

Облікова картка дисертації

I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0426U000046

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 09-03-2026

Статус: Захищена

Реквізити наказу МОН / наказу закладу:



II. Відомості про здобувача

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Адамович Руслан Георгійович

2. Ruslan Adamovych

Кваліфікація:

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Вид дисертації: кандидат наук

Аспірантура/Докторантура: так

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: 07-04-2026

Спеціальність за освітою: Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура

Місце роботи здобувача: Чагорський ліцей Чагорської сільської ради Чернівецького району Чернівецької області

Код за ЄДРПОУ: 22832379

Місцезнаходження: вул. Шевченка, с. Чагор, Чернівецький р-н., 60412, Україна

Форма власності: Комунальна

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR:

III. Відомості про організацію, де відбувся захист

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

Повне найменування юридичної особи: Харківська державна академія фізичної культури

Код за ЄДРПОУ: 02928261

Місцезнаходження: вул. Клочківська, Харків, Харківський р-н., 61058, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство молоді та спорту України

Ідентифікатор ROR:

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

Повне найменування юридичної особи: Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Код за ЄДРПОУ: 23623471

Місцезнаходження: вул. 68 Десантників, Миколаїв, Миколаївський р-н., 54003, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

V. Відомості про дисертацію

Мова дисертації: Українська

Коди тематичних рубрик: 77.29.11, 77.29.99, 77.03.25, 77.03.31

Тема дисертації:

1. Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих спортсменів у рукопашному бою дозованого контакту з урахуванням показників функціонального стану
2. Improvement of the Training Process of Qualified Athletes in Controlled-Contact Hand-to-Hand Combat with Consideration of Functional State Indicators

Реферат:

1. У дисертаційній роботі надано новий підхід до вирішення актуального науково-практичного завдання – покращення ефективності тренувального процесу спортсменів, які займаються РБ із контрольованим контактом із суперником, шляхом корекції інтенсивності навантажень з урахуванням психофізіологічних показників; запропоновано структуру та зміст тренувального навантаження змішаної інтенсивності з урахуванням рівня тренуваності спортсменів; розроблено модель та критерії прогнозу зміни функціонального стану спортсменів під впливом тренувального навантаження змішаної інтенсивності; розроблено індивідуалізовані заходи корекції тренувань з урахуванням передбачуваних змін функціонального стану спортсменів у відповідь на фізичне навантаження. Дослідження впливу тренувального навантаження на функціональний стан спортсменів проведено у базовому мезоциклі (3

місяці). За результатами експерименту встановлено, що тренувальне навантаження середньої інтенсивності (75-80%) призводить до достовірного перевищення вікових норм у показниках вегетативної рівноваги (на 57%), адекватності процесів регуляції (на 51%), індексу напруження (у 2,8 рази). Водночас нижчими за вікову норму є: загальна потужність спектру серцевого ритму ρ у 4,3 рази, потужність спектрів хвиль дуже низької частоти ρ у 1,7 рази, низькочастотних ρ у 2,4 рази та високочастотних ρ у 3,5 разів, що вказує на гіперадаптивну реакцію, як прояв дистрес-синдрому та стан напруження адаптаційно-компенсаторних механізмів.

Показники вестибулярної системи кваліфікованих спортсменів після навантаження достовірно збільшуються на 18 - 24% у довжині траєкторії руху центру тиску на площину опори, швидкості його руху та максимальних розмахах коливань уздовж осей, на відміну від спортсменів-початківців, де не зафіксовано достовірних змін. До навантаження індивідуально-типологічні показники функціональної рухливості та сила нервових процесів у кваліфікованих спортсменів достовірно менші, ніж у початківців (на 14% та 23% відповідно), після навантаження середньої інтенсивності достовірні відмінності за цими показниками між групами відсутні, що вказує на розвиток у спортсменів стану мобілізації. До і після навантаження показники груп достовірно відрізняються за психо-фізіологічними показниками - часом складної зорово-моторної реакції ($U=131$, $p=0,01$) та індексом реакції на об'єкт, що рухається, ($U=29$, $p<0,001$), що дозволило використати ці показники для побудови моделі прогнозу зміни функціонального стану. За визначеними основними закономірностями змін показників досліджуваних систем організму розроблено модель прогнозу зміни функціонального стану спортсменів під впливом тренувального навантаження змішаної інтенсивності. Авторську модель прогнозу побудовано з використанням методів математичного моделювання та нечіткої логіки з використанням психофізіологічних показників спортсменів. Апробацію розробленої моделі виконано з використанням показників ФС 24 кваліфікованих спортсменів. Отримані результати підтвердили ефективність авторської моделі прогнозу зміни функціонального стану під впливом тренувального навантаження змішаної інтенсивності. Покращення функціонального стану спортсменів після корекції тренувань підтверджено достовірним зростанням на 90% показника стандартного відхилення RR-інтервалів, зниженням на 41% індексу вегетативної рівноваги та на 61% - індексу напруження, зростанням загальної потужності спектру серцевого ритму на 159%, потужності спектрів хвиль дуже низької чистоти - на 93%, низькочастотних - на 152% та високочастотних - у 6,4 рази), що вказує на нормалізацію функціонального стану за рахунок зменшення симпатичних впливів та підвищення адаптаційно-компенсаторних можливостей організму спортсменів. Ключові слова: єдиноборства, рукопашний бій, тренувальний процес, прогноз, тренувальне навантаження, адаптаційно-компенсаторні можливості, функціональний стан, варіабельність серцевого ритму, психофізіологічні показники показники, статодинамічна стійкість.

2. The dissertation provides a new approach to solving an urgent scientific and practical problem : improving the effectiveness of the training process of athletes engaged in HNC with controlled contact with the opponent, by correcting the intensity of loads, based on psychophysiological indicators; the structure and content of the training load of mixed intensity is proposed, guided by the level of training of athletes; a model and criteria for predicting changes in the functional state of athletes under the influence of mixed intensity training load have been developed; Individualized measures of training correction have been developed, taking into account the expected changes in the functional state of athletes in response to physical activity. The study of the effect of training load on the functional state of athletes was carried out in the basic mesocycle (3 months). According to the results of the experiment, it was found that the training load of medium intensity (75-80%) leads to a significant excess of age norms in the indicators of vegetative balance (by 57%), adequacy of regulatory processes (by 51%), and the stress index (by 2.8 times). At the same time, the total power of the heart rate spectrum is 4.3 times, the power of the spectra of waves of very low frequency is 1.7 times, low-frequency is 2.4 times, and high-frequency is 3.5 times, which indicates a hyperadaptive reaction as a manifestation of distress syndrome and a state of tension of adaptation-compensatory mechanisms. The indicators of the vestibular system of qualified athletes after exercise significantly increase by 18 - 24% in the length of the trajectory of the center of pressure on the plane of support, the speed of its movement and the maximum swing of vibrations along the axes, in contrast to beginner athletes, where no significant changes were recorded. Before the load, the individual-typological

indicators of functional mobility and the strength of nervous processes in qualified athletes are significantly less than in beginners (by 14% and 23%, respectively), after a load of medium intensity, there are no significant differences in these indicators between groups, which indicates the development of a state of mobilization in athletes. Before and after loading, the indicators of the groups differ significantly in psycho-physiological indicators – the time of complex visual-motor reaction ($U=131, p=0.01$) and the index of reaction to a moving object ($U=29, p<0.001$), which made it possible to use these indicators to build a model for the forecast of changes in the functional state. According to the identified basic regularities of changes in the indicators of the studied body systems, a model for predicting changes in the functional state of athletes under the influence of mixed intensity training load has been developed. The author's predictive model is built using the methods of mathematical modeling and fuzzy logic using psychophysiological indicators of athletes. Approbation of the developed model was carried out using the FS indicators of 24 qualified athletes. The results obtained confirmed the effectiveness of the author's model for predicting changes in functional state under the influence of a mixed intensity training load. The improvement in the functional state of athletes after correction of training was confirmed by a significant increase in the standard deviation of RR intervals by 90%, a decrease in the autonomic balance index by 41% and the stress index by 61%, an increase in the total power of the heart rate spectrum by 159%, the power of the spectra of very low frequency waves (VLF)- by 93%, low-frequency - by 152% and high-frequency - by 6.4 times), which indicates the normalization of the functional state due to a decrease in the sympathetic influences and increasing the adaptive and compensatory capabilities of the athletes' body. Keywords: martial arts, hand-to-hand combat, training process, prognosis, training load, adaptation-compensatory capabilities, functional state, heart rate variability, psychophysiological indicators.

Державний реєстраційний номер ДіР:

Пріоритетний напрям розвитку науки і техніки: Фундаментальні наукові дослідження з найбільш важливих проблем розвитку науково-технічного, соціально-економічного, суспільно-політичного, людського потенціалу для забезпечення конкурентоспроможності України у світі та сталого розвитку суспільства і держави

Стратегічний пріоритетний напрям інноваційної діяльності: Не застосовується

Підсумки дослідження: Нове вирішення актуального наукового завдання

Публікації:

1. Адамович Р. Г., Кураса Г. О., Міненко О. В., Брилев А. О. Особливості стану вестибулярної системи спортсменів, що займаються рукопашним боєм з повним контактом. Український журнал медицини, біології та спорту. 2018. Т. 3, № 6. С. 328–333. <https://uajmbs.com.ua/uk/journals/tom-3-6-2018>
2. Адамович Р. Г., Маєр В. Я., Міненко О. В., Кураса Г. О., Твеліна А. О., Біла А. А. Результати оцінки функціонального стану спортсменів, які займаються рукопашним боєм з повним контактом, за показниками варіабельності серцевого ритму. Український журнал медицини, біології та спорту. 2018. Т. 3, № 7. С. 247–253. <https://uajmbs.com.ua/uk/journals/tom-3-7-2018>
3. Адамович Р. Г., Кочін О. В. Особливості змін психофізіологічних показників спортсменів, що займаються рукопашним боєм з повним контактом з супротивником, під впливом тренувального навантаження. Український журнал медицини, біології та спорту. 2019. Т. 4, № 1. С. 269–275. http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT
4. Чернозуб А. А., Адамович Р. Г., Штефюк І. К. Наукове обґрунтування структури та змісту тренувального навантаження спортсменів, які спеціалізуються у рукопашному бою. Український журнал медицини, біології та спорту. 2019. Том 4, № 5 (21). С. 395–402. <https://uajmbs.com.ua/uk/journals/tom-4-5-2019>
5. Kochina M. L., Kochin O. V., Firsov O. G., Chernozub A. A., Adamovich R. G., The model of prediction of changes in the functional state of athletes engaged in hand-to-hand combat under the influence of the

training load. Health, sport, rehabilitation. 2019. Vol.5. № 2. P. 54–63.

<https://doi.org/10.34142/HSR.2019.05.02.06>

- 6. Chernozub A., Kochina M., Kochin O., Adamovich R., Shtefiuk I., Horban A. The Impact of Training Load on the State of the Vestibular System of Athletes specializing in Hand-to-Hand Combat. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020. Vol. 20 (3), Art 222, P. 1628–1636. DOI:10.7752/jpes.2020.03222.
- 7. Чернозуб А. А., Потоп В., Адамович Р. Г., Штефюк І. К., Шерстюк Л. В. Особливості структури тренувального заняття з рукопашного бою та механізмів його корекції. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2020. Том 5, № 4. С. 484–491. <https://uajmbs.com.ua/uk/journals/tom-5-4-2020>
- 8. Адамович Р. Г., Штефюк І. К., Кочин О. В. Прогнозування потреби у реабілітації спортсменів, що займаються рукопашним боєм. *Матеріали IV Всеукраїнського з'їзду фахівців із спортивної медицини та лікувальної фізкультури «Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації та реабілітаційної медицини – 2019» 11 – 13 квітня 2019. «Дніпропетровська медична академія Міністерства охорони здоров'я України». Дніпро, 2019. С. 11–13.*
- 9. Адамович Р. Г., Штефюк І. К. Гендерні особливості рукопашного бою. *Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції «Гендер. Екологія. Здоров'я»*. 18 – 19 квітня 2019. Харків. С. 40.
- 10. Чернозуб А. А., Кочина М. Л., Чабан І. О., Адамович Р. Г., Штефюк І. К. Результати оцінки психофізіологічних показників спортсменів рукопашників в гендерному аспекті. *Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції з міжнародною участю «Проблеми, досягнення та перспективи розвитку медико-біологічних і спортивних наук» 30 жовтня 2017 р. Миколаїв, 2017. С. 79–80.*
- 11. Адамович Р. Г., Штефюк І. К., Кочин О. В. Критерії контролю функціонального стану спортсменів, що займаються рукопашним боєм. *Матеріали XIII Міжнародної наукової конференції «Ольвійський форум – 2019: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі» 6 – 9 червня 2019 р. м. Миколаїв. С. 33–35.*
- 12. Чернозуб А. А., Адамович Р. Г., Штефюк І. К. Система оптимізації силової підготовки спортсменів різних стилів у змішаних бойових мистецтвах. *Матеріали конференції «Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії: біомеханічні, психофізіологічні та метрологічні аспекти»*, 17 травня 2018 року. Київ. С. 38–39.
- 13. Кочина М. Л., Чернозуб А. А., Кочин О. В., Адамович Р. Г., Штефюк І. К. Прогнозування змін функціонального стану спортсменів під впливом тренувального навантаження за показниками статодинамічної стійкості. *Матеріали XII міжнародної наукової конференції, присвяченої пам'яті професора В. П. Зайцева «Технології збереження здоров'я, реабілітація і фізична терапія»*. 7 – 8 листопада 2019 року. Харків – Торунь, 2019. С. 120–124.
- 14. Адамович Р., Ольховий О. Прогнозування як передбачення результативності спортивних досягнень. *Збірник тез доповідей V Всеукраїнської науково-практичної конференції «Фізична культура і спорт. Виклики сучасності»*, 21 листопада 2025 року. Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди. 2025. С. 7–12.
- 15. Адамович Р., Ольховий О. Синтез моделі прогнозу зміни функціонального стану спортсменів під впливом тренувального навантаження. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в Україні та їх розв'язання в контексті наближення українського населення до європейських стандартів життя»*, 26–27 листопада 2025 р. Ужгород: ДВНЗ «УНУ», 2025. С. 134–137.
- 16. Адамович Р., Ольховий О. Аналіз сучасних підходів до підготовки спортсменів з рукопашного бою. *Матеріали XXV Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи»*, 4 грудня 2025 р. Харків: ХДАФК, 2025. С. 7–12.
- 17. Чернозуб А. А., Кочина М. Л., Чабан І. О., Адамович Р. Г., Штефюк І. К. Підвищення ефективності тренувальної та змагальної діяльності спортсменок, які спеціалізуються в рукопашному бою, на основі використання індивідуальних психофізіологічних характеристик. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2017. № 6 (9). С. 69–74.

- 18. Чернозуб А. А., Кочина М. Л., Чабан І. О., Адамович Р. Г., Штефюк І. К. Результати оцінки психофізіологічних показників спортсменів, які займаються рукопашним боєм. Єдиноборства. 2018. № 1 (7). С. 81–88.
- 19. Кочина М. Л., Чернозуб А. А., Кочин О. В., Адамович Р. Г., Штефюк І. К., Фірсов О. Г. Підходи до прогнозування зміни функціонального стану спортсменів, які спеціалізуються у рукопашному бою, з використанням нечіткої логіки. Клінічна інформатика і Телемедицина. 2019. № 14 (15). С. 131–140.

Наукова (науково-технічна) продукція:

Соціально-економічна спрямованість:

Охоронні документи на ОПІВ:

Впровадження результатів дисертації: Впроваджено

Зв'язок з науковими темами: 0117U007145

VI. Відомості про наукового керівника/керівників (консультанта)

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Ольховий Олег Михайлович
2. Oleh Olkhovyi

Кваліфікація: д.фіз.вих., професор, 24.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-5223-5229

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Харківська державна академія фізичної культури

Код за ЄДРПОУ: 02928261

Місцезнаходження: вул. Клочківська, Харків, Харківський р-н., 61058, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство молоді та спорту України

Ідентифікатор ROR:

VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів

Офіційні опоненти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Шандригось Віктор Іванович
2. Віктор І. Шандригось

Кваліфікація: к.фіз.вих., доц., 24.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

Код за ЄДРПОУ: 02125544

Місцезнаходження: вул. М. Кривоноса, Тернопіль, Тернопільський р-н., 46027, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Романчук Сергій Вікторович

2. Serhii Romanchuk

Кваліфікація: д. фіз. вих., професор, 24.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-2246-6587

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

Код за ЄДРПОУ: 08410370

Місцезнаходження: вул. Героїв Майдану, Львів, 79012, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство оборони України

Ідентифікатор ROR:

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**

Гриньова Тетяна Іванівна

Реєстратор

Юрченко Тетяна Анатоліївна

**Керівник відділу УкрІНТЕІ, що є
відповідальним за реєстрацію наукової
діяльності**



Юрченко Тетяна Анатоліївна