

## **ВІДГУК**

**офіційного опонента – завідувачки кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, кандидатки педагогічних наук, професорки Школи Олени Миколаївни на дисертаційну роботу Степанюка Вадима Володимировича на тему «Технологія залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти», подану на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

**Обґрунтування вибору теми.** Проблема збереження здоров'я студентської молоді та формування стійкої мотивації до систематичної рухової активності в сучасних умовах набуває особливої актуальності. Воєнний стан в Україні, тривалий психоемоційний стрес, обмеження доступу до спортивної інфраструктури, дистанційні та змішані форми навчання, зниження рівня соціальної взаємодії та рухової активності негативно впливають на фізичний і психоемоційний стан здобувачів вищої освіти. Сучасні дослідження свідчать про стале зниження рівня рухової активності студентської молоді, що супроводжується погіршенням показників фізичної підготовленості, функціонального стану організму, збільшенням рівня тривожності та психоемоційного виснаження. За таких умов особливого значення набуває пошук ефективних організаційно-педагогічних підходів до залучення студентів до оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Важливу роль у вирішенні зазначеної проблеми можуть відігравати спортивні клуби закладів вищої освіти, які створюють можливості для організації різноманітних форм рухової активності, формування здоров'язбережувальної поведінки, розвитку соціальної взаємодії та підтримання психоемоційного благополуччя студентської молоді. Водночас сучасні моделі діяльності спортивних клубів ЗВО потребують оновлення відповідно до нових соціальних викликів та потреб студентів. Попри значну кількість наукових праць, присвячених проблемам фізичного виховання студентської молоді, питання наукового обґрунтування технологій залучення студентів до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу ЗВО, особливо в умовах воєнного стану, залишаються недостатньо дослідженими.

У зв'язку з цим дисертаційне дослідження Степанюка В. В., спрямоване на розроблення та наукове обґрунтування технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти, є актуальним, своєчасним та має важливе теоретичне і практичне значення.

**Зв'язок з науковими планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021-2025 рр. за темою 3.1. «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової

активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534). Внесок дисертанта, як співвиконавця даної теми, полягав в обґрунтуванні та розробці технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти.

**Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх новизна.** Достовірність та обґрунтованість наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації Степанюка Вадима Володимировича, підтверджується значною кількістю опрацьованої науково-методичної літератури, аналізом сучасних українських і зарубіжних досліджень, коректним використанням комплексу методів дослідження, а також логічністю викладення матеріалу. Автором чітко визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження. Для реалізації поставлених завдань використано комплекс взаємодоповнювальних методів дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та документальних джерел, соціологічні, психодіагностичні, педагогічні методи, методи оцінки якості життя, фізичного стану та рухової активності, а також сучасні методи математичної статистики.

Особливо слід відзначити використання сучасних методів інтелектуального аналізу даних, зокрема моделювання Random Forest, що дозволило автору встановити прогностичні взаємозв'язки між показниками якості життя, рухової активності, фізичного стану та мотиваційної сфери студентської молоді.

**Наукова новизна отриманих результатів** полягає у тому, що дисертантом:

– *уперше* науково обґрунтовано цілісну технологію залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу ЗВО, яка базується на інтеграції компетентнісного, особистісно орієнтованого, діяльнісного та здоров'язбережувального підходів, реалізується через поетапну адаптивну структуру (діагностично-підготовчий, організаційно-мотиваційний, практично-діяльнісний, контрольньо-коригувальний) із використанням цифрового моніторингу та варіативних форм та видів рухової активності, і забезпечує комплексний вплив на рівень рухової активності, компоненти фізичний стан, мотиваційну залученість і якість життя студентів з урахуванням сучасних соціальних викликів, зокрема умов воєнного стану;

– *уперше* виявлено комплексні особливості змін якості життя та психоемоційного стану здобувачів вищої освіти України в умовах воєнного стану, що дало змогу встановити специфічну структуру їхнього благополуччя; доведено, що найбільш уразливими доменами є «загальне здоров'я» та «життєздатність», а психологічний компонент здоров'я є статистично значуще нижчим за фізичний, що свідчить про домінуючий вплив хронічного стресового навантаження;

– *уперше* встановлено та обґрунтовано особливості взаємозв'язків між показниками якості життя, фізичного стану та рівнем рухової активності

студентської молоді, які, на відміну від існуючих підходів, що розглядають зазначені показники ізольовано, інтерпретуються як взаємопов'язана багаторівнева система;

– *уперше* розроблено та науково обґрунтовано прогностичні моделі компонентів якості життя студентської молоді із застосуванням сучасних методів інтелектуального аналізу даних, що дозволило встановити відмінності у детермінації складових якості життя: фізичний компонент характеризується відносно лінійними залежностями та вищою точністю прогнозування, тоді як психологічний компонент має складну нелінійну структуру та потребує використання моделей із багатофакторною взаємодією предикторів; ідентифіковано фактор «безпеки» як системоутворюючий предиктор якості життя та задоволеності оздоровчо-рекреаційною руховою активністю студентів;

– *удосконалено* науково-методичні підходи до оцінювання ефективності оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентів, які, на відміну від традиційних, що переважно базуються на ізольованому аналізі фізичної підготовленості або обсягу рухової активності, передбачають інтегровану багатокомпонентну оцінку, що поєднує показники якості життя, мотиваційної сфери, компонентів фізичного стану;

– *удосконалено* підходи до організації діяльності спортивних клубів ЗВО як середовища формування здоров'язбережувальної поведінки студентської молоді, які, на відміну від існуючих організаційноадміністративних моделей, орієнтованих переважно на спортивну діяльність, базуються на інтеграції мотиваційно-поведінкових, соціально-педагогічних та цифрових компонентів. Запропоновані підходи дозволяють підвищити ефективність діяльності спортивних клубів у контексті формування стійкої мотивації до рухової активності та забезпечують перехід від епізодичного залучення студентів до формування довготривалих здоров'язбережувальних поведінкових стратегій;

– *забезпечено подальший розвиток* положення про гендерну специфіку адаптації молоді до екстремальних умов; виявлено, що студентки демонструють вищу задоволеність життям завдяки активнішому використанню копінг-механізмів (соціальна підтримка, емоційна регуляція), попри об'єктивно нижчі показники фізичної підготовленості порівняно з хлопцями;

– *розширено* наукові дані про бар'єри залучення до рухової активності, підтверджено універсальність дефіциту часу як основного обмежувального чинника, проте встановлено, що системні перешкоди (некомфортні умови, брак підтримки) мають статистично більший негативний вплив на студентів із низькою частотою відвідування занять на базі спортивного клубу ЗВО.

**Практична значимість результатів дослідження** полягає у розробленні та впровадженні науково обґрунтованої технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу ЗВО і можуть бути безпосередньо використані в освітній, фізкультурно-оздоровчій та управлінській практиці закладів вищої освіти. Розроблена технологія забезпечує підвищення рівня рухової активності

студентів, покращення показників фізичної підготовленості, функціонального стану організму, якості життя та психоемоційного благополуччя.

Важливим практичним результатом є формування стійкої внутрішньої мотивації до систематичних занять руховою активністю та здоров'язберезувальної поведінки. Автором ідентифіковано ключові мотиваційні чинники та бар'єри залучення студентів до оздоровчо-рекреаційної діяльності, що дозволило розробити практичні рекомендації щодо підвищення рівня залученості та задоволеності студентської молоді заняттями у спортивному клубі ЗВО.

Практичне значення мають також запропоновані підходи до використання цифрових інструментів моніторингу та оцінювання ефективності рухової активності студентів. Результати дисертаційного дослідження отримали практичне підтвердження та були впроваджені у діяльність закладів вищої освіти міста Києва, що підтверджується відповідними актами впровадження.

**Відсутність (наявність) академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації.** Аналіз дисертації Степанюка В.В. дозволяє констатувати, що у рукопису відсутні академічний плагіат, фабрикації та фальсифікації наукових даних і експериментальних результатів. Також це підтверджено відповідними матеріалами метрологічної експертизи дисертації, проведеної фахівцями Національного університету фізичного виховання і спорту України.

**Оцінка змісту дисертації та її основних положень.** Структура дисертації відповідає її меті, завданням та складається з анотації двома мовами, змісту, переліку умовних позначень та скорочень, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел, що містить 173 найменування та 6 додатків. Структурні частини тексту за обсягом, змістом і глибиною аналізу збалансовані, що дає підстави зробити висновок про високий рівень дисертаційної роботи. Кожна відокремлена частина роботи завершується проміжними висновками. Матеріали дисертаційного дослідження викладено на 247 сторінках, з них основного тексту – 208 сторінок. Така структура дозволила автору системно, послідовно і логічно розкрити всі питання, які мали бути розглянуті відповідно до мети та завдань дослідження. Надані до роботи графічні матеріали, які оформлені у вигляді 31 таблиці та 33 рисунків, окрім інформаційного характеру, мають змістовне навантаження та логічно пов'язані із текстом роботи. Це дозволяє більш наочно сприйняти викладений науковий матеріал.

У **вступі** обґрунтовано актуальність досліджуваної теми та окреслено ступінь її розробленості; висвітлено зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами, грантами; сформульовано структурні компоненти – мету, завдання, об'єкт, предмет і методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичне значення одержаних результатів, наведено дані про їх апробацію, публікації.

У першому розділі **«Теоретико-методичні основи залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в системі вищої освіти»** здійснено комплексний аналіз сучасних наукових

підходів до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді в умовах функціонування закладів вищої освіти. Розглянуто сучасні виклики організації рухової активності студентів, зумовлені цифровізацією освітнього процесу, дистанційним навчанням, психоемоційним навантаженням та умовами воєнного стану. Показано, що зазначені чинники сприяють зниженню рівня рухової активності, погіршенню фізичного стану та якості життя студентської молоді. Проаналізовано соціально-педагогічні та медико-біологічні передумови формування рухової активності студентів, а також мотиваційні детермінанти та поведінкові моделі участі молоді в оздоровчо-рекреаційній діяльності. Визначено основні мотиви та бар'єри залучення студентів до систематичних занять руховою активністю.

Окрему увагу автором приділено спортивному клубу закладу вищої освіти як середовищу формування оздоровчо-рекреаційної активності студентської молоді. Висвітлено його організаційно-педагогічні можливості щодо формування здоров'язбережувальної поведінки та підтримання психоемоційного благополуччя студентів. Також в розділі проаналізовано сучасні технології та підходи до залучення молоді до рухової активності, зокрема використання цифрових технологій, мобільних додатків та елементів гейміфікації.

Результати теоретичного аналізу засвідчили, що питання наукового обґрунтування технологій залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу ЗВО, особливо в умовах воєнного стану, залишаються недостатньо розробленими та потребують подальших досліджень.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» представлено комплекс методів наукового пошуку, використаних у дисертаційній роботі, та охарактеризовано організацію дослідження. Для реалізації поставленої мети і завдань автором використано комплекс взаємодоповнювальних методів дослідження, зокрема: теоретичний аналіз фахової науково-методичної літератури та документальних джерел; соціологічні методи; психодіагностичні методи; методи визначення показників якості життя за опитувальником SF-36; методи оцінки рухової активності; педагогічні методи дослідження; методи математичної статистики. Теоретичний аналіз науково-методичної літератури дозволив визначити сучасний стан досліджуваної проблеми, окреслити основні наукові підходи до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді та обґрунтувати напрями подальшого дослідження. Соціологічні та психодіагностичні методи застосовувалися для вивчення мотивації студентів до рухової активності, особливостей психоемоційного стану, задоволеності життям та бар'єрів залучення до оздоровчо-рекреаційної діяльності. Для оцінювання якості життя використовувався міжнародний опитувальник SF-36, що дозволив визначити фізичний і психологічний компоненти здоров'я студентської молоді. Методи оцінки рухової активності та педагогічні методи дослідження дали змогу визначити рівень фізичної підготовленості та особливості участі студентів в оздоровчо-рекреаційній діяльності. Для обробки результатів дослідження

застосовано сучасні методи математичної статистики, зокрема кореляційний аналіз, порівняльний аналіз, методи моделювання та інтелектуального аналізу даних. Автором представлено організацію дослідження, яке проводилося поетапно на базі Національного університету харчових технологій. У дослідженні взяли участь 172 студента віком до 25 років. Організація дослідження, вибір методів та контингент досліджуваних є достатньо обґрунтованими та відповідають поставленій меті й завданням дисертаційної роботи.

У третьому розділі **«Оцінка якості життя, показників фізичного стану, задоволеності, мотивації та бар'єрів залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах ЗВО»** здійснено комплексний аналіз якості життя, рухової активності, фізичного стану, мотиваційної сфери та задоволеності студентів оздоровчо-рекреаційною діяльністю в умовах воєнного стану. Автором визначено особливості якості життя здобувачів вищої освіти України в умовах воєнного періоду, встановлено переважання зниження психологічного компонента здоров'я порівняно з фізичним, а також виявлено найбільш уразливі компоненти благополуччя студентської молоді. Проаналізовано рівень задоволеності студентів організацією оздоровчо-рекреаційних занять на базі спортивного клубу ЗВО, особливості їх рухової активності, мотиваційні пріоритети та основні бар'єри залучення до систематичних занять. Встановлено, що провідними мотивами є підтримання здоров'я, покращення фізичної форми та психоемоційне розвантаження, тоді як основними бар'єрами виступають дефіцит часу, втома та навчальне навантаження.

Окрему увагу приділено дослідженню взаємозв'язків між показниками якості життя, фізичного стану та рівнем рухової активності студентів. Встановлено позитивний вплив рухової активності та розвитку рухових якостей на показники фізичного й психологічного благополуччя студентської молоді. Також представлено результати прогнозування компонентів якості життя студентів із застосуванням сучасних методів інтелектуального аналізу даних та нейронних мереж. Визначено ключові предиктори фізичного та психологічного компонентів якості життя, серед яких важливе значення мають задоволеність життям, рівень рухової активності, безпечність умов занять та показники фізичної підготовленості.

Отримані результати стали підґрунтям для розроблення технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти.

У четвертому розділі **«Проектування та оцінка результативності технології залучення студентів до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу ЗВО»** науково обґрунтовано, розроблено та експериментально перевірено технологію залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Представлено концептуальні засади та структуру авторської технології, яка базується на компетентнісному, особистісно орієнтованому, діяльнісному та здоров'язбережувальному підходах. Технологія включає цільовий, змістовий,

організаційно-методичний та контрольньо-оцінювальний компоненти та реалізується поетапно в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти.

Особливу увагу автором приділено організаційно-методичним умовам реалізації технології, зокрема інтеграції спортивного клубу в освітній простір ЗВО, використанню варіативних форм рухової активності, цифрових інструментів моніторингу та створенню безпечного й мотиваційно сприятливого середовища для студентської молоді. Результати педагогічного експерименту засвідчили ефективність запропонованої технології. Після її впровадження встановлено позитивні зміни показників якості життя студентів, зокрема покращення психологічного благополуччя, життєздатності та загального здоров'я. Також зафіксовано статистично значуще покращення показників фізичної підготовленості, збільшення рівня рухової активності та посилення внутрішньої мотивації студентів до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю.

Отримані результати підтвердили ефективність розробленої технології та доцільність її впровадження у практику діяльності спортивних клубів закладів вищої освіти.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» здійснено комплексне узагальнення та інтерпретацію результатів дисертаційної роботи, спрямованої на обґрунтування технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти. Автором узагальнено результати теоретичного та експериментального дослідження, підтверджено актуальність проблеми зниження рівня рухової активності та погіршення психоемоційного стану студентської молоді в умовах воєнного стану. Встановлено взаємозв'язки між показниками якості життя, фізичного стану, мотивації та рівнем рухової активності студентів. Підтверджено ефективність розробленої технології, яка забезпечила покращення показників якості життя, фізичної підготовленості, рухової активності та мотиваційної залученості студентської молоді до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю.

Отримані результати дозволили розширити наукові уявлення щодо організації діяльності спортивних клубів ЗВО як середовища формування здоров'язбережувальної поведінки студентської молоді та обґрунтувати доцільність використання сучасних організаційно-педагогічних і цифрових підходів у процесі залучення студентів до рухової активності. Узагальнення результатів дослідження підтвердило досягнення поставленої мети та вирішення основних завдань дисертаційної роботи.

**Висновки до дисертації** відповідають поставленим завданням і безпосередньо впливають із попереднього аналізу. Наведені дисертантом аргументи повні, логічні та несуперечливі.

**Стиль і мова дисертації.** Науковий рівень дисертаційної роботи дозволяє надати виключно позитивну оцінку змісту дисертації, визнати її завершеною науковою працею, яка характеризується єдністю змісту і свідчить

про суттєвий особистий внесок здобувача у практичну діяльність з фізичного виховання. Дисертація оформлена згідно з вимогами МОН України.

Робота написана державною мовою, стиль викладення матеріалу – науковий. Основні положення, висновки, пропозиції та рекомендації дисертації в цілому характеризуються послідовністю, аргументованістю і завершеністю.

**Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях.** Ознайомлення з науковим доробком здобувача за темою дисертації дає змогу стверджувати, що його наукові публікації достатньою мірою відображають основні наукові результати дисертаційної роботи відповідно до вимог. Кількість, обсяг і якість друківаних праць відповідають нормативним вимогам, рекомендованим для повноти висвітлення отриманих результатів дисертаційної роботи на здобуття ступеня доктора філософії. Наведені публікації підтверджують, що наукові та практичні результати дослідження одержані автором самостійно і оприлюднені до захисту дисертації. Основні наукові положення дисертації опубліковані у фахових наукових виданнях та матеріалах міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференцій.

Наукові результати дисертації висвітлені в 15 наукових публікаціях: 8 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 стаття у періодичному науковому виданні України, проіндексованому в базі даних Scopus (Q3), 1 стаття у періодичному науковому виданні Румунії, проіндексованому в базі даних Scopus (Q4); 5 публікацій апробаційного характеру.

**Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертації.** Попри загалом високий науковий рівень дисертаційної роботи, слід висловити окремі зауваження та побажання:

1. На наш погляд, у роботі занадто деталізована наукова новизна, бажано було б скоротити її певні елементи, залишити сутність, без глибоких пояснень механізмів. Також текст дисертації місцями перевантажений довгими реченнями з надмірно розгорнутими описовими фрагментами, які можна було б подати більш лаконічно. Наприклад, опис окремих університетів (Амстердам, Гаага тощо) в п. 1.4 досить об'ємний. На нашу думку, в теоретичному розділі краще узагальнювати: не «що саме там є», а «яку модель це ілюструє».

2. На наш погляд, добре показується статистична значущість, але місцями бракує короткої інтерпретації «що це означає практично». Наприклад, в п. 3.2 у блоці про задоволеність організацією занять можна чіткіше підкреслити управлінський висновок: що саме потрібно змінювати в роботі спортивного клубу.

3. У дисертації, на нашу думку, недостатньо детально розглянуто специфіку впливу дистанційного формату навчання на мотивацію студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

4. На наш погляд, занадто великі загальні висновки (особливо 6, 8, 11), що містять надлишок статистики.

Загалом зазначені зауваження мають уточнювальний та рекомендаційний характер та не впливають на загальну позитивну оцінку дисертаційної роботи.

**Висновок.** Дисертаційна робота Степанюка Вадима Володимировича на тему «Технологія залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти» є завершеним самостійним дослідженням, має наукову новизну, характеризується новим підходом і практичною цінністю, відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт, вимогам до оформлення дисертацій, затвердженим наказом Міністерства освіти і науки України № 40 від 12.01.2017 р. (із змінами, внесеними згідно з наказом Міністерства освіти і науки України № 759 від 31.05.2019 р.) та вимогам Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 44 від 12.01.2022 р. (із змінами), а її автор, Степанюк Вадим Володимирович, заслуговує на присудження ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

**Офіційний опонент:**

кандидатка педагогічних наук,  
професорка, завідувачка кафедри  
фізичного виховання та спортивного  
вдосконалення Комунального закладу  
«Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради

Олена ШКОЛА