

**ВИСНОВОК**  
**ПРО НАУКОВУ НОВИЗНУ, ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ПРАКТИЧНЕ**  
**ЗНАЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ**  
**БОБРЕНКО Світлани Михайлівни**  
**«Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової**  
**активності кіберспортсменів» на здобуття ступеня доктора філософії**  
**з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка**  
**за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

У відповідності до пп. 25–26 Порядку підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти (наукових установах), затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 березня 2016 р. № 261 (із змінами), на кафедрі оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання і спорту України 28 жовтня 2025 року БОБРЕНКО Світланою Михайлівною було проведено публічну презентацію наукових результатів дисертації на тему: «Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів» та її обговорення (науковий керівник – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Олена АНДРЕЄВА).

За результатами проведення публічної презентації та обговорення дисертації на засіданні кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності було прийнято рішення надати здобувачу БОБРЕНКО Світлані Михайлівні позитивний висновок про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації.

**ВИСНОВОК**

**Актуальність теми дисертації.** Стрімкий розвиток кіберспорту як окремого виду спортивної діяльності, його офіційне визнання в Україні та включення до освітнього простору, зокрема відкриття спеціалізованих програм підготовки кіберспортсменів у закладах вищої освіти, зумовлюють необхідність наукового обґрунтування організації тренувального процесу з урахуванням специфіки цієї діяльності. Незважаючи на те, що кіберспорт характеризується низьким рівнем травматизму у порівнянні з традиційними видами спорту, тривала статична поза, монотонні повторювані рухи, сенсомоторне напруження, інформаційне перевантаження та низька рухова активність створюють комплекс ризиків для здоров'я спортсменів: зорові порушення, опорно-рухові дисфункції, синдром сухого ока, тунельні синдроми, порушення сну, хронічна перевтома, психоемоційне вигорання, ожиріння.

Успішність кіберспортсмена багато в чому залежить не лише від когнітивних здібностей, реактивності, уваги та психологічної стійкості, але й від рівня фізичного стану, що визначає витривалість, стресостійкість і здатність підтримувати високий рівень продуктивності протягом тривалих ігрових сесій. Проте сучасна практика підготовки кіберспортсменів зосереджена переважно на віртуальних тренуваннях, залишаючи поза увагою питання збереження їх фізичного здоров'я, профілактики типових порушень та оптимізації загальної працездатності.

На сьогоднішній день обмежені системні дослідження, присвячені організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів. Наявні публікації здебільшого стосуються історії розвитку кіберспорту, його соціально-економічних аспектів, менеджменту, комунікацій і перспектив інтеграції у спортивну галузь. Недостатньо вивченими залишаються питання добору засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності з урахуванням профілю кіберспортсменів, оцінки їхнього фізичного стану та формування організаційно-методичної моделі, спрямованої на підвищення адаптаційних можливостей та стійкості до професійних ризиків.

У цьому контексті постає об'єктивна потреба у розробленні та науковому обґрунтуванні моделі організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів, яка передбачатиме діагностику фізичного стану, індивідуалізацію навантажень, профілактику типових порушень та підвищення ефективності спортивної діяльності. Реалізація такої моделі створить умови для формування комплексної системи збереження здоров'я кіберспортсменів та посилення їхньої фізичної й психофізіологічної готовності до змагальної діяльності.

Представлена до розгляду дисертаційна робота БОБРЕНКО Світлани Михайлівни спрямована на теоретичне та практичне вирішення викладених вище проблем.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, 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 державної реєстрації № 0121U107534). Внесок здобувача, як співвиконавця теми, полягав у обґрунтуванні та розробці моделі організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів з метою підвищення показників їхнього фізичного стану, профілактики типових захворювань.

**Наукова новизна одержаних наукових результатів** полягає в тому, що:

- 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.

**Практичне значення роботи** полягає у розробці та впровадженні цілісної програми з використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, адаптованої до специфіки професійної діяльності кіберспортсменів. Програма 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 досліджень впроваджено в освітній процес кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності, кафедри кіберспорту та інформаційних технологій Національного університету фізичного виховання і спорту України. Елементи програми були інтегровані до змісту освітніх компонентів: «Технологія проектування персональних фітнес-програм для різних груп населення» (20 грудня 2021 р.), «Аквафітнес» (22 травня 2023 р.), «Практикум з оздоровчого фітнесу» (12 лютого 2024 р.), які сприяють формуванню у здобувачів вищої освіти цілісного уявлення про сучасні підходи до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності, зокрема для представників кіберспорту. Результати досліджень апробовано і впроваджено в практику роботи Асоціації кіберспорту України (27 грудня 2024 р.), громадської організації «Кіберспортивний клуб «КАБАНИ» (04 вересня 2025 р.), що сприяло: інтеграції інноваційних підходів у практику організаційної та освітньої діяльності даних організацій, підвищенню професійного рівня кіберспортсменів, формуванню культури здорового способу життя серед учасників змагань, підвищенню рівня соціальної відповідальності та спортивного іміджу організацій, розширенню їх методичної бази, зокрема в аспекті рекреаційного супроводу гравців.

Таким чином, результати дослідження мають високу прикладну цінність і можуть бути використані як у формальній освіті, так і в неформальних освітньо-тренувальних практиках, спрямованих на гармонізацію фізичного та психоемоційного стану кіберспортсменів, розширення функціональних можливостей їхнього організму та формування сталого інтересу до рухової активності як чинника професійного довголіття у сфері кіберспорту.

**Теоретичне значення отриманих результатів.** Теоретичне значення отриманих результатів полягає у розвитку науково-методичних засад оздоровчо-рекреаційної рухової активності в контексті професійної діяльності кіберспортсменів як специфічної категорії суб'єктів спортивної діяльності. Уперше на теоретико-методичному рівні обґрунтовано чотирьохкомпонентну модель організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної активності кіберспортсменів, яка відображає особливості кіберспорту як виду діяльності з високим когнітивним навантаженням, психоемоційною напруженістю та гіпокінетичними ризиками. Укладено засади побудови програм із застосуванням кардіо-, силових, коригувальних, відновлювальних вправ та інтерактивних форм рухової активності, що розширює теоретичні підходи до застосування здоров'язберігаючих технологій у оздоровчо-рекреаційній практиці. Експериментально отримані дані про вплив означених засобів на фізичний стан, психоемоційне благополуччя, когнітивну працездатність і якість життя кіберспортсменів доповнюють наукові уявлення щодо взаємозв'язку між руховою активністю та професійною результативністю в умовах кіберспортивного середовища. Уточнено наукові положення щодо психофізіологічного профілю кіберспортсменів та удосконалено підходи до діагностики, моніторингу та адаптивного планування оздоровчо-рекреаційної підтримки, що поглиблює фундаментальні концепти фізичної культури і спорту у сфері спортивної спеціалізації з екстремальними когнітивними навантаженнями.

**Ступінь обґрунтованості і достовірності наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації.** Наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені в 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 валідних методів дослідження.

Отримані результати дослідження базуються на інформативних методах та фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків. Ступінь вірогідності отриманих кількісних даних забезпечений значним обсягом дослідження, тривалістю дослідження, кількістю випробовуваних, отриманими цифровими даними, використанням у роботі сучасних методів дослідження та застосуванням адекватних методів математичного опрацювання матеріалів.

**Повнота викладення матеріалів дисертації в опублікованих працях.** Основні наукові положення дисертації опубліковано в наукових журналах та представлено в тезах на науково-практичних конференціях різного рівня. В опублікованих наукових працях зі співавторами та без дисертант самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати. Наукові результати дисертації висвітлено в 14 наукових публікаціях: 6 статтях у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України; 7 публікаціях апробаційного характеру та 1 публікації, що додатково відображає результати дисертації. Здобувач є співавтором наукового

твору «Кіберспорт» (англомовна розширена версія «Esports») та має 2 свідоцтва про авторське право.

**Апробація результатів дослідження.** Основні положення дисертаційної роботи було оприлюднено у матеріалах конференцій та доповідях на XIV Міжнародній конференції молодих вчених «Молодь та олімпійський рух» (Київ, Україна, 2021р.); IV Всеукраїнській електронній конференції з міжнародною участю «Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії» (Київ, Україна, 2021 р.); IV Всеукраїнській електронній конференції з міжнародною участю «Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії» (Київ, Україна, 2021 р.); XXI Міжнародній науково-практичній конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи» (Харків, Україна, 16-17.12.2021 р.); XV Міжнародній конференції «Молодь та олімпійський рух» НУФВСУ (Київ, Україна, 16-17.11.2022 р.); Всеукраїнській науково-практичній інтернет конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку» (Переяслав, Україна, 18.11.2022 р.); III Всеукраїнській науково-практичній Інтернет-конференції з міжнародною участю (Полтава, Україна, 01.12.2022 р.); XXII Міжнародній науково-практичній конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи» (Харків, Україна, 06-07.12.2022 р.); VI Всеукраїнській електронній конференції з міжнародною участю «Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії» (Київ, Україна, 31.05.2023 р.); IV Міжнародному науково-спортивному конгресі студентів та молодих вчених «Актуальні питання фізичної культури, спорту, ерготерапії» (Чернівці, Україна, 11-12.04.2024 р.); XVII Міжнародній конференції «Молодь та олімпійський рух» НУФВСУ (Київ, Україна, 30.05.2024 р.); II Загальноуніверситетській науковій конференції аспірантів і докторантів «Дисертаційне дослідження від ідеї до реалізації» (Київ, Україна, 19-20.06.2024 р.); VIII Міжнародній конференції «Сталий розвиток і спадщина у спорті» (Київ, Україна, 20-21.11.2024 р.); XVIII Міжнародній конференції «Молодь та олімпійський рух» НУФВСУ (Київ, Україна, 21-22.05.2025 р.); III Загальноуніверситетській науковій конференції аспірантів і докторантів «Дисертаційне дослідження від ідеї до реалізації» (Київ, Україна, 19.06.2025 р.); конференціях кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності (Київ, Україна, 2021-2024 рр.).

**Конкретний особистий внесок дисертанта в одержання наукових результатів, що виносяться на захист.** Мету та завдання дослідження було сформульовано із науковим керівником. Автором самостійно здійснено аналіз літературних джерел, даних мережі Інтернет та передового досвіду. У спільних опублікованих наукових працях здобувачеві належать аналіз спеціальної літератури, організація та проведення експериментальної роботи, статистичний аналіз та інтерпретація отриманих результатів, підготовка матеріалів до друку. Внесок співавторів визначається участю у формуванні напрямів дослідження, обговоренні результатів, допомогою в обробці матеріалів, формулюванні висновків. Усі розділи власних досліджень, висновки та аналіз отриманих

результатів дисертації оформлені автором самостійно. Здобувачем сформульовано висновки, які повністю відповідають поставленим завданням. Дисертантом підготовлено матеріали для наукових публікацій та для впровадження наукових розробок у практику.

**Оцінка мови та стилю дисертації.** Дисертацію викладено грамотною українською мовою. Структура дисертації та стиль її подання відповідають вимогам МОН України. Побудова – логічна. Адекватно використано наукові терміни. Цифровий матеріал структуровано в таблицях та рисунках, що полегшує сприйняття змісту матеріалу, представленого в розділах.

**Відповідність змісту дисертації спеціальності, за якою вона подається до захисту.** Дисертаційна робота БОБРЕНКО Світлани Михайлівни «Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів» є завершеним науковим дослідженням і за змістом повністю відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

**Рекомендація дисертації до захисту.** Розглянувши дисертацію БОБРЕНКО Світлани Михайлівни на тему: «Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів» та наукові публікації за темою дисертації, визначивши особистий внесок у всіх зарахованих за темою дисертації наукових публікаціях, опублікованих зі співавторами, а також за результатами публічної презентації здобувачем наукових результатів дисертації та її обговорення, вважаємо, що робота є актуальною, виконана здобувачем ступеня доктора філософії особисто, являє собою повністю завершену наукову працю, під час підготовки якої застосовувалися сучасні методи досліджень, має наукову новизну, практичне значення, містить нові науково обґрунтовані результати проведених здобувачем досліджень, нове розв'язання актуального наукового завдання щодо обґрунтування та розробки моделі 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; розробки програми занять із використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності для кіберспортсменів, адаптовану до умов тренувального процесу; в результаті експерименту 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; удосконалення підходів до організації та оцінювання ефективності оздоровчо-рекреаційних заходів у специфічному середовищі кіберспортивної діяльності; адекватна поставленій меті та містить висновки, які відповідають завданням.

Було проведено метрологічну експертизу дисертаційного дослідження. У роботі відсутні порушення академічної доброчесності. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим пп. 6–7 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 від 12 січня 2022 року № 44 (із змінами), що висуваються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії, та рекомендується до захисту з метою присудження здобувачу БОБРЕНКО Світлані Михайлівні ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Комісія рекомендує вченій раді НУФВСУ утворити разову спеціалізовану вчену раду для розгляду та проведення разового захисту дисертації БОБРЕНКО Світлани Михайлівни з метою присудження їй ступеня доктора філософії у такому складі:

**голова спеціалізованої вченої ради:** Оксана МАРЧЕНКО, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, директор Навчально-наукового інституту здоров'я, реабілітації та фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**рецензент:** Олена ЯКОВЕНКО, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**рецензент:** Марія ГОРДЕЄВА, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**опонент:** Світлана ПЯТИСОЦЬКА, доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри інформатики, біомеханіки та кіберспорту Харківської державної академії фізичної культури;

**опонент:** Олена ШКОЛА, кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Комунального закладу "Харківська гуманітарно-педагогічна академія" Харківської обласної ради.

Висновок підготувала комісія у складі:

д.фіз.вих., професор

к.фіз.вих., доцент

к.фіз.вих.

Голова засідання,  
к.пед.н., професор

Оксана МАРЧЕНКО

Олена ЯКОВЕНКО

Марія ГОРДЕЄВА

Олександра БЛАГІЙ

Підписи Марченко О., Яковенко О., Гордєєвої М., Благій О. засвідчую

*Наказом керівника*

*Олександр С.В.*

