

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 **Бобренко Світлани Михайлівни** на тему: **«Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів»**, подану на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Актуальність обраної теми. Кіберспорт розглядається як форма індивідуальних і командних змагань у віртуальному середовищі комп'ютерних ігор, що характеризується високими темпами розвитку та офіційним визнанням у багатьох країнах, зокрема в Україні. Його поширення сприяло формуванню освітніх програм і підготовці фахівців у закладах вищої освіти світу. Поряд із позитивним впливом на когнітивні функції та розвиток психологічних і командних компетентностей, кіберспорт супроводжується низкою ризиків для здоров'я, пов'язаних із тривалим перебуванням у статичній позі та значним інтелектуальним навантаженням. До найбільш поширених проблем відносять порушення опорно-рухового апарату, зорового аналізатора, нервової системи та розлади сну.

У зв'язку з цим важливим аспектом підготовки кіберспортсменів є впровадження оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Розробка індивідуальних фітнес-програм, що враховують вік, стан здоров'я, рівень фізичної підготовленості та особливості діяльності спортсмена, сприяє профілактиці професійно зумовлених порушень.

Аналіз наукових джерел засвідчує недостатнє висвітлення питання організації фізичної активності кіберспортсменів, хоча зростання популярності кіберспорту актуалізує потребу у науково обґрунтованому методичному супроводі. Проведене дослідження пропонує відповідні організаційно-методичні підходи з метою оптимізації фізичного стану спортсменів і запобігання типових захворювань.

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 дисертантки, як співвиконавця тем полягав в обґрунтуванні та розробці моделі організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів з метою підвищення показників їхнього фізичного стану, профілактики типових захворювань.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх новизна. Достовірність та обґрунтованість наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації Бобренко Світлани Михайлівни, підтверджується значною кількістю опрацьованої науково-методичної літератури, аналізом матеріалів практичної діяльності, логікою викладення матеріалу. Це дало змогу авторці виконати поставлені завдання. Для досягнення поставленої мети автором коректно визначено завдання, об'єкт і предмет дослідження, застосовано методологічну базу наукового пошуку літературних джерел вітчизняних та зарубіжних дослідників. Зібраний теоретичний та емпіричний матеріал проаналізовано із використанням різноманітних методів наукового пошуку.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що дисертантом:

- уперше 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;

- уперше 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 елементи екзергеймінгу);

- уперше 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 типових захворювань 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.

Практична значимість результатів дослідження полягає у розробці та впровадженні цілісної програми з використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, адаптованої до специфіки професійної діяльності кіберспортсменів, що спрямована на профілактику типових захворювань, покращення фізичного стану, розумової працездатності, а також на підвищення ефективності тренувального процесу та змагальної діяльності в умовах високого психоемоційного та когнітивного навантаження.

Результати дослідження знайшли широке практичне застосування в освітньому процесі підготовки здобувачів вищої освіти НУФВСУ на кафедрі оздоровчо-рекреаційної рухової активності; кафедрі кіберспорту та інформаційних технологій. Елементи програми були інтегровані до змісту освітніх компонентів: «Технологія проектування персональних фітнес-програм для різних груп населення», «Аквафітнес», «Практикум з оздоровчого фітнесу», які сприяють формуванню у студентів цілісного уявлення про сучасні підходи до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності, зокрема для представників кіберспорту. Матеріали програми також можуть бути використані іншими закладами вищої освіти, що здійснюють підготовку фахівців за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, як приклад інноваційного освітнього контенту, орієнтованого на сучасні потреби неолімпійських видів спорту.

Окремим напрямом практичного значення дослідження є впровадження розробленої моделі організаційно-методичного забезпечення у систему підготовки спортсменів Асоціації кіберспорту України та в практику підготовки спортсменів громадської організації «Кіберспортивний клуб «КАБАНИ», що підтверджується відповідними актами впровадження.

Відсутність (наявність) академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Аналіз дисертації Бобренко Світлани Михайлівни 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 336 найменування (з них 126 – представлені іноземною мовою), та 15 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 284 сторінках, з них основного тексту – 171 сторінка. 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 25 таблиць та 57 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 організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності у кіберспорті» розкриваються стан і структура розвитку кіберспорту у світі й Україні, основні проблеми у стані здоров'я кіберспортсменів.

Значна увага в даному розділі відведена здійсненню теоретико-методичного аналізу сучасних тенденцій розвитку кіберспорту, специфіки тренувальної та змагальної діяльності кіберспортсменів, яка суттєво відрізняється від традиційних видів спорту та характеризується високою інтелектуальною та психоемоційною напруженістю, значною тривалістю статичного перебування за комп'ютером, специфікою індивідуально-командної взаємодії. Це зумовлює появу комплексу проблем зі здоров'ям.

Важливою тенденцією останнього десятиліття є інтеграція кіберспорту в освітній процес, зокрема через формування навчальних програм і спеціалізацій у закладах вищої освіти. Тому доведено, що оздоровчо-рекреаційна рухова активність відіграє важливу роль у профілактиці професійно зумовлених порушень здоров'я кіберспортсменів та у підвищенні їхньої спортивної результативності.

Результати теоретичних досліджень дозволили визначити, що існує необхідність впровадження системно організованої оздоровчо-рекреаційної рухової активності для збереження здоров'я та оптимізації спортивної діяльності кіберспортсменів.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» авторкою представлено методи дослідження, використані у роботі, специфіку їх використання та описано організацію дослідження. Визначено контингент дослідження і представлено його характеристику. Вибір зазначених методів дослідження є адекватним для реалізації сформульованих завдань і відповідає поставленій меті дослідження. Слід зазначити, що авторкою коректно використані відомі наукові методи обґрунтування отриманих результатів, висновків і рекомендацій. Зокрема, було використано наступні наукові методи: теоретичний аналіз, узагальнення науково-методичної, спеціальної літератури, документальних матеріалів та інформації мережі Інтернет; метод системного аналізу; метод порівняння та зіставлення застосовувався; педагогічні методи, що включали спостереження, експеримент, тестування; соціологічні методи – опитування та анкетування; метод моделювання; метод оцінки фізичного здоров'я; медико-біологічні методи; методи оцінки рухової активності та захворюваності; психодіагностичні методи; психофізіологічні методи; таблично-графічні методи; метод експертних оцінок; методи математичної статистики. Логічною виглядає і наведена дисертанткою організація дослідження.

У третьому розділі «Аналіз режиму рухової активності, показників фізичного та емоційного стану кіберспортсменів» проведений аналіз режиму рухової активності, показників фізичного, психоемоційного стану, якості життя та працездатності кіберспортсменів, який дозволив виявити комплексні проблеми, що визначають специфіку їхньої професійної діяльності та обґрунтовують потребу у впровадженні оздоровчо-рекреаційних заходів.

В даному розділі достатньо ретельно розглянуті особливості психоемоційного стану, якості та задоволеності життям, а також фізичної та розумової працездатності, фізичної підготовленості кіберспортсменів.

Авторкою встановлено, що більшість кіберспортсменів характеризуються недостатнім рівнем рухової активності, що поєднується з тривалим перебуванням у статичній позі за комп'ютером. Результати дослідження засвідчили, що значна частина кіберспортсменів має виражені порушення фізичного стану, що корелює з низьким рівнем загальної фізичної підготовленості. Паралельно виявлено погіршення психоемоційного стану: підвищений стрес, схильність до депресивних реакцій, емоційну нестабільність та недостатній рівень емоційної компетентності, що підвищує

ризика для спортивної та соціальної діяльності й потребує психологічної підтримки.

Авторкою доведено, що понад половина спортсменів демонструють показники фізичної та розумової працездатності нижчі за середні, що підтверджує потребу у спеціальних тренувальних програмах для оптимізації рухової активності та підвищення функціональних резервів організму.

Отримані дані свідчать про необхідність комплексного підходу до підготовки кіберспортсменів, який включає підвищення теоретичної обізнаності щодо безпечної організації діяльності, систематичне використання оздоровчо-рекреаційних засобів фізичної активності, упровадження методів психологічної саморегуляції, застосування цифрових технологій моніторингу здоров'я, а також розробку інтегрованих програм занять з використанням традиційних, інноваційних та екзергеймінгових засобів.

Результати підтверджують, що ефективність кіберспортивної діяльності безпосередньо залежить від якісної організації оздоровчо-рекреаційного супроводу.

У четвертому розділі «Обґрунтування та розробка організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів» науково обґрунтована та розроблена інтегрована модель організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів. Авторкою проведений аналіз оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів.

В даному розділі представлена авторська програма занять з використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, яка поєднує кардіо-, силові, коригувальні та відновлювальні вправи, а також інтерактивні форми активності (зокрема елементи екзергеймінгу), що спрямована на усунення дефіциту м'язової діяльності, профілактику типових захворювань та підтримання оптимального функціонального стану організму.

Результати експериментального дослідження засвідчили ефективність розробленого організаційно-методичного забезпечення: підвищення рівня інтенсивної рухової активності та зменшення часу перебування у сидячому положенні; статистично значущі позитивні зміни показників фізичної підготовленості (витривалості, сили, координації, швидкісних якостей, гнучкості); покращення фізичної та розумової працездатності, зокрема показників функціонування центральної нервової системи; зниження рівня стресового навантаження та підвищення загальної працездатності.

Результати дослідження дозволили науково обґрунтувати та підтвердити універсальність запропонованої моделі, яка може застосовуватися як тренерами з кіберспорту, так і фахівцями з фітнесу у різні періоди

підготовки кіберспортсменів: від початкової базової підготовки до етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Розроблене авторкою організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності є науково обґрунтованим та практично апробованим механізмом підвищення рівня фізичного і психоемоційного здоров'я кіберспортсменів, профілактики типових захворювань, що забезпечить стійку спортивну результативність.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» обговорено отримані результати дисертаційного дослідження.

Уточнено дані наукових досліджень 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.

Набули подальшого розвитку та удосконалення дані про 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.

До спектра абсолютно нових наукових даних, що складають базис наукової новизни дисертації, а також є результатом виконання системного аналізу та застосування практичного досвіду з проблеми дослідження, *належать*: розроблення моделі організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів; створення програми 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 елементи екзергеймінгу); отримання експериментально обґрунтованих даних щодо впливу засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності на фізичний стан, психоемоційне благополуччя, когнітивну працездатність та якість життя кіберспортсменів.

Висновки до дисертації відповідають поставленим завданням і безпосередньо впливають із попереднього аналізу. Наведені дисертанткою 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 здобувачки 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 друкованих 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 авторкою самостійно і оприлюднені до захисту дисертації. Основні наукові положення дисертації опубліковані у фахових наукових виданнях та матеріалах міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференцій.

За матеріалами дисертації опубліковано 14 наукових публікацій: 6 – у наукових фахових виданнях України, 7 – апробаційного характеру, 1 – додатково відображає наукові результати дисертації. Також здобувачка є співавтором наукового твору «Кіберспорт» (англомовна розширена версія «Esports») та має 2 свідоцтва про авторське право.

Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертації.

Попри загалом високий науковий рівень дисертації, обґрунтовану структуру та чітку логіку викладу матеріалу, робота містить низку моментів, що потребують уточнення, деталізації або методичного доопрацювання:

1. У тексті дисертації недостатньо чіткої деталізованої інформації щодо критеріїв добору кіберспортсменів до вибірки, рівня їхнього ігрового досвіду, спортивної кваліфікації, участі в офіційних турнірах, а також особливостей тренувального режиму до початку формувального експерименту. На нашу думку, вибірка у 35 осіб є обмеженою для формулювання узагальнень щодо «кіберспортсменів» у широкому значенні.

2. У частині, де подано результати тесту ПЗМР, бракує порівняння з нормативами або віковими стандартами, що ускладнює інтерпретацію рівнів «високий», «нижче середнього» тощо.

3. У дисертації подано загальну характеристику екзергеймінгу та його потенціалу, однак, на нашу думку, недостатньою є методологічна конкретизація, що обґрунтовує доцільність його застосування в контексті дослідження. Зокрема, не визначено, які саме типи екзергеймів розглядаються

як релевантні; не подано критеріїв їх добору та відповідності завданням дослідження; не окреслено можливих технічних обмежень і ризиків, що впливають на валідність результатів.

У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:

1. Як забезпечувалася стандартизація умов тестування та контроль зовнішніх чинників, що могли вплинути на результати тестування?
2. Наскільки результати дослідження можуть бути узагальнені на інші вікові групи або рівні кваліфікації кіберспортсменів?

Висновок. Дисертаційна робота Бобренко Світлани Михайлівни на тему «Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів» 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 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.

Офіційний опонент:

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

Олена ШКОЛА