Облікова картка дисертації

I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0421U101004

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 20-04-2021

Статус: Захищена

Реквізити наказу МОН / наказу закладу:

II. Відомості про здобувача

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Клочко Любов Іванівна
2. Klochko Liubov

Кваліфікація:

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Вид дисертації: кандидат наук

Аспірантура/Докторантура: ні

Шифр наукової спеціальності: 24.00.01

Назва наукової спеціальності: Олімпійський і професійний спорт

Галузь / галузі знань: Не застосовується

Освітньо-наукова програма зі спеціальності: Не застосовується

Дата захисту: 26-03-2021

Спеціальність за освітою: Фізична культура і спорт

Місце роботи здобувача: Класичний приватний університет

Код за ЄДРПОУ: 19278502

Місцезнаходження: вул. Жуковського, 70-б, м. Запоріжжя, Запорізький р-н., Запорізька обл., 69002, Україна

Форма власності:

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

III. Відомості про організацію, де відбувся захист

Шифр спеціалізованої вченої ради (разової спеціалізованої вченої ради): К 64.862.01

Повне найменування юридичної особи: Харківська державна академія фізичної культури

Код за ЄДРПОУ: 02928261

Місцезнаходження: вул. Клочківська, буд. 99, м. Харків, Харківський р-н., Харківська обл., 61058, Україна

Форма власності:

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

IV. Відомості про підприємство, установу, організацію, в якій було виконано дисертацію

Повне найменування юридичної особи: Запорізький національний університет

Код за ЄДРПОУ: 02125243

Місцезнаходження: вул. Жуковського, буд. 66, м. Запоріжжя, Запорізький р-н., Запорізька обл., 69600, Україна

Форма власності:

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

V. Відомості про дисертацію

Мова дисертації:

Коди тематичних рубрик: 77.29.25

Тема дисертації:

1. Вдосконалення програми олімпійського циклу підготовки висококваліфікованих спортсменок у марафонському бігу

2. Improving the program of the Olympic cycle of training highly qualified athletes in marathon running

Реферат/анотація:

1. У дисертації обґрунтовано, розроблено та експериментально перевірено авторську програму побудови тренувального процесу висококваліфікованих спортсменок у марафонському бігу в олімпійському циклі підготовки. Для вирішення завдань науково-дослідної роботи було використано комплекс методів: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, антропометричні, фізіологічні методи дослідження, комп'ютерна програми експрес-оцінки функціональної підготовленості «ШВСМ», педагогічний експеримент, методи математичної статистики. Розроблено авторську форму обліку тренувальних навантажень різної спрямованості, яка передбачала наявність 7 розділів з різних видів підготовки. Запропонований варіативний підхід щодо співвідношення бігової підготовки різної інтенсивності (80-100% від максимальної) та спрямованості (анаеробної, змішаної, аеробної) в рамках окремих макроциклів олімпійського циклу підготовки. Наведені дані щодо організації

тренувального процесу в умовах середньо- та високогір'я на першому, третьому і четвертому роках в базовому мезоциклі піврічного циклу підготовки. Експериментально доведено високу ефективність авторської програми побудови тренувального процесу, використання якої сприяло підвищенню рівня фізичної та функціональної підготовленості та досягненню високих Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що вперше: • встановлені сучасні науково-методичні підходи щодо організації тренувального процесу висококваліфікованих бігуній на марафонську дистанцію на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей; • розроблено та експериментально перевірено авторську програму побудови тренувального процесу для спортсменок у марафонському бігу в олімпійському циклі підготовки з чітким алгоритмом планування індивідуальної змагальної діяльності, обсягу тренувальних навантажень в різних видах підготовки, бігових навантажень різної інтенсивності та спрямованості в рамках окремих мікро-, мезо- та макроциклів чотирьохрічного олімпійського циклу підготовки; • розроблено модельні характеристики фізичної та функціональної підготовленості висококваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються у бігу на марафонську дистанцію: наведено кількісні значення показників загальної фізичної роботоздатності, аеробних можливостей, анаеробного, анаеробно-аеробного та аеробного шляхів енергозабезпечення м'язової діяльності, загальної метаболічної ємності, резервних можливостей організму, загальної, швидкісної, швидкісно-силової витривалості та загального рівня функціональної підготовленості, які необхідні для досягнення спортсменками високих спортивних результатів у марафонському бігу; • визначено ефективність стратегії поступової зміни діапазону змагальних дистанцій та кількості виступів на основній і суміжних дистанціях та визначено найбільш оптимальні варіанти їх сполучення, що сприяє підвищенню ефективності тренувального процесу бігуній в рамках олімпійського циклу підготовки. Підтверджено дані про необхідність подальшого вдосконалення тренувального процесу спортсменок, які спеціалізуються у марафонському бігу, у зв'язку з незадовільними результатами вітчизняних бігуній-марафонок на міжнародних змаганнях в останні 15-20 років. Доповнено та розширені результати досліджень стосовно можливості вдосконалення програми тренувальних занять висококваліфікованих бігуній-марафонок за рахунок збільшення обсягу тренувальних навантажень, шляхом перерозподілу обсягу фізичних навантажень на різні види підготовки та з акцентом на тренувальні навантаження переважно аеробної спрямованості. Подальшого розвитку набули результати досліджень про важливість удосконалення досвіду індивідуальної підготовки та результатів виступів на змаганнях лідерів вітчизняного та світового спорту з метою розробки сучасних ефективних програм побудови тренувального процесу висококваліфікованих бігуній-марафонок. Результати дисертаційного дослідження впроваджено в роботу кафедр теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету Міністерства освіти і науки України, зокрема, в процес викладання дисциплін «Теорія і методика спортивного тренування», «Олімпійський та професійний спорт», «Легка атлетика з методикою викладання. Біг на середні, довгі та наддовгі дистанції», «Спортивно-педагогічне вдосконалення (легка атлетика)», у навчальний процес та практику роботи СК «Першотравневець» СТП «Україна» (м. Бердянськ), СК «Мотор Січ» (м. Запоріжжя), Управління молоді та спорту, Київського обласного центру Олімпійської підготовки, Комунального закладу «Запорізька обласна школа вищої спортивної майстерності» Запорізької обласної ради, спеціалізованої дитячо-юнацької школи олімпійського резерву (м. Запоріжжя), СК «Металург» (м. Запоріжжя), Всеукраїнського фізкультурно-спортивного товариства «Колос» АПК України, що підтверджено відповідними актами впровадження.

2. In the dissertation the author 's program of construction of the training process of highly qualified athletes in marathon running in the Olympic training cycle is substantiated, developed and experimentally checked. A set of methods was used to solve the problems of research work: analysis and generalization of scientific and methodological literature, pedagogical observation, pedagogical testing, anthropometric, physiological research methods, computer programs for rapid assessment of functional readiness «SHVSM», pedagogical experiment, mathematical methods statistics. The scientific novelty of the obtained results is that for the first time: • established modern scientific and methodological approaches to the organization of the training process of highly qualified runners for the marathon distance at the stage of maximum realization of individual capabilities; •

developed and experimentally tested the author's program for building a training process for athletes in marathon running in the Olympic training cycle with a clear algorithm for planning individual competitive activities, the amount of training loads in different types of training, running loads of different intensity and direction within individual micro-, meso- and macrocycles of the four-year Olympic training cycle; • developed model characteristics of physical and functional fitness of highly qualified athletes who specialize in marathon running: quantitative values of indicators of general physical performance, aerobic capacity, anaerobic, anaerobic-aerobic and aerobic ways of energy supply, muscle activity, muscle activity, body, general, speed, speed and strength endurance and general level of functional training, which are necessary for athletes to achieve high sports results in marathon running; • the effectiveness of the strategy of gradual change of the range of competitive distances and the number of performances at the main and adjacent distances is determined and the most optimal options for their combination are determined, which helps to increase the efficiency of the runners training process. The data on the need to further improve the training process of athletes who specialize in marathon, due to the unsatisfactory results of domestic marathon runners at international competitions in the last 15-20 years, have been confirmed. The results of research on the possibility of improving the training program of highly qualified marathon runners by increasing the amount of training loads, by redistributing the amount of physical activity to different types of training and with an emphasis on training loads mainly aerobic. The results of research on the importance of improving the experience of individual training and the results of performances at competitions of leaders of domestic and world sports in order to develop modern effective programs for building the training process of highly qualified marathon runners were further developed. The results of the dissertation research are introduced into the work of the departments of theory and methods of physical culture and sports of Zaporizhzhia National University of the Ministry of Education and Science of Ukraine, in particular, in the teaching of disciplines «Theory and methods of sports training», «Olympic and professional sports», «Athletics with teaching methods. Running for medium, long and ultra-long distances», «Sports and pedagogical improvement (athletics)», in the educational process and practice of SC «Pershotravnevets STP» Ukraine (Berdyansk), SC «Motor Sich» (Zaporizhzhiya), Department of Youth and Sports, Kyiv Regional Center for Olympic Training, Municipal Institution «Zaporizhzhian Regional School of Higher Sportsmanship» of Zaporizhzhiya Regional Council, specialized children's and youth school of the Olympic reserve (Zaporizhzhiya), SC «Metallurg» (Zaporizhzhiya), All-Ukrainian physical culture and sports society «Kolos» AIC of Ukraine, which is confirmed by the relevant acts of implementation.

Державний реєстраційний номер ДіР:

Пріоритетний напрям розвитку науки і техніки:

Стратегічний пріоритетний напрям інноваційної діяльності:

Підсумки дослідження:

Публікації:

Наукова (науково-технічна) продукція:

Соціально-економічна спрямованість:

Охоронні документи на ОПІВ:

Впровадження результатів дисертації:

Зв'язок з науковими темами:

VI. Відомості про наукового керівника/керівників (консультанта)

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Конох Анатолій Петрович

2. Konoh A.P.

Кваліфікація: д.пед.н., 13.00.04

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи:

Код за ЄДРПОУ:

Місцезнаходження:

Форма власності:

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів

Офіційні опоненти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Камаєв Олег Іванович

2. Камаєв Олег Іванович

Кваліфікація: д.фіз.вих., 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи:

Код за ЄДРПОУ:

Місцезнаходження:

Форма власності:

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Совенко Сергій Петрович

2. Sovenko Sergey Petrovich

Кваліфікація: к. фіз.вих, 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи:

Код за ЄДРПОУ:

Місцезнаходження:

Форма власності:

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

Рецензенти

VIII. Заключні відомості

Власне Прізвище Ім'я По-батькові голови ради Мулик Вячеслав Володимирович

Власне Прізвище Ім'я По-батькові головуючого на засіданні Мулик Вячеслав Володимирович

Відповідальний за підготовку облікових документів

Реєстратор

Керівник відділу УкрІНТЕІ, що є відповідальним за реєстрацію наукової діяльності Юрченко Т.А.