять різного спрямування.

Разом з тим, зазначені зауваження не впливають на сприйняття змісту викладеного матеріалу та не знижують теоретичну й практичну цінність виконаної здобувачем роботи. Дисертантом здійснені об'ємні дослідження, показано вміння логічно аналізувати, узагальнювати й порівнювати власні наукові результати з даними, наявними у літературних джерелах, і критично їх оцінювати.

Загальний висновок. Дисертаційне дослідження **Банітараф Гхайтх Джаббар** за темою «Удосконалення фізичної підготовки футболістів 16-17 років на основі оцінювання їх функціональних можливостей» відповідає вимогам п.11 «Порядку присудження наукових ступенів», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 24.07.2013 р. №567. Дана дисертація є завершеною самостійною науковою роботою, яка має теоретичну й практичну значущість, а її автор **Банітараф Гхайтх Джаббар** заслуговує на присудження

