

РЕЦЕНЗІЯ

**завідувача кафедри кіберспорту та інформаційних технологій
Національного університету фізичного виховання і спорту України,
кандидата наук з фізичного виховання і спорту, доцента Яковенко Олени
Олегівни на дисертаційну роботу Бобренко Світлани Михайлівни на тему
«ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОЗДОРОВЧО-
РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ КІБЕРСПОРТСМЕНІВ»,
представлену на здобуття ступеня доктора філософії
з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

Актуальність теми. Актуальність обраної теми не викликає сумнівів. У XXI столітті кіберспорт став важливою частиною не лише дозвілля, але й професійної спортивної діяльності. Водночас, сучасна наука в галузі фізичної культури й спорту ще не в повній мірі адаптувала свої методологічні та методичні напрацювання до нових реалій цифрової спортивної практики.

Кіберспортсмени, перебуваючи в умовах підвищеної когнітивної й психоемоційної напруги, характеризуються гіподинамічним режимом, що веде до цілого спектру професійно зумовлених порушень здоров'я. При цьому специфіка їх рухової активності, психофізіологічного стану, характеру тренувального процесу потребує особливого підходу до організаційно-методичного забезпечення оздоровчих заходів.

Дисертація Бобренко С.М. комплексно і системно відповідає на цю актуальну науково-практичну проблему. Тема є інноваційною, теоретично обґрунтованою і соціально значущою.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у тому, що:

— вперше на теоретико-методичному рівні обґрунтовано та розроблено модель організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів, яка має чотирьохкомпонентну структуру (організаційний, діагностичний, програмно-методичний, контрольний блоки) та враховує специфіку професійної діяльності в кіберспорті, зокрема підвищену

когнітивну та психоемоційну напруженість, низький рівень загальної рухової активності, схильність до типових порушень здоров'я;

- вперше створено та теоретично обґрунтовано програму занять із використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності для кіберспортсменів, адаптовану до умов тренувального процесу, що включає поєднання кардіо-, силових, коригувальних та відновлювальних вправ, а також інтерактивні форми рухової активності (зокрема елементів екзергеймінгу);

- вперше отримано експериментально обґрунтовані дані щодо впливу засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності на фізичний стан, психоемоційне благополуччя, когнітивну працездатність та якість життя кіберспортсменів, що підтверджує ефективність запропонованої моделі у профілактиці захворювань, обумовлених специфікою занять кіберспортом та зниженні емоційного виснаження;

- уточнено та доповнено наукову інформацію про специфіку фізичного і психофізіологічного стану, рівень рухової активності, характерну захворюваність, емоційну напругу та когнітивну працездатність кіберспортсменів, що дозволяє краще розуміти особливості їхньої професійної діяльності у контексті здоров'я та якості життя;

- удосконалено підходи до організації та оцінювання ефективності оздоровчо-рекреаційних заходів у специфічному середовищі кіберспортивної діяльності, шляхом включення системного моніторингу фізичного, психоемоційного та когнітивного стану спортсменів, а також адаптації програм до індивідуальних особливостей гравців.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що розроблено прикладну модель, яку можливо впровадити в практику підготовки кіберспортсменів у закладах вищої освіти; створено програму оздоровчо-рекреаційних занять, яку можуть використовувати тренери, фітнес-інструктори, викладачі фізичного виховання; результати дослідження можуть лягти в основу навчальних курсів зі спеціальної фізичної підготовки кіберспортсменів.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна. У дисертаційній роботі чітко сформульовано мету, завдання, об'єкт, предмет та гіпотези дослідження. Наукові положення і висновки обґрунтовано на основі теоретичного аналізу, емпіричних спостережень, порівняльного аналізу, психодіагностики, педагогічного експерименту й обробки даних методами математичної статистики.

Результати ґрунтовно підтверджені експериментально. Представлена авторська модель організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів, що включає організаційний, діагностичний, програмно-методичний та контрольний блоки.

Запропонована програма занять із застосуванням елементів екзергеймінгу, кардіо-, силових, коригувальних та відновлювальних вправ – адаптована до потреб кіберспортсменів. Авторкою доведено її ефективність за низкою показників (фізична підготовленість, психоемоційний стан, когнітивна працездатність).

Достовірність наукових положень обґрунтована достатньою тривалістю проведення досліджень (з 2021 по 2025 рр.), адекватним плануванням досліджень і обробкою одержаних матеріалів методами математичної статистики при достатній мірі вірогідності.

Оцінка змісту дисертації, її завдання в цілому і основних положень дисертації. Дисертаційна робота викладена державною мовою на 284 сторінках тексту комп'ютерного набору, складається з анотацій, переліку умовних позначень та скорочень, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних літературних джерел, додатків. Усього використано 336 джерел наукової та спеціалізованої літератури, з них 126 іноземних. Робота ілюстрована 25 таблицями й 57 рисунками.

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, вказано на зв'язок роботи з науковими планами й темами, сформульовано мету й завдання дослідження, визначено об'єкт, предмет, описано методи дослідження, розкрито

наукову новизну і практичну значущість дисертаційної роботи, подано інформацію про особистий внесок здобувача та апробацію результатів дисертаційної роботи.

У першому розділі **«ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У КІБЕРСПОРТІ»** представлено повноцінний огляд наукової літератури та практик організації кіберспорту в Україні та світі. Окремо слід відзначити цінність критичного аналізу навчальних програм, унікальність авторського огляду специфіки здоров'я кіберспортсменів. Розглянуто основні фактори, що визначають рівень здоров'я, фізичної і психоемоційної підготовленості представників цієї групи, а також проаналізовано можливості використання оздоровчо-рекреаційних засобів у спортивно-тренувальній діяльності. У розділі прослідковується чітка логіка у формуванні наукової проблеми дослідження. Окреслено недостатню адаптованість традиційних підходів у фізичному вихованні до умов кіберспортивної діяльності, що підтверджує актуальність теми дисертації.

У другому розділі **«МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ»** обґрунтовано й описано методи дослідження, які є достатньо обґрунтованими. Використано 14 методів – від педагогічних і соціологічних до психофізіологічних і статистичних. Це свідчить про мультидисциплінарність підходу. У хронологічній послідовності викладені етапи проведення досліджень.

У третьому розділі **«АНАЛІЗ РЕЖИМУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ, ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО ТА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ КІБЕРСПОРТСМЕНІВ»** здійснено аналіз початкового стану обраної вибірки – показані статистичні показники депресивних станів та когнітивних труднощів у респондентів. Здійснено аналіз вихідного рівня фізичного, психофізіологічного й емоційного стану студентів-кіберспортсменів. Представлено значний обсяг емпіричних даних, що охоплює фізичну активність, захворюваність, психоемоційний стан, характер фізичних навантажень, тривалість сну, поширеність психосоматичних скарг, суб'єктивну оцінку якості життя. Окремі

блоки присвячено результатам когнітивного тестування та емоційного самопочуття (за шкалами тривожності, депресії тощо). Зафіксовано недостатній рівень рухової активності у більшості обстежених, поширеність проявів стресу, втоми, а також зниження мотивації до здорового способу життя. Отримані результати підтверджують гіпотезу про потребу у впровадженні адаптованої до умов кіберспорту оздоровчої моделі, що й стало підґрунтям для подальших практичних розробок.

У четвертому розділі **«ОБГРУНТУВАННЯ ТА РОЗРОБКА ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ КІБЕРСПОРТСМЕНІВ»** показано розробку авторської моделі організаційно-методичного забезпечення. Вона є структурованою (4 блоки – організаційний, діагностичний, програмно-методичний і контрольний), адаптованою до реальних умов. Програма занять базується на поєднанні кардіо-, силових, коригувальних та інтерактивних форм активності, включаючи елементи екзергеймінгу – це інноваційне рішення. Результати оцінки ефективності програми демонструють статистично значущі зміни. Детально описано логіку впровадження моделі, алгоритми взаємодії її елементів, критерії ефективності, умови реалізації в навчальному процесі. Запропонована програма занять враховує психофізіологічну специфіку кіберспортсменів і включає вправи оздоровчої, корекційної, відновлювальної спрямованості. Також до структури занять інтегровано елементи взаємодії з ігровими консолями, що дозволяє підвищити мотивацію до рухової активності. Програма розроблена з урахуванням поступового навантаження, поєднує аеробні, силові, дихальні та релаксаційні компоненти, адаптовані до рівня підготовленості кіберспортсменів.

У п'ятому розділі **«АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ»** представлено результати експерименту та аналіз ефективності впровадження запропонованої моделі. Дослідження проводилося протягом 6 місяців, результати оцінювалися за комплексом фізіологічних, психологічних і когнітивних показників. Наведені у роботі дані свідчать про позитивну динаміку

за низкою параметрів: підвищення рівня фізичної підготовленості, зменшення симптомів емоційного вигорання, покращення показників працездатності, зростання мотивації до занять. Здійснено порівняння вихідних і підсумкових результатів, обґрунтовано статистичну достовірність змін, наведено графіки, діаграми, таблиці для ілюстрації ефекту. Окрему увагу приділено умовам реалізації моделі, бар'єрам впровадження та рекомендаціям для її адаптації в межах освітнього середовища.

У результаті проведеного дослідження сформульовано наукові положення трьох рівнів новизни, а саме: ті, що підтверджують, доповнюють, розширюють та отримані вперше.

Загальні **ВИСНОВКИ** в основному відповідають завданням дисертаційного дослідження. В цілому, зміст дисертації свідчить про достатній рівень підготовленості дисертантки, володіння методикою дослідження, творчий підхід до обраної проблеми, що й дозволило їй обґрунтувати наукову розробку теми та розв'язати основні дослідницькі завдання.

У дисертаційній роботі Бобренко С. М. зібрано достатній цифровий матеріал, який представлено у таблицях і рисунках, що свідчить про вміння автора не тільки аналізувати отримані дані, але й використовувати його у практичній роботі.

Повнота викладення основних результатів в опублікованих наукових працях. Основні наукові результати дослідження відображено в 14 публікаціях, серед яких: 6 статті у фахових виданнях з фізичної культури і спорту; 7 матеріалів апробаційного характеру на конференціях різного рівня; та 1 монографія у співавторстві. Таке представлення результатів можна вважати повним і достатнім.

Недоліки дисертації щодо їх змісту та оформлення. Разом з тим, у дисертаційній роботі **Бобренко С. М.** присутні й окремі недоліки та дискусійні положення, які потребують додаткової аргументації та відповідних уточнень:

1. В роботі в першому розділі згадуються лише особливості фізичного та анатомічного розвитку юнаків. Також при описі методу тестування і далі по

тексту вказані норми різних тестів лише для юнаків. На нашу думку це є некоректним, оскільки в кіберспорті представлені учасники обох статей. В такому разі, оскільки вся робота побудована навколо аналізу лише юнаків, слід вказати в тексті причини такого рішення та обґрунтувати їх.

2. В підрозділі 2.1.5 зайвим є опис методу дослідження *Опитування*, особливо на які види його зазвичай поділяють, оскільки метод є загальновідомим. Також зайвим є опис самого методу *Анкетування*. Доречно зосередитись саме на методичних та організаційних особливостях власного досвіду застосування даного методу: опис, контингенту, особливості питань, методичних особливостей проведення анкетування тощо.

3. В табл. 4.9 перенос таблиці розриває шапку таблиці з її змістом, через що порушується цілісність подання матеріалу та ускладнюється сприйняття інформації. Необхідно забезпечити неподільність заголовка та відповідних граф даних, щоб таблиця відображалася коректно (хоча б шапка та дані “до експерименту”).

4. У дисертації використано термін «рівень швидкодії» як показник результатів тесту «Складна зорово-моторна реакція на світлову комбінацію стимулів (СЗМР-СК)». З науково-методичної та психофізіологічної точки зору це формулювання є недостатньо коректним, оскільки поняття «швидкодія» традиційно застосовується до технічних систем і не є стандартизованим терміном для оцінювання психомоторних характеристик людини. У науковій літературі для опису результатів таких тестів використовуються терміни: «час реагування/реакції», «сенсомоторна швидкість реакції», «швидкість зорово-моторної реакції» тощо. Саме вони чітко відображають психофізіологічну природу вимірюваної функції, тому рекомендується замінити не зовсім коректний термін «рівень швидкодії» на один з науково визнаних для забезпечення точності термінології й відповідності сучасним методичним стандартам у сфері фізичної культури та спорту (табл. 3.7, 3.8, 3.9, 3.10, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11).

5. В тексті роботи присутні граматичні та орфографічні помилки.

Перераховані недоліки та зауваження у переважній більшості носять дискусійний характер, суттєво не впливають на науковий і методологічний рівень дисертації, не знижують її загальної позитивної оцінки та спрямовані, в основному, на подальше вдосконалення творчих здібностей здобувача.

Висновок про відповідність дисертації встановленим чинним вимогам. Дисертаційна робота **Бобренко Світлани Михайлівни** на тему «ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ КІБЕРСПОРТСМЕНІВ» має достатнє теоретичне й практичне значення, є самостійним завершеним науковим дослідженням, яке за своїм змістом, обґрунтованістю висновків, новизною отриманих результатів відповідає вимогам до оформлення дисертацій, затвердженим наказом Міністерства освіти та науки України № 40 від 12.01.2017 р. (із змінами, внесеними згідно з наказом Міністерства освіти та 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 внесеними згідно з Постановою Кабінету Міністрів України №341 від 21.03.2022 р.), а її автор Бобренко Світлана Михайлівна заслуговує на присудження ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Рецензент:

кандидат наук з фізичного
виховання і спорту, доцент
завідувач кафедри кіберспорту
та інформаційних технологій
Національного університету фізичного
виховання і спорту України

Олена ЯКОВЕНКО