

РЕЦЕНЗІЯ

на дисертаційне дослідження
Мироненка Богдана Володимировича
на тему «Фізична підготовка футбольних арбітрів із застосуванням засобів
фітнесу»
зі спеціальності 017 фізична культура і спорт (01 Освіта/Педагогіка)
на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Актуальність теми. Актуальність дослідження посилюється сучасними тенденціями розвитку світового футболу, що характеризуються підвищенням темпу гри, інтенсифікацією техніко-тактичних дій та зростанням вимог до професійної діяльності футбольних арбітрів. Зростання інтенсивності і швидкості ігрових дій, динаміка техніко-тактичної підготовленості, професіоналізація футболу обумовлюють підвищення вимог до арбітра як до повноцінного учасника змагального процесу. Успішність виконання суддівських функцій безпосередньо пов'язана з рівнем загальної і спеціальної фізичної підготовленості, зокрема витривалості, швидкісно-силових якостей, швидкості реакції та переміщення.

Футбольний арбітр повинен постійно перебувати на оптимальній відстані від ігрових епізодів, щоб мати змогу об'єктивно оцінити ситуацію та ухвалити правильне рішення. Вибір раціонального положення на полі, а також розташування арбітра під час ключових моментів гри не лише свідчить про рівень його професійної майстерності, а й відображає стан фізичної підготовленості.

У низці сучасних наукових праць розглянуто особливості функціонального забезпечення суддівської діяльності, морфологічні характеристики суддів, а також взаємозв'язок між фізичними можливостями арбітра та якістю прийняття суддівських рішень. Особливу увагу приділено застосуванню сучасних методів тестування витривалості,

таких як Yo-Yo-тест, і контролю за зовнішніми та внутрішніми навантаженнями.

Якість суддівства є важливим чинником забезпечення об'єктивності та справедливості змагальної діяльності, а помилки арбітрів можуть суттєво впливати на результат спортивного поєдинку, що обумовлює необхідність удосконалення системи їх підготовки.

Незважаючи на значну кількість досліджень у сфері підготовки спортсменів, питання комплексного вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості футбольних арбітрів залишається недостатньо висвітленим у сучасній науковій літературі.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у системі підготовки та підвищення кваліфікації футбольних арбітрів різного рівня.

Особливої актуальності набуває впровадження сучасних методів функціонального контролю, цифрового моніторингу навантажень та індивідуалізації тренувального процесу арбітрів.

Дослідження відповідає сучасним міжнародним вимогам FIFA та UEFA щодо рівня фізичної готовності футбольних арбітрів і сприяє адаптації національної системи підготовки суддів до світових стандартів.

Таким чином, актуальність дисертаційної роботи визначається необхідністю наукового обґрунтування та вдосконалення системи фізичної підготовки футбольних арбітрів з урахуванням сучасних вимог змагальної діяльності, що має важливе значення для підвищення ефективності суддівства у сучасному футболі.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до теми науково-дослідної роботи Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» «Сучасні інноваційні підходи до організації фізкультурно-спортивної діяльності» на 2024–2028 рр. (затверджено рішенням вченої ради від 28 грудня 2023 року, протокол №7).

Роль автора як співвиконавця наукової теми полягала у розробленні та теоретичному обґрунтуванні методичних підходів до інтеграції фітнес-засобів у систему фізичної підготовки футбольних арбітрів. Здобувач здійснював добір, адаптацію та оцінювання ефективності сучасних фітнес-засобів, а також узагальнював результати експериментальної роботи з метою формування прикладних рекомендацій щодо їх застосування в тренувальному процесі арбітрів у підготовчому періоді.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, та їх достовірність. Основні наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені у дисертаційній роботі, повною мірою відповідають меті і завданням та обґрунтовані наведеними даними згідно з результатами дослідження. Розв'язання поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних методів дослідження. Отримані результати дослідження базуються на достатньому фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків. Ступінь вірогідності отриманих кількісних даних забезпечена значним обсягом дослідження, кількісно-якісною характеристикою вибірки респондентів, отриманими цифровими даними, використанням у роботі сучасних методів дослідження та застосуванням

Наукова новизна полягає в тому, що

- *вперше* обґрунтовано структуру та зміст експериментальної програми фізичної підготовки футбольних арбітрів із застосуванням фітнес-засобів у підготовчому періоді;
- *вперше* визначено специфічні фітнес-засоби, що забезпечують розвиток спеціальної витривалості, спритності, швидко-силових здібностей у арбітрів різної кваліфікації;

- *вперше* експериментально доведено позитивний вплив запропонованої програми із застосуванням фітнесу на динаміку фізичної та функціональної підготовленості арбітрів різної кваліфікації у футболі;
- *доповнено* наукові уявлення щодо змісту та побудови процесу фізичної підготовки футбольних арбітрів із урахуванням вимог сучасної ігрової діяльності та психофізіологічних навантажень;
- *розширено* теоретичні підходи до використання фітнес-засобів у системі підготовки футбольних арбітрів як засобу підвищення якості їх професійної діяльності;
- *набули* подальшого розвитку наукові уявлення щодо варіативності структури рухової діяльності арбітрів залежно від рівня змагань, які вони обслуговують.

Практичне значення отриманих результатів полягає у розробленні та впровадженні експериментальної програми фізичної підготовки футбольних арбітрів із використанням фітнес-засобів; застосуванні матеріалів дослідження у практичній діяльності тренерів та інструкторів при організації навчально-тренувального процесу арбітрів різного рівня кваліфікації; використанні результатів у системі підвищення кваліфікації футбольних арбітрів, підготовки спеціалістів зі спеціальності фізична культура і спорт, в освітньому процесі закладів вищої освіти.

Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій. За темою дисертації опубліковано 5 наукових праць, з яких 3 статей у спеціалізованих фахових виданнях України, які включені до міжнародних наукометричних баз, 2 праці апробаційного характеру.

У публікаціях, що підготовані у співавторстві, чітко вказано авторський внесок. У наукових публікаціях автора у повній мірі відображено основні положення дисертації, а також не виявлено порушення академічної доброчесності.

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Дисертація складається з анотації, вступу, 5 розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків.

У вступі обґрунтовується актуальність теми дослідження і формулюється наукове завдання; вказується зв'язок дисертаційного дослідження з науковими планами, темами; розкривається науковий апарат дослідження: мета, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; визначаються наукова новизна, практична значущість; наводяться дані про особистий внесок здобувача, апробацію та впровадження отриманих результатів, подано інформацію про публікації, структуру та зміст роботи

У першому розділі «Сучасні аспекти фізичної підготовки арбітрів у футболі» автором здійснено ретельний аналіз фахової літератури відповідно до об'єкта дослідження. На сьогодні питання фізичної підготовки футбольних арбітрів залишаються актуальними, оскільки значна частина помилок, які допускають судді під час матчів, безпосередньо пов'язана з недостатнім рівнем фізичної підготовленості.

Високий рівень спеціальної фізичної підготовки арбітрів виступає важливою умовою ефективного виконання ними професійних обов'язків. Наявні дослідження підтверджують значущість цілеспрямованого розвитку рухових здібностей суддів різної кваліфікації, адже саме ці якості визначають здатність адекватно оцінювати ігрові ситуації, що безпосередньо впливає на кількість допущених помилок під час суддівства.

Сучасні дослідження у сфері спортивної підготовки свідчать про зростаюче значення технологічного супроводу тренувального процесу в професійному футболі, серед яких домінують методи моніторингу фізичного навантаження, GPS-системи, реєстрація ЧСС для індивідуалізованої корекції фізичного навантаження і відновлення.

Ефективність побудови тренувального процесу значною мірою залежить від структури календаря підготовки футбольних команд та особливостей їх змагального циклу, що зумовлює потребу в адаптації програм підготовки суддів до реальних умов змагальної практики.

Фізичний стан арбітрів та рівень їхньої фізичної підготовленості зумовлені віковими характеристиками та структурою їхнього тренувального навантаження. Одним із провідних напрямів удосконалення підготовки арбітрів визнано індивідуалізацію тренувальних програм, орієнтовану на розвиток функціональних можливостей у межах спеціальної фізичної підготовки.

Наявні на цей час наукові праці лише фрагментарно охоплюють цю проблематику, водночас застосування засобів фітнесу у підготовці арбітрів різної кваліфікації майже не досліджено. В опублікованих джерелах переважають фрагментарні матеріали опису окремих елементів тренувального мікроциклу чи вправ, рекомендованих для покращення фізичного стану, проте відсутнє наукове обґрунтування їх ефективності.

Більшість доступних методичних підходів не враховують принципи побудови повноцінного тренувального процесу, порушена узгодженість між загальною та спеціальною фізичною підготовкою на різних етапах. Практично не висвітлено питання довготривалого планування фізичної підготовки арбітрів, що є критично важливим з огляду на тривалість змагального періоду та необхідність підтримання стабільно високої фізичної підготовленості протягом усього сезону.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» окреслено методологічний апарат дослідження та етапи наукового пошуку здобувача.

У третьому розділі «Особливості рухової діяльності та фізичної підготовленості арбітрів з футболу» автором було здійснено порівняльний аналіз навантаження арбітрів, які обслуговували змагання різного рівня. Для збору даних застосовувалися спортивні годинники Polar Grit X2.

У межах рухової діяльності під час матчів арбітри Прем'єр-ліги виконують більший обсяг переміщень різної інтенсивності, що свідчить про зростання темпу гри, складність суддівських епізодів та необхідність постійного позиціонування у зоні активного ігрового епізоду. Водночас

спостерігається зниження долі низькоінтенсивного навантаження, а саме ходьби порівняно з арбітрами Першої та Другої ліг.

Асистенти арбітрів Прем'єр-ліги також мають кращі показники спеціалізованої рухової діяльності, особливо у компонентах середньої швидкості, переміщення приставним кроком та бігу спиною вперед, що обумовлено функціональними вимогами до їх позиціонування на полі.

Результати тестування фізичної підготовленості підтверджують вищий рівень загальної витривалості, здатності до повторного виконання навантажень, а також ефективності енергозабезпечення в арбітрів Прем'єр-ліги. Вони краще справляються з інтервальними і спринтерськими навантаженнями, демонструють вищу швидкість зміни напрямку руху та більшу стійкість до втоми.

Функціональна діагностика за методикою С. А. Душаніна засвідчила перевагу представників Прем'єр-ліги у всіх компонентах енергозабезпечення м'язової роботи, а саме анаеробно-креатинфосфатного, гліколітичного і аеробного механізму енергозабезпечення, що обумовлює більш високий рівень метаболічної потужності, а також загальну функціональну готовність до виконання інтенсивної м'язової роботи в умовах змагального навантаження.

Таким чином, отримані результати підтверджують необхідність врахування специфіки рівня змагань та кваліфікації суддів при організації тренувального процесу футбольних арбітрів. Судді найвищого рівня потребують програм, орієнтованих на розвиток спеціальної витривалості, швидко-силових якостей та адаптацію до умов високої динаміки сучасного футболу. Диференційований підхід до підготовки дозволить оптимізувати фізичний стан арбітрів і забезпечити якісне суддівство в змаганнях різного рівня.

У четвертому розділі «Експериментальна програма підвищення фізичної підготовленості арбітрів у підготовчому періоді» представлено структуру підготовки футбольного арбітра залежала від тривалості періоду регулярних тренувань, віку початку занять суддівством, індивідуальних

особливостей організму, а також попереднього спортивного досвіду. Комплексний і науково обґрунтований підхід до організації фізичної підготовки є обов'язковою умовою для професійного зростання футбольного арбітра.

Для забезпечення високої ефективності тренувального процесу футбольних арбітрів використовували сучасні засоби та методи підготовки в обґрунтованому поєднанні та раціональному співвідношенні. Різноманітність інструментів і підходів, що застосовувалися у розробленій програмі вдосконалення фізичної підготовки суддів спиралася на науковий підхід. Раціональний добір вправ фітнесу і способів їх реалізації відбувався з урахуванням індивідуальних особливостей фізичної підготовленості арбітрів для максимального розвитку функціонального потенціалу та ефективного використання наявного рівня фізичної підготовленості.

В розробленій експериментальній програмі підготовки футбольних арбітрів застосовувалися засоби фітнесу, які виконувалися безперервним (з рівномірним і змінним варіантом виконання) і інтервальним методом.

Методи інтервального типу включали виконання фітнес-засобів в інтервальних і повторних режимах з чергуванням робочих відрізків з періодами відпочинку, що дозувалися за часом чи дистанцією.

В різних мікроциклах піврічного циклу тренувань частка кожного з методів змінювалася для досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості, адже досягнення саме такого рівня можливе лише за умови комплексного використання тренувальних методів і засобів відповідно до завдань підготовки.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» узагальнено результати дисертаційного дослідження відповідно до поставлених завдань. Представлено положення наукової новизни та відмінності отриманих результатів від відомих раніше.

Висновки роботи є логічним завершенням проведених автором досліджень, базуються на широкій інформаційній базі, що включає джерела наукового, нормативного і статистичного характеру. Результати

розрахунків та висновки, зроблені на основі отриманих результатів, не викликають сумніву та становлять інтерес як для науки, так і для практики. Висновки до кожного розділу і дисертації в цілому відображають суть виконаних досліджень і тісно пов'язані з їх змістом.

Оцінюючи в цілому позитивно роботу Мироненко Б.В., слід зауважити, що автору не вдалося уникнути певних недоліків у роботі, які переважно носять дискусійний характер:

1. У роботі недостатньо детально висвітлено питання індивідуалізації тренувального процесу футбольних арбітрів залежно від рівня їх кваліфікації, вікових особливостей та досвіду суддівської діяльності.

2. Доцільним було б ширше представити порівняльний аналіз вітчизняного та міжнародного досвіду фізичної підготовки футбольних арбітрів, зокрема з урахуванням сучасних рекомендацій FIFA та UEFA?

3. У дисертації недостатньо уваги приділено використанню сучасних цифрових технологій моніторингу функціонального стану та фізичних навантажень арбітрів у процесі підготовки.

4. Окремі положення роботи потребують більш ґрунтовного статистичного обґрунтування та розширеного пояснення отриманих результатів.

Однак названі недоліки не вплинули на обґрунтованість і вірогідність основних положень, винесених здобувачем на захист, не применшують новизну, наукову й практичну значущість отриманих результатів.

Загальний висновок. Дисертаційна робота Мироненко Б. В. «Фізична підготовка футбольних арбітрів із застосуванням засобів фітнесу», є завершеним самостійним дослідженням, має наукову новизну, характеризується новим підходом і практичною цінністю, відповідає вимогам наказу МОН України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки № 759 від 31.05.2019) і «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої

вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії» (Постанова Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44), а її автор Мироненко Богдан Володимирович заслуговує присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Рецензент:

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент, завідувачка кафедри
теорії і методики фізичної культури
та спортивних дисциплін

Євдокія ДРАЗІНА

20.05.2026 р.

