

ВІДГУК

офіційного опонента – доктора педагогічних наук, професорки Захаріної Євгенії Анатоліївни на дисертаційну роботу **Лю Цзяле** на тему **«Побудова оздоровчо-рекреаційної програми у веслуванні на човнах «Дракон» для студентської молоді Китаю»**, подану до разової спеціалізованої вченої ради Національного університету фізичного виховання і спорту України для захисту на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Актуальність дисертаційної роботи. Актуальність дослідження визначається потребою вдосконалення підходів до організації оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді в умовах сучасного освітнього середовища. Сьогодні зростає потреба у таких формах рухової активності, які були б не лише корисними для здоров'я, а й цікавими, доступними та мотиваційно привабливими для студентів. У зв'язку з цим особливого значення набуває розроблення особистісно зорієнтованих, диференційованих і варіативних програм, що враховують рівень фізичної підготовленості, психоемоційний стан, інтереси та потреби молоді.

У цьому контексті веслування на човнах «Дракон» є перспективним засобом оздоровчо-рекреаційної діяльності, оскільки поєднує оздоровчий ефект, рекреаційну спрямованість, командну взаємодію та культурну цінність. Актуальність дослідження посилюється також тим, що сучасні програми мають враховувати не лише фізичний, а й психологічний, педагогічний і соціокультурний аспекти. Саме тому розроблення та наукове обґрунтування програми оздоровчо-рекреаційних занять із використанням засобів веслування на човнах «Дракон» є своєчасним, науково обґрунтованим і практично значущим, оскільки сприяє формуванню стійкої мотивації до рухової активності, зміцненню здоров'я та гармонійному розвитку особистості студентів. Отже, дослідження є актуальним як з наукового, так і з практичного погляду, оскільки спрямоване на розв'язання важливої проблеми підвищення рухової активності, зміцнення здоров'я та формування мотивації студентської молоді до занять оздоровчо-рекреаційною діяльністю.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано в межах Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021-2025 роки відповідно до теми кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер державної реєстрації 0121U107534). Участь автора як співвиконавця теми полягала в теоретичному обґрунтуванні та розробленні оздоровчо-рекреаційної програми із застосуванням засобів веслування на човнах «Дракон», спрямованої на покращення показників фізичного стану та підвищення рівня залученості студентської молоді до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій. Результати дисертаційного дослідження є об'єктивними, ґрунтуються на достатньому обсязі емпіричного матеріалу, отриманого із застосуванням комплексу сучасних інформативних методів дослідження, адекватних меті та завданням роботи. Обробку отриманих даних здійснено з використанням методів математичної статистики. Подані в роботі таблиці та кількісні дані є змістовними, логічно впорядкованими й наочними, що дає змогу простежити динаміку змін досліджуваних характеристик. Оцінюючи обґрунтованість наукових положень і висновків, насамперед слід відзначити логічну узгодженість між темою дослідження, поставленою метою та визначеними завданнями. Сформульовані висновки є логічним підсумком проведеного дисертаційного дослідження, відповідають його змісту, а їх об'єктивність і наукова новизна є достатньо переконливими.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що дисертантом уперше:

– виявлено та науково обґрунтовано неоднорідність фізичного стану студентської молоді Китаю за допомогою кластерного аналізу, що дозволило виділити три типологічні групи: «високу (функціональну)», «середню (збалансовану)», та «низьку (групу ризику)», кожна з яких має унікальний профіль дефіцитів рівнів розвитку рухових якостей та функціональних можливостей. Автором доведено диференційований характер впливу фізичних якостей на інтегральний рівень здоров'я залежно від типологічної групи студента. Встановлено, що для «групи ризику» критично значущими детермінантами є рівень розвитку витривалості та гнучкості, тоді як для «функціональної групи» – швидкісних якостей та контроль маси тіла;

– уперше виявлено та науково обґрунтовано мотиваційно-рекреаційні профілі студентської молоді Китаю, що дозволило класифікувати здобувачів вищої освіти на три типи: «ресурсний» (з автономно-проактивною мотивацією), «виконавчий» (з помірною стабільною залученістю) та «пасивний» (з амотивованим профілем та ознаками мотиваційної кризи); встановлено закономірності взаємозв'язку між рівнем самодетермінації та сприйняттям бар'єрів до активного дозвілля. Експериментально доведено «буферну» роль внутрішньої мотивації, яка нівелює відчуття перешкод, та каталізуючий вплив амотивації, що посилює чутливість студентів до внутрішніх (брак енергії) та психологічних (стурбованість виглядом) обмежень. Дисертантом обґрунтовано варіативні стратегії: для «пасивного типу»: подолання когнітивного відмежування через ігрові методи; для «виконавчого»: стабілізація графіка та командна ідентифікація; для «ресурсного»: технічне ускладнення завдань та делегування лідерських ролей;

– удосконалено теоретико-методичні підходи до програмування оздоровчо-рекреаційних занять у веслуванні на човнах «Дракон», що базуються на конвергенції виявлених мотиваційних профілів та типологічних груп фізичного стану. Вперше обґрунтовано варіативні стратегії залучення: для «пасивного» типу з «групи ризику» – подолання когнітивного

відмежування через ігрові методи з акцентом на розвиток витривалості та корекцію маси тіла; для «виконавчого» типу з «адаптивної групи» – стабілізація графіка тренувань та командна ідентифікація з акцентом на кардіореспіраторні можливості; для «ресурсного» типу з «функціональної групи» – технічне ускладнення завдань та делегування лідерських ролей з пріоритетом на швидкісні якості та технічну майстерність;

– уперше обґрунтовано доцільність застосування імерсивних технологій (VR) як засобу нівелювання психологічних бар'єрів та візуалізації кінематичних характеристик гребка у веслуванні на човнах «Дракон». Доведено, що використання віртуальних тренажерів-симуляторів дозволяє трансформувати «пасивний» мотиваційний профіль студента у «виконавчий» через ефект гейміфікації та безпечно первинне занурення у специфіку виду рухової активності;

– уточнено систему ієрархізації бар'єрів до занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю серед студентів закладів вищої освіти Китаю, де виявлено пріоритетність «напруженої навчальної діяльності» як універсального чинника та специфіку «внутрішніх бар'єрів» як основного диференціатора для групи ризику («пасивного типу»).

– удосконалено систему педагогічного контролю у веслуванні на човнах «Дракон», що забезпечує високу діагностичну інформативність та об'єктивну оцінку навантаження за мінімальних часових витрат. Методика адаптована до специфіки екіпажу та інтегрує показники індивідуальної реакції із параметрами синхронності групової взаємодії. Дістало подальшого розвитку науково-методичне забезпечення програми через діджиталізацію моніторингу (біофідбек-системи, мобільні додатки), що дозволяє здійснювати оперативний супровід занять, підтримувати безперервність рекреаційного процесу та підвищувати автономну мотивацію студентів.

Практичне значення одержаних результатів. Практичне значення дисертації полягало у розробці та впровадженні науково обґрунтованої програми оздоровчо-рекреаційних занять веслуванням на човнах «Дракон», адаптованої до специфічних потреб різних груп студентської молоді. Дисертантом було розроблено та впроваджено диференційовану оздоровчо-рекреаційну програму веслування на човнах «Дракон», яка, на відміну від стандартних занять, враховує кластерну приналежність студентів («ресурсний», «виконавчий» та «пасивний» типи). Це дозволило досягти синергетичного ефекту у покращенні фізичної підготовленості та психоемоційного стану. Автором сформовано методичні рекомендації для тренерів та викладачів ЗВО, що базуються на виявлених «точках перелому» фізичного стану (порогові значення ІМТ, ЖЄЛ та силової витривалості). Запропоновано конкретні стратегії корекції занять: від ігрових методів подолання амотивації для «пасивного типу» до спеціалізованих спринтерських навантажень для «ресурсного типу». Створено алгоритм оперативного контролю та прогнозування стану здоров'я студентів на основі узагальнених адитивних моделей (GAM). Впроваджено систему психолого-

педагогічного супроводу, спрямовану на нівелювання внутрішніх бар'єрів (втома, стурбованість виглядом) та подолання «навчального стресу» через специфічне командне середовище веслування на «Драконах», що сприяє кращій соціальній адаптації молоді.

Результати дисертаційного дослідження отримали практичне підтвердження та були впроваджені в діяльність закладів вищої освіти та профільних спортивних організацій України та Китайської Народної Республіки, що підтверджено відповідними актами.

Відомості про дотримання академічної доброчесності. У тексті дисертації та наукових публікаціях Лю Цзяле порушень академічної доброчесності не виявлено. Ознак академічного плагіату, недоброчесних запозичень чи інших порушень не встановлено.

Оцінка змісту дисертації, її завдання в цілому і основних положень дисертації. Дисертація має традиційну структуру та включає анотацію, вступ, п'ять розділів, висновки, список використаних джерел і додатки. Загальний обсяг роботи становить 230 сторінок. Дисертаційне дослідження містить 9 додатків, 34 рисунки та 29 таблиць. Список використаних джерел налічує 160 найменувань.

Анотація містить всі необхідні компоненти та традиційно викладена двома мовами (українською та англійською).

У *вступі* розкрито актуальність обраної теми, визначено об'єкт, предмет, мету й основні завдання дослідження. Також охарактеризовано використані методи, висвітлено наукову новизну та практичне значення одержаних результатів, окреслено особистий внесок автора у спільні публікації, наведено відомості про апробацію результатів, кількість наукових праць, а також структуру й обсяг дисертації.

У *першому розділі* «Стан проблеми залучення студентської молоді до занять з оздоровчо-рекреаційної рухової активності» дисертантом розкрито соціально-педагогічні засади організації дозвілля сучасної молоді, проаналізовано оцінку фізичного стану та мотивації студентів як основу проєктування оздоровчо-рекреаційної діяльності, охарактеризовано веслування на човнах «Дракон» як об'єкт наукових досліджень у контексті оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді, висвітлено особливості розвитку цього виду спорту в системі університетської освіти, а також наведено теоретико-методичне обґрунтування та міжнародний досвід проєктування програм у веслуванні на човнах «Дракон».

У *другому розділі* «*Методи та організація дослідження*» автор описав методи, які використовувалися відповідно до мети, завдань, об'єкта і предмета дослідження, а також показав, як саме було організовано дослідження. Був використаний комплекс наукових методів, які дали змогу теоретично обґрунтувати, розробити та перевірити ефективність програми оздоровчо-рекреаційних занять із використанням засобів веслування на човнах «Дракон». Аналіз і узагальнення науково-методичної літератури та документальних матеріалів допомогли з'ясувати стан розроблення проблеми й обґрунтувати

доцільність використання цього виду рухової активності в роботі зі студентською молоддю. Компаративний і структурно-функціональний аналіз дали можливість вивчити наукові підходи та міжнародний досвід, а педагогічні, психодіагностичні, експертні та статистичні методи надали можливість оцінити вплив програми на мотивацію студентів, рівень їхньої фізичної підготовленості, стан здоров'я та групову згуртованість. Розкрито організацію дисертаційного дослідження, яка здійснювалася у чотири етапи протягом 2022-2026 років. Автор залучив до дослідження 267 студентів закладів вищої освіти Китаю віком 18-20 років, які брали участь у заняттях з веслування на човнах «Дракон» та не мали медичних протипоказань.

У третьому розділі «Диференційована оцінка показників фізичного стану та мотиваційної структури студентів у контексті оздоровчо-рекреаційної діяльності» дисертантом здійснено ґрунтовний аналіз морфо-функціональних показників та рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти Китаю.

Автором проведено типологізацію студентів за рівнями фізичної підготовленості на основі кластерного аналізу, що дало змогу виокремити типологічні групи та встановити їхні характерні особливості.

У розділі також представлено моделювання детермінант фізичного здоров'я і фізичної підготовленості юнаків різних типологічних груп, що дозволило поглибити уявлення про чинники, які впливають на ефективність оздоровчо-рекреаційної діяльності. Окрім цього, дисертантом розкрито структуру мотиваційних пріоритетів студентів та визначено ієрархію бар'єрів, що перешкоджають їхньому залученню до занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю. Отримані результати стали важливою основою для подальшого обґрунтування та розроблення практично спрямованої програми занять.

У четвертому розділі «Обґрунтування структури і змісту програми оздоровчо-рекреаційних занять з використанням засобів веслування на човнах «Дракон» дисертантом розроблено та представлено структуру і зміст оздоровчо-рекреаційної програми занять для студентської молоді.

Автором здійснено її наукове обґрунтування з урахуванням особливостей організації оздоровчо-рекреаційної діяльності здобувачів вищої освіти. Окрему увагу приділено оцінці ефективності запропонованої програми, зокрема проаналізовано динаміку мотивації здобувачів вищої освіти Китаю до занять веслуванням на човнах «Дракон», досліджено вплив програми на показники фізичної підготовленості та здоров'я, а також визначено її вплив на показники групової згуртованості.

У розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» дисертантом здійснено систематизацію й комплексне узагальнення одержаних результатів, що дало змогу підтвердити ефективність розробленої програми оздоровчо-рекреаційних занять з веслування на човнах «Дракон». Автором проаналізовано основні наукові положення, зіставлено отримані дані з результатами інших досліджень. Проведений аналіз дав змогу підтвердити наукову обґрунтованість запропонованих підходів, практичну значущість

розробленої програми та ефективність її впровадження в систему оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді. Отримані результати відкривають можливості для впровадження цього підходу в систему фізичного виховання та рекреації студентської молоді.

Висновки автора відповідають завданням дослідження, є обґрунтованими та достовірними, відображають новизну і практичне значення роботи. Дисертація справляє позитивне враження, вирізняється глибоким опрацюванням теми, самостійністю автора та практичною цінністю отриманих результатів.

Повнота викладення основних результатів в опублікованих наукових працях. Результати дисертаційного дослідження висвітлено в 15 наукових публікаціях: 4 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 стаття у періодичному науковому виданні Великобританії, проіндексованому в базі даних Scopus (Q1); 8 публікацій апробаційного характеру; 2 публікації додатково відображають наукові результати роботи.

Зауваження та дискусійні питання щодо змісту дисертації. Позитивно оцінюючи загалом рівні наукової новизни, теоретичного та практичного значення дослідження, вважаємо необхідним висловити певні зауваження:

1. У методичному описі кластерного аналізу варто обґрунтувати, чому було обрано саме три кластери, а також вказати, за якими підходами або критеріями визначалася їх оптимальна кількість. Також бажано вказати, чи були показники попередньо стандартизовані перед застосуванням методу k-середніх, оскільки вони подані в різних одиницях вимірювання.

2. Бажано надати додаткове пояснення, на підставі яких саме показників було запропоновано такі назви, як «виконавчий тип», «ресурсний тип», «пасивний тип».

3. На основі наведеного матеріалу дискусійним положенням є те, що студентська вибірка за загальними статистичними показниками справляла враження однорідної, оскільки суттєвих міжгрупових відмінностей виявлено не було. Проте більш глибокий аналіз показав, що всередині вона не є однаковою. Зокрема, кластерний аналіз дав змогу виокремити три різні групи студентів, які відрізняються не лише показниками фізичної підготовленості та здоров'я, а й особливостями мотивації, бар'єрами до рухової активності та реакцією на оздоровчо-рекреаційну програму.

4. Бажано детальніше описати практичний механізм роботи контрольно-аналітичного модуля: періодичність збору даних, критерії оцінювання, порогові значення для корекції навантаження, а також роль викладача у прийнятті рішень на основі цифрового моніторингу. Це підвищить практичну значущість методики та полегшить її подальше застосування.

Наведені зауваження не мають принципового значення та не знижують рівень наукових, методичних і практичних здобутків здобувача.

Висновок. Аналіз кваліфікаційної роботи та опублікованих праць здобувача дає підстави для висновку про те, що дисертація Лю Цзяле «Побудова оздоровчо-рекреаційної програми у веслуванні на човнах «Дракон» для студентської молоді Китаю», подана на здобуття ступеня доктора філософії зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт є завершеною, самостійно виконаною науковою працею, що має вагомим теоретичне і прикладне значення, заслуговує позитивної оцінки. Дисертація також 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), вимогам освітньо-наукової програми, яку завершив здобувач, і 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 р. № 44 (зі змінами), а її автор Лю Цзяле заслуговує на присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри управління
фізичною культурою та спортом
Національного університету
«Запорізька політехніка»

Євгенія ЗАХАРІНА