

Облікова картка дисертації

I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0826U005507

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 26-10-2026

Статус: Запланована

Реквізити наказу МОН / наказу закладу:



II. Відомості про здобувача

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Пустомельник Олександр Сергійович

2. Oleksandr S. Pustomelnyk

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: освіта

Освітньо-наукова програма зі спеціальності: Фізична культура і спорт

Дата захисту: 06-11-2026

Спеціальність за освітою: 017 фізична культура і спорт

Місце роботи здобувача: Організація відсутня

Код за ЄДРПОУ: 0000000000

Місцезнаходження: 00000, Київ, 00000, Україна

Форма власності: Змішана

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR:

III. Відомості про організацію, де відбувся захист

Шифр спеціалізованої вченої ради (разової спеціалізованої вченої ради): PhD 17138

Повне найменування юридичної особи: Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

Код за ЄДРПОУ: 02125585

Місцезнаходження: вул. Алчевських, Харків, Харківський р-н., 61002, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

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

Повне найменування юридичної особи: Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

Код за ЄДРПОУ: 02125585

Місцезнаходження: вул. Алчевських, Харків, Харківський р-н., 61002, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

V. Відомості про дисертацію

Мова дисертації: Українська

Коди тематичних рубрик: 77.03.13, 77.03.31, 77.03.07

Тема дисертації:

1. Індивідуальний підхід до підготовки кваліфікованих спортсменів в змішаних бойових мистецтвах (ММА) на основі визначення стилів ведення поєдинку
2. Individual approach to training qualified athletes in mixed martial arts (MMA) based on determining fighting styles

Реферат/анотація:

1. Актуальність. Змішані бойові мистецтва (ММА) об'єднують різноманітні техніки боротьби та ударів у стійці й на землі. В ММА використовуються дві основні стратегії: ударна та борцівська техніка. Стійкий комплекс технічних, тактичних і когнітивних можливостей формує унікальний для кожного бійця стиль ведення поєдинку (темповий, силовий або ігровий). Вибір стилю залежить від індивідуальних психофізіологічних особливостей та схильності бійця до розвитку певних фізичних якостей. Обґрунтування індивідуального підходу у підготовці бійців ММА на основі їхнього стилю є актуальним завданням для сучасної спортивної науки. Мета: виявити стиль ведення поєдинку кваліфікованих бійців ММА на основі індивідуальної факторної структури психофізіологічних і біомеханічних показників та розробити і обґрунтувати програму підготовки

бійців з різними стилями ведення поєдинку. Завдання: 1. Виявити відображення психофізіологічних функцій та біомеханічних характеристик спортсменів змішаних єдиноборств в сучасній літературі. [2] 2. Визначити параметри, що характеризують психофізіологічний стан, типологічні особливості та працездатність нервової системи, показники уваги, а також провести аналіз біомеханічних параметрів техніки прямого удару кваліфікованих бійців ММА. 3. Виявити стиль ведення поєдинку кваліфікованих бійців ММА на основі індивідуальної факторної структури психофізіологічних і біомеханічних показників. 4. Розробити програми підготовки бійців ММА з різними стилями ведення поєдинку та експериментально обґрунтувати їхню ефективність. [2] Об'єкт дослідження: тренувальний процес кваліфікованих бійців ММА. [2] Предмет дослідження: індивідуальний підхід до підготовки бійців ММА на основі визначення стилів ведення поєдинку із застосуванням методів багатовимірного аналізу. Методи дослідження: аналіз літературних джерел, біомеханічний аналіз техніки прямого удару, психофізіологічне тестування (визначення часу простої і складної реакції), методи математичної статистики (описова статистика та факторний аналіз). У дослідженні взяли участь 42 кваліфікованих бійця ММА (вік 20-25 років). Наукова новизна. В роботі вперше: - Визначено, що класифікація стилів ведення поєдинку спортсменів відображає проявлення їхніх фізичних якостей і властивостей нервової системи: темповий стиль — швидкісна витривалість; силовий стиль — потужність (сила і швидкість); ігровий стиль — швидкість і переключення (спритність). - Розроблено і обґрунтовано програми підготовки бійців ММА темпового, силового та ігрового стилів. Доведено, що така підготовка достовірно підвищує рівень спеціальної підготовленості спортсменів та ефективність змагальної діяльності. - Підтверджено ефективність застосування психофізіологічних і біомеханічних показників для ідентифікації стилів ведення поєдинку в ММА, а досвід застосування індивідуальних програм із боксу успішно поширено на змішані єдиноборства. Практична значущість. Виявлено біомеханічні особливості виконання прямого удару представниками різних стилів: «темповики» компенсують початковий брак швидкості високою рухливістю рингом; «ігровики» вирізняються максимальною швидкістю на старті удару; «силовики» нарощують швидкість поступово, вкладаючи в удар максимальну потужність. Отримані дані дозволяють тренерам розробляти персоналізовані тренувальні програми, що спираються на сильні сторони бійців. На основі визначених закономірностей впроваджено методiku індивідуалізації підготовки, яка довела свою ефективність у змагальній практиці.

2. Relevance. Mixed martial arts (MMA) combine a variety of combat techniques, including striking and grappling both in the stance and on the ground. Two main strategies are used in MMA: striking techniques and grappling techniques. A stable complex of technical, tactical, and cognitive abilities forms a fighting style unique to each fighter (tempo, power, or game style). The choice of style depends on the individual psychophysiological characteristics and the fighter's predisposition to developing certain physical qualities. Substantiating an individual approach to training MMA fighters based on their fighting style is a relevant task for modern sports science. Objective: to identify the fighting style of qualified MMA fighters based on the individual factor structure of psychophysiological and biomechanical indicators, and to develop and substantiate a training program for fighters with different fighting styles. Tasks: 1. To identify the reflection of psychophysiological functions and biomechanical characteristics of mixed martial arts athletes in modern literature. 2. To determine the parameters characterizing the psychophysiological state, typological features, and efficiency of the nervous system, attention indicators, as well as to analyze the biomechanical parameters of the straight punch technique in qualified MMA fighters. 3. To identify the fighting style of qualified MMA fighters based on the individual factor structure of psychophysiological and biomechanical indicators. 4. To develop training programs for mixed martial arts fighters with different fighting styles and experimentally substantiate the effectiveness of their application. Object of the study: the training process of qualified MMA fighters. Subject of the study: an individual approach to training MMA fighters based on determining fighting styles using multivariate analysis methods. Research methods: analysis of literary sources, biomechanical analysis of the straight punch technique, psychophysiological testing (determining simple and complex reaction time), methods of mathematical statistics (descriptive statistics and factor analysis). The study involved 42 qualified MMA fighters (aged 20–25 years). Scientific novelty. For the first time in this field: - It was determined that the classification of athletes' fighting styles reflects the manifestation of their physical

qualities and nervous system properties: the tempo style corresponds to speed endurance; the power style corresponds to power (strength and speed); the game style corresponds to speed and switching ability (agility). – Training programs for MMA fighters of tempo, power, and game styles were developed and substantiated. It was proven that such training significantly increases the level of special fitness of athletes and the effectiveness of their competitive activity. – The effectiveness of using psychophysiological and biomechanical indicators to identify fighting styles in MMA was confirmed, and the experience of using individual programs from boxing was successfully extended to mixed martial arts. Practical significance. Biomechanical features of executing a straight punch by representatives of different styles were revealed: «tempo fighters» compensate for the initial lack of speed with high mobility around the ring; «game fighters» are distinguished by maximum speed at the start of the punch; «power fighters» build up speed gradually, putting maximum power into the blow. The data obtained allow coaches to develop personalized training programs based on the fighters' strengths. Based on the identified patterns, a method for individualizing training was implemented, which proved its effectiveness in competitive practice.

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: Теоретичне узагальнення і вирішення важливої наукової проблеми

Публікації:

- Kozina, Z., Pustomelnik, O., Boychuk, Y., Kozin, O., Sobko, I., Polishchuk, S., & Shyyan, O. (2025). Impact of the use of training programs for mixed martial arts qualified fighters with different fighting styles on the efficiency of competitive activity. *Journal of Physical Education and Sport*, 25(7), 1375-1384.
- Pustomelnik, O.S., Kozina, Zh.L., (2025). The impact of regulating physical activity of mixed martial arts (mma) fighters of different fighting styles on the competitive performance of athletes. *Health technologies*, 2025, 3(3), 15-25.
- Pustomelnik, O.S. (2025). Key aspects of training and improving techniques and tactics in mixed martial arts (MMA): a literature review. *Health technologies*, 3(4), 37-45.
- Kozin, V., Bielievtssov, M., Pustomelnyk, O., & Kozina, Z. (2022). Determination of fighting styles of qualified athletes in modern martial arts based on multidimensional analysis of biomechanical and psychophysiological indicators. *Health-Saving Technologies, Rehabilitation and Physical Therapy*, 3(1), 53–59.
- Kozin, V., Pustomelnik, O., Bielievtssov, M., & Kozina, Z. (2022). Individual factor structure of biomechanical and psychophysiological indicators as a basis for determining the fighting style of qualified mixed martial arts (MMA) 20 fighters. *Health-Saving Technologies, Rehabilitation and Physical Therapy*, 3(1), 60–67.
- Kozina, Z., Pustomelnik, O., Pavlovic, R., Kozin, S., Sobko, I., Polishchuk, S., Shyyan, O., Radulovic, N. (2026). Psychophysiological and biomechanical factors in the formation of combat strategies in martial arts: a systematic review and quantitative analysis of Scopus and Web of Science publications. *SPORT TK Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 15.

Наукова (науково-технічна) продукція:

Соціально-економічна спрямованість:

Охоронні документи на ОПІВ:

Впровадження результатів дисертації: Впроваджено

Зв'язок з науковими темами:

VI. Відомості про наукового керівника/керівників (консультанта)

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Козіна Жаннета Леонідівна
2. Zhanneta Kozina

Кваліфікація: д. фіз. вих., професор, 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0001-5588-4825

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

Код за ЄДРПОУ: 02125585

Місцезнаходження: вул. Алчевських, Харків, Харківський р-н., 61002, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів

Офіційні опоненти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Коробейников Георгій Валерійович
2. Heorhii V. Korobeinikov

Кваліфікація: д.б.н., професор, 03.00.13

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-1097-4787

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Національний університет фізичного виховання і спорту України

Код за ЄДРПОУ: 02928433

Місцезнаходження: вул. Фізкультури, Київ, 03150, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство молоді та спорту України

Ідентифікатор ROR:

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Тропін Юрій Миколайович

2. Tropin Yuriy

Кваліфікація: к.фіз.вих., доцент, 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-6691-2470

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:

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Штефюк Іван Кирилович

2. Ivan Shtefiuk

Кваліфікація: к. фіз.вих, доц., 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0001-5938-756X

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Код за ЄДРПОУ: 02071240

Місцезнаходження: вул. Коцюбинського, Чернівці, 58012, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

Рецензенти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Кривенцова Ірина Володимирівна

2. Iryna V. Kryventsova

Кваліфікація: к. пед. н., доц., 13.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0001-6931-3978

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

Код за ЄДРПОУ: 02125585

Місцезнаходження: вул. Алчевських, Харків, Харківський р-н., 61002, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

VIII. Заключні відомості

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові
голови ради**

Коробейнік Віталій Анатолійович

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові
головуючого на засіданні**

Коробейнік Віталій Анатолійович

**Відповідальний за підготовку
облікових документів**

Новолокін Антон Володимирович

Реєстратор

Юрченко Тетяна Анатоліївна

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



Юрченко Тетяна Анатоліївна