Облікова картка дисертації

I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0821U100082

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 14-01-2021

Статус: Захищена

Реквізити наказу МОН / наказу закладу:

II. Відомості про здобувача

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Гребенюк Олег Вікторович
2. Grebeniuk Oleg Viktorovych

Кваліфікація:

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Вид дисертації: доктор філософії

Аспірантура/Докторантура: так

Шифр наукової спеціальності: 017

Назва наукової спеціальності: Фізична культура і спорт

Галузь / галузі знань:

Освітньо-наукова програма зі спеціальності: Не застосовується

Дата захисту: 29-12-2020

Спеціальність за освітою: Спорт

Місце роботи здобувача:

Код за ЄДРПОУ:

Місцезнаходження:

Форма власності:

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

III. Відомості про організацію, де відбувся захист

Шифр спеціалізованої вченої ради (разової спеціалізованої вченої ради): ДФ 08.881.002

Повне найменування юридичної особи: Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Код за ЄДРПОУ: 05540712

Місцезнаходження: Вул. Набережна Перемоги, 10, м. Дніпро, Дніпропетровський р-н., Дніпропетровська обл., 49094, 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: Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Код за ЄДРПОУ: 05540712

Місцезнаходження: Вул. Набережна Перемоги, 10, м. Дніпро, Дніпропетровський р-н., Дніпропетровська обл., 49094, 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, 77.01.45, 77.03.23, 77.03.35, 77.03.03

Тема дисертації:

1. Удосконалення фізичної та технічної підготовленості легкоатлетів, які спеціалізуються у бар'єрному бігу засобами інтервального гіпоксичного тренування

2. Improvement of physical and technical preparedness of athletes that is specialized in a hurdlerace by facilities of the interval hypoxic training

Реферат:

1. У дисертації розглянуто особливості тренувального процесу легкоатлетів, які спеціалізуються в бігу на 400 м з бар'єрами на етапі попередньої і спеціалізованої базової підготовки, а також запропоновано програму удосконалення фізичної і технічної підготовленості вказаного контингенту засобами інтервального гіпоксичного тренування. У першому розділі «Стан та шляхи вдосконалення підготовленості бігунів на 400 м з бар'єрами» подано всебічний аналіз науково-методичної літератури та узагальнення передового досвіду, який свідчить про те, що технічна майстерність є не тільки засобом реалізації рухових здібностей

спортсменів, а й засобом регуляції рухів взагалі. Особлива увага була приділена процесу спеціальної нормобаричної гіпоксичної підготовки спортсменів, а також проаналізовано сучасні уявлення про методику підготовки бігунів на 400 м з бар'єрами. У третьому розділі «Рівень підготовленості бігунів на 400 м з бар'єрами на етапі констатувального експерименту» проведений статистичний аналіз отриманих кількісних характеристик фізичної, технічної і гіпоксичної підготовленості у констатувальному експерименті, який дав змогу визначити показники, які мають найкращі відмінні особливості. У фізичній підготовленості: біг на 30 м з низького старту, біг 60 м з низького старту, стрибковий біг на 100 м, скачки на одній нозі на 20 м, стрибок з місця у довжину, п'ятірний стрибок з місця та вистрибування вгору по Абалакову. У технічні підготовленості: відстань відштовхування до бар'єру, відстань місця приземлення за бар'єром, кути нахилу тулуба при атаці і переході через бар'єр, а також при приземленні, час опори при атаці бар'єру і під час сходу з бар'єру, швидкість бігових кроків і швидкість бар'єрного кроку, час про бігання перших 200 м і других 200 м дистанції. У четвертому розділі «Удосконалення фізичної і технічної підготовленості бігунів на 400 м з бар'єрами засобами гіпоксичного тренування» Результати наших досліджень свідчать, що розроблена нами програма перерозподілу тренувальних засобів, який полягав у збільшенні обсягу вправ з бар'єрами зменшеної висоти, але при нормальній їх відстані один від одного та стрибкових вправ і пропорційному зменшенні засобів розвитку швидкості гладкого бігу з одночасним використанням інтервального гіпоксичного тренування сприяла оптимізації впливу тренувальних навантажень. Проведення формувального експерименту дозволило встановити, що впровадження розробленої нами програми зумовило достовірну позитивну динаміку приросту показників технічної підготовленості, тоді як у спортсменів КГ не мали достовірного приросту показники кута відштовхування при атаці бар'єру, кута нахилу тулуба над бар'єром, відстані приземлення за бар'єр та швидкості бар'єрного кроку в цілому. Застосування гіпоксичних тренувань сприяло формуванню адаптаційних механізмів, які забезпечують необхідний рівень спеціальної роботоздатності. Так, у останньому сеансі зворотного дихання спостерігалося збільшення його тривалості, значна зміна співвідношення FeCO2 і FeO2, зросли показники дихального об'єму і знизився показник коефіцієнту використання кисню. Наукова новизна: - уперше обґрунтовано застосування спеціальних фізичних вправ та нормо баричного гіпоксичного дихання для удосконалення фізичної і технічної підготовленості бігунів на 400 м з бар'єрами на етапі спеціалізованої базової підготовки, які полягали у збільшенні обсягу вправ з бар'єрами зменшеної висоти, але при нормальній їх відстані один від одного та стрибкових вправ і пропорційному зменшенню засобів розвитку швидкості гладкого бігу; - уперше визначено вплив програми інтервального гіпоксичного тренування А.З. Колчинської на підготовку легкоатлетів, які спеціалізуються у бігу на 400 м з бар'єрами на етапі спеціалізованої базової підготовки, яка сприяла формуванню адаптаційних механізмів для забезпечення необхідного рівня спеціальної анаеробної роботоздатності; - уперше встановлено, що застосування інтервальних гіпоксичних тренувань у підготовчих періодах річного макроциклу сприяє підвищенню спеціальної фізичної і технічної підготовленості та спеціальної роботоздатності легкоатлетів, які спеціалізуються у бігу на 400 м з бар'єрами на етапі спеціалізованої базової підготовки; - уперше визначено механізми адаптації в забезпеченні максимальної анаеробної продуктивності та фактори, які покращують термінову та довготривалу адаптацію до гіпоксії методом регресійного аналізу на прикладі легкоатлетів, які спеціалізуються у бігу на 400 м з бар'єрами на етапі спеціалізованої базової підготовки; - уперше обґрунтовано та розроблено програму підвищення ефективності формування ритмо-темпової структури бігу з бар'єрами на 400 м на основі варіативного використання полегшених і ускладнених умов тренування для легкоатлетів, які спеціалізуються у бігу на 400 м з бар'єрами на етапі спеціалізованої базової підготовки.

2. The features of training process of athletes that is specialized in at run on a 400 m with barriers on the stage of previous and specialized base preparation are considered in dissertation, and also methodology of improvement of physical and technical preparedness of the indicated contingent is offered by facilities of interval hypoxic training. Conditional distribution of preparation on relatively independent parts gives an opportunity to put in order an idea about her structural maintenance, and also to systematize methods and events thus, to work out control system and control of sport preparation a process. Certainly, that the role of physical and technical preparation consists in

the achievement of sport results, the question of intercommunication of physical and technical preparation is considered in a hurdle-race on a 400 m and biomechanics bases of at run on a 400 m with barriers. The special attention was spared to the process of special hypoxic preparation of sportsmen, and also modern ideas are analyzed about methodology of preparation of runners on a 400 m with barriers. The walkthrough of literature and practical experience show that perfection of technique of hurdle-race comes true on the basis of account of physiology and biomechanics conformities to law taking into account the individual features of sportsmen. It is set that question of development of models of physical, technical and hypoxic preparations do not find the proper reflection in existent methodical recommendations from preparation of runners on a 400 m with barriers, but have only summarizing character. The conducted statistical analysis of the got quantitative descriptions of physical, technical and in to establishin gave an opportunity to define indexes that have the best excellent features hypoxic preparedness. In physical preparedness: hurried on a 30 m from a subzero start, hurried a 60 m from a subzero start, jumping hurried on a 100 m, gallops on one leg on a 20 m, standing broad jump in length, 5-standing broad jump and jumping out upwards for Abalakov. In technical to preparedness : distance of pushing away to the barrier, distance of landing place after a barrier, angles of slope of trunk at an attack and transition over the hurdle, and also at landing, time of support at the attack of barrier and during east from a barrier, speed of running steps and speed of barrier step, time about at run the first 200 m and second 200 m of distance. As a result of researches, it is set that permanent control of the state of the to oxygen-transport system will provide the display of overload and will give possibility to shut out the state of overstrain of sportsmen. For the selection of the best sportsmen it is necessary to conduct research of natural physical development status, that allowed better to master the elements of technique of hurdle-race and save exactness of their implementation under act of the special endurance. Scientific novelty: Application of the special physical exercises is first reasonable and hypoxic breathing for the improvement of physical and technical preparedness of runners on a 400 m with barriers on the stage of the specialized base preparation, that consisted in the increase of volume of exercises with the barriers of the diminished height, but at their normal distance one from other and jumping of exercises and to proportional reduction of facilities to speeding up of smooth at run. Influence of the program of the interval hypoxic training of A.Z. Kolchinskaya is first certain on preparation of athletes, that is specialized in at run on a 400 m with barriers on the stage of the specialized base preparation that assisted forming of adaptation mechanisms for providing of necessary level of the special anaerobic capacity. It is first set that application of the interval hypoxic training in setup times of annual macrocycle assists the increase of the special physical and technical preparedness and special capacity of athletes that is specialized in at run on a 400 m with barriers on the stage of the specialized base preparation. The mechanisms of adaptation in providing of burst anaerobic performance and factors, that improve urgent and of long duration adaptation to the hypoxia the method of regressive analysis on the example of athletes that is specialized in at run on a 400 m with barriers on the stage of the specialized base preparation, are first certain. First reasonably and the program of increase of efficiency of forming of a rhythm is a rate structure of at run is worked out with barriers on a 400 m on the basis of the variant use of the facilitated and complicated terms training for athletes, that is specialized in at run on a 400 m with barriers on the stage of the specialized base preparation.

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. Степаненко Дмитро Іванович
2. Stepanenko Dmytro Ivanovych

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

VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів

Офіційні опоненти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Ахметов Рустам Фагимович
2. Akhmetov Rustam Fahymovych

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. Караулова Світлана Іванівна

2. Karaulova Svitlana Ivanivna

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

Рецензенти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Москаленко Наталія Василівна

2. Moskalenko Nataliia Vasylivna

Кваліфікація: д. фіз. вих., 24.00.02

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. Микитчик Ольга Сергіївна

2. Mykytchyk Olha Serhiivna

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

VIII. Заключні відомості

Власне Прізвище Ім'я По-батькові голови ради	Приходько Володимир Васильович
Власне Прізвище Ім'я По-батькові головуючого на засіданні	Приходько Володимир Васильович
Відповідальний за підготовку облікових документів	
Реєстратор	
Керівник відділу УкрІНТЕІ, що є відповідальним за реєстрацію наукової діяльності	Юрченко Т.А.