

Рецензія

**доцента кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національного університету фізичного виховання і спорту України,
кандидата наук з фізичного виховання і спорту, доцента Пальчук Марії
Борисівни на дисертаційну роботу Ши Шицзе «Модель розвитку
оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до
рухової активності», подану на здобуття ступеня доктора філософії за
спеціальністю 017 Фізична культура і спорт (01 Освіта / Педагогіка)**

Актуальність обраної теми зумовлена активною трансформацією державної політики Китаю у сфері фізичної культури та спорту, спрямованої на формування здорової нації через розвиток масового фітнесу. Оновлений Закон КНР «Про фізичну культуру і спорт» уперше визначив «національний фітнес» як стратегічний пріоритет, що свідчить про системний підхід держави до зміцнення здоров'я населення. Впровадження обов'язкових занять фізичною активністю у школах, модернізація муніципальної інфраструктури, цифровізація галузі та підтримка фахівців громадського спорту підкреслюють масштабність і комплексність державних ініціатив у цьому напрямі.

Важливим кроком у реалізації національної політики стало ухвалення програмних документів, таких як «Думки щодо побудови системи державних послуг вищого рівня для національного фітнесу» та «Національний план фітнесу 2021–2025». Вони передбачають не лише розвиток матеріальної бази, а й інтеграцію цифрових технологій, створення «15-хвилинних зон фітнесу», збільшення рівня регулярної фізичної активності населення та розширення доступу до якісних спортивно-оздоровчих послуг. Такий підхід відповідає глобальним трендам цифровізації, урбанізації та соціальної інклюзії у сфері спорту та рекреації.

Наявні поодинокі дослідження, присвячені якості сервісу у фітнес-клубах Китаю не охоплюють взаємозв'язок між державними реформами, цифровими стратегіями та сучасними маркетинговими моделями розвитку оздоровчого фітнесу. Саме тому комплексний аналіз, що поєднує нормативно-правові,

управлінські, економічні та технологічні аспекти розвитку галузі, набуває особливої наукової та практичної значущості.

Відтак, дослідження стратегій розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї є своєчасним і необхідним для розуміння механізмів інтеграції державної політики у бізнес-моделі фітнес-індустрії, підвищення ефективності її функціонування, а також формування сталого балансу між соціальною відповідальністю, комерційною результативністю та цифровою інноваційністю.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. 3.1. «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534). Роль автора як співвиконавця теми полягала в обґрунтуванні, розробці та перевірці ефективності моделі розвитку сфери оздоровчого фітнесу, спрямованої на підвищення рівня залучення населення Китаю до рухової активності.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації. Достовірність отриманих результатів підтверджується обраною методикою організації педагогічного експерименту. Отримані дисертантом наукові положення та висновки підтверджені шляхом математичної обробки та статистичного аналізу, що забезпечує їх обґрунтованість і достовірність.

Результати дисертаційної роботи мають об'єктивний характер, спираються на достатню кількість дослідницького матеріалу, отриманого завдяки використанню комплексу інформативних методів, котрі відповідають поставленій меті та завданням дисертації. Отримані показники обчислені з використанням методів математичної статистики. Позитивної оцінки заслуговує оформлення результатів дослідження, логіка викладу матеріалу та алгоритм наукового пошуку. Висновки впливають зі змісту дисертаційної роботи, їх об'єктивність і новизна не викликають сумніву. Дисертація

характеризується належним розкриттям досліджуваної проблеми, самостійністю у підходах до їх висвітлення.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що дисертантом:

- уперше науково обґрунтовано та розроблено модель розвитку оздоровчого фітнесу Китаю, що включає три рівні: вхідний – відображає зовнішнє середовище функціонування фітнес-послуг, центральний – визначає пріоритетні напрями розвитку та вихідний – включає механізми реалізації обраної стратегії та очікувані результати її впровадження;

- уперше визначено та систематизовано чинники, що впливають на розвиток оздоровчого фітнесу Китаю, зокрема: цільова аудиторія, канали комунікації, мотиваційні програми, пріоритетні послуги, цінова стратегія, регіони розвитку, інновації, ключові показники ефективності;

- доповнено та розширено емпіричну базу даних щодо специфіки сегментації споживачів фітнес-послуг у Китаї, що створює передумови для вдосконалення підходів до залучення населення до рухової активності з урахуванням мотиваційно-психологічних особливостей;

- доповнено та розширено уявлення про особливості та сучасні тенденції розвитку фітнес-послуг у Китаї, що дає змогу глибше осмислити соціально-економічні чинники та враховувати їх у процесі моделювання, спрямованого на підвищення рівня залучення населення до рухової активності.

Практична значимість роботи полягає у розробці моделі розвитку сфери оздоровчого фітнесу в Китаї, яка охоплює основні зовнішні та внутрішні чинники впливу, стратегічні напрями розвитку, ключові цільові аудиторії та пріоритетні інструменти впливу. Визначено цільову мету – підвищення рівня залучення населення до регулярної рухової активності через ефективну реалізацію маркетингової стратегії, адаптованої до умов китайського ринку.

Сформульовані в дисертації висновки і пропозиції використано для впровадження в матеріали навчальної дисципліни «Інноваційні технології online-фітнесу» Національного університету фізичного виховання і спорту

України (акт впровадження від 03.03.2025), а також у практику роботи товариства Rizhao Ruihe Sports Culture Development Co., Ltd., місто Річжао, провінція Шаньдун (акт впровадження від 27.06.2025).

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Зміст роботи (анотація, вступ, п'ять розділів, висновки, список використаних джерел, додатки) представлено з урахуванням сучасних вимог. Зміст дисертації Ши Шицзе є логічно структурованим, методологічно обґрунтованим і повністю відповідає заявленій темі. Дослідження охоплює актуальну проблему розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності.

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми дослідження, сформульовано наукове завдання; вказано зв'язок дисертаційного дослідження з науковими планами, темами; розкрито науковий апарат дослідження: мета, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; визначено наукову новизну, практичну значущість; наведено дані про особистий внесок здобувача, апробацію та впровадження отриманих результатів, подано інформацію про публікації, структуру та зміст роботи.

Перший розділ **«Теоретико-методичні засади та сучасні тренди розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї»** присвячений аналізу нормативно-правових засад розвитку оздоровчого фітнесу в КНР та структурних особливостей функціонування національного ринку фітнес-послуг. Розкрито багаторівневу систему державного регулювання, що поєднує стратегічні програми, законодавчі акти та адміністративні ініціативи, спрямовані на формування здорової нації та розвиток спортивно-оздоровчої інфраструктури. Досліджено ключові державні документи – «Здоровий Китай 2030», «Національний план фітнесу 2021–2025» і оновлений «Закон про спорт», – які забезпечують нормативну узгодженість і системність державної політики у сфері фітнесу. Здійснено аналіз сучасного стану фітнес-індустрії Китаю, її ринкової структури, динаміки розвитку та основних бізнес-моделей. Визначено тенденції переходу від традиційних фітнес-клубів до цифрових платформ, поширення франшизних і гнучких форматів, а також

проблеми галузі – нерівномірність регіонального розвитку, високу конкуренцію та недостатній рівень управлінської ефективності.

У дисертації детально проаналізовано сучасні фахові дослідження українських та зарубіжних науковців, які дозволили автору роботи здійснити об'єктивні наукові узагальнення. Список використаних джерел містить 175 найменувань.

Другий розділ **«Методи та організація дослідження»** містить детальний опис методів, етапів та організації дослідження. Для реалізації поставлених у дисертаційній роботі мети і завдань автор використовував теоретичний аналіз науково-методичної літератури і документальних матеріалів, соціологічні методи дослідження, компаративний аналіз (метод порівняння та зіставлення), SWOT-аналіз, PEST-аналіз, метод експертних оцінок, таблично-графічні методи, методи математичної статистики.

До дослідження було залучено 257 респондентів (136 чоловіків і 121 жінка) віком 21–35 років із різних регіонів Китаю з метою вивчення даних про мотивацію, уподобання та споживчі переваги.

З метою обґрунтування та розробки моделі розвитку оздоровчого фітнесу, спрямованої на підвищення рівня залучення населення Китаю до рухової активності було залучено 10 фахівців, які мають стаж роботи від 8 до 36 років у сфері фізичного виховання, оздоровчого фітнесу, спортивного тренування та викладацької діяльності у закладах вищої освіти.

Для перевірки прогностичної оцінки ефективності запропонованої моделі розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї, спрямованої на підвищення рівня залученості населення до рухової активності було залучено 13 експертів, серед яких 9 фітнес-тренерів, 4 менеджери, досвід роботи яких у сфері фітнес послуг складав від 5 до 15 років.

Третій розділ **«Проблеми та перспективи залучення до занять оздоровчим фітнесом різних груп населення Китаю»** містить інформацію щодо динаміки розвитку фітнес-індустрії, зміни в моделі її функціонування після

пандемії COVID-19, а також результати емпіричного дослідження споживчих уподобань китайського населення.

Проаналізовано етапи становлення ринку фітнес-послуг: від появи перших клубів у 2000-х роках (≈ 500 закладів у 2001 р.) до понад 50 тис. клубів у 2020 р., із подальшою трансформацією в напрямі цифрових моделей O2O (LeFit, Super Monkey, Keep). Визначено вплив пандемії, унаслідок якої кількість фітнес-клубів зменшилася на 11,1 %, однак кількість людей, що займаються фітнесом, зросла до 70,3 млн осіб (5,02 % населення). Підкреслено роль онлайн-платформ (Keep збільшив активну базу користувачів більш ніж на 20 %) і домашнього фітнесу як нового сегмента ринку.

У межах соціологічного опитування 257 респондентів (136 чоловіків, 121 жінка) з різних провінцій Китаю визначено ключові тенденції споживчої поведінки. Понад 80 % учасників оцінили своє здоров'я як добре або відмінне, але лише 37 % займаються фітнесом регулярно (2–3 рази на тиждень і більше). Жінки демонструють нижчу рухову активність, більшу чутливість до мотиваційних і фінансових бар'єрів. Найпопулярнішими видами фітнесу визнано аеробіку (53 %), біг (38 %) і силові тренування (32 %), тоді як йога і танці мають полярні оцінки.

Респонденти найчастіше вказували головними цілями занять покращення фізичної форми (55 %), зниження ризику захворювань (40 %) і удосконалення фігури (39 %). Основними перешкодами визначено брак часу (≈ 46 %) та мотивації (34 %). Найбільш важливими сервісами у фітнес-центрах визнано масаж (45 %), душові/роздягальні (37 %) та індивідуальні програми тренувань (35 %).

У четвертому розділі **«Обґрунтування та розробка моделі розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності»** представлено комплексний аналітичний і методологічний підхід до формування ефективної стратегії розвитку фітнес-індустрії в КНР.

На основі PEST-аналізу дисертантом було комплексно оцінено політичні, економічні, соціальні та технологічні чинники, що впливають на розвиток оздоровчого фітнесу в Китаї. У дослідженні брали участь 10 експертів із

професійним досвідом від 8 до 36 років, які здійснили багатокритеріальне оцінювання значущості та сили впливу кожного фактору.

Результати аналізу засвідчили, що провідну роль у розвитку фітнес-індустрії відіграють соціальні чинники, насамперед – поширення тренду на здоровий спосіб життя (0,641) та зміцнення культури спорту (0,601). Серед політичних факторів визначальними є політична стабільність (0,628) і державна підтримка галузі (0,588), які забезпечують сприятливе інституційне середовище для інвестицій і розвитку. Економічний компонент представлений загальним позитивним економічним кліматом (0,588) та зростанням рівня доходів населення (0,536), що формує платоспроможний попит на фітнес-послуги. У свою чергу, технологічні чинники – розвиток інноваційних фітнес-технологій (0,601) і мобільних додатків (0,562) – визначають темпи цифровізації галузі та створюють умови для переходу до гібридних форматів занять (online + offline).

Експерти визначили пріоритетні цільові аудиторії, комунікаційні канали, мотиваційні програми, типи фітнес-послуг, цінову та регіональну стратегії. Найперспективнішою аудиторією визнано молодь 18–30 років ($W = 0,775$), другорядними – сім'ї з дітьми та люди середнього віку, а найефективнішими каналами просування визначено соціальні мережі WeChat, Weibo, Douyin ($W = 0,769$), друге місце посіла партнерська реклама, тоді як традиційні медіа мають найнижчий вплив. У мотиваційних стратегіях перевагу отримали безкоштовні пробні заняття ($W = 0,755$), а серед програмних форматів найперспективнішими визнано інтенсивні короткострокові програми (фітнес-тури, майстер-класи) з високим рівнем узгодженості оцінок ($W = 0,794$).

У ціновій політиці лідирує гнучка система тарифів (разова, місячна, річна оплата) – $W = 0,853$, що свідчить про орієнтацію на персоналізований підхід.

За регіональними пріоритетами найперспективнішими визначено міста другого та третього рівня і сільські території ($W = 0,775$), що свідчить про поступовий перехід галузі від великих мегаполісів до регіональної експансії.

Дисертантом розроблена модель розвитку оздоровчого фітнесу Китаю, що базується на поєднанні державної підтримки, ринкових механізмів, цифрових

технологій і соціальної мотивації. Здобувач доводить, що для підвищення рівня рухової активності населення необхідно інтегрувати державну політику, комерційні стратегії та інноваційні інструменти комунікації, орієнтовані насамперед на молодь і цифрове середовище.

Прогностична оцінка ефективності моделі засвідчила, що її реалізація може забезпечити зростання рівня регулярної фізичної активності населення до 42–45 % до 2030 року, розширення охоплення фітнес-послугами до понад 100 млн осіб, а також підвищення ринкової частки цифрових форматів фітнесу на 25–30 %. Очікується, що завдяки поєднанню державних стимулів, комерційної гнучкості та цифрових технологій модель сприятиме формуванню сталого, інклюзивного та конкурентоспроможного ринку оздоровчого фітнесу в КНР, узгодженого зі стратегічними завданнями програми «Здоровий Китай 2030».

У п'ятому розділі **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** узагальнено результати дисертаційного дослідження, окреслено їх практичну і теоретичну значущість, висвітлено дискусійні питання.

Робота містить чимало нових тез і положень, значна частина яких обґрунтована, а інші окреслюють шляхи подальших досліджень. Дисертантом показано вміння аналізувати, узагальнювати та порівнювати власні наукові результати з даними, наявними у джерелах фахової літератури та критично їх оцінювати.

На основі виконання поставлених в роботі завдань і отриманих результатів автор формулює висновки, які узгоджуються з даними, наведеними в основних розділах роботи і дозволяють судити про ступінь виконання поставлених завдань і досягнення мети роботи. Усі положення логічно витікають із проведеного аналізу та підтверджені експериментальними даними.

Загалом, зміст дисертації засвідчує уміння здобувача критично аналізувати літературу, коректно застосовувати методи дослідження та формувати інноваційні рішення актуальних практичних проблем.

Слід відмітити чітку структуру дисертаційної роботи, логічну побудову, яка повністю відображає шляхи досягнення сформульованих автором цілей і виконання поставлених завдань.

Матеріал дисертації викладено послідовно, стиль викладення науковий, чіткий і лаконічний. Дисертація орфографічно та стилістично витримана на належному рівні. Застосована в роботі наукова термінологія є загальновизнаною, стиль викладення результатів теоретичних і практичних досліджень, нових наукових положень, висновків і рекомендацій забезпечує доступність їх сприйняття та використання.

Відповідно до Рекомендацій МОН України № 1/11-8681 від 15.08.2018 щодо запобігання академічному плагіату та його виявлення у наукових роботах дисертаційна робота Ши Шицзе пройшла антиплагіатну експертизу з використанням програми «Strike Plagiarism» та подальшим її експертним аналізом, порушень академічної доброчесності не виявлено.

Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях. Основні наукові положення дисертації опубліковані в наукових журналах та представлено в тезах на науково-практичних конференціях різного рівня. В опублікованих наукових роботах зі співавторами дисертант брав безпосередню участь у формуванні напряму дослідження, аналізі науково-методичної літератури за темою дослідження, організації і проведенні експериментальних досліджень, аналізі та інтерпретації отриманих даних, формулюванні висновків.

Наукові результати дисертації висвітлені в 9 наукових публікаціях: 5 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, одне з яких проіндексоване у базі даних Scopus (Q4), 3 публікації апробаційного характеру, 1 публікація, яка додатково відображає результати дисертації.

Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертації. У цілому, зміст і оформлення дисертаційної роботи Ши Шицзе не викликають суттєвих зауважень. Разом із тим, доцільно звернути увагу на такі аспекти:

1. Підрозділ 1.3 «Сучасні тренди та виклики у розвитку сфери оздоровчого фітнесу Китаю» містить розлогий теоретичний екскурс щодо походження та визначень терміну «стратегія», що є зайвим для першого розділу наукової роботи. Загальну історико-етимологічну довідку варто було б скоротити, а основний фокус зосередити виключно на стратегіях та викликах розвитку сфери оздоровчого фітнесу Китаю, як це заявлено в назві.

2. Розділ 3 «Проблеми та перспективи залучення до занять оздоровчим фітнесом різних груп населення Китаю» містить значний обсяг описової інформації (історія розвитку фітнес-індустрії в Китаї, хронологія пандемії), що частково перевантажує текст. Варто було б стисло узагальнити описові фрагменти, зробивши акцент на науковому аналізі тенденцій.

3. У підрозділах 3.1 «Тendenції та оцінка фітнес послуг в Китаї» та 3.2 «Аналіз споживчих переваг сфери оздоровчого фітнесу Китаю» спостерігається певне дублювання інформації про розвиток фітнес-індустрії та використання цифрових платформ (LeFit, SuperMonkey, Keer). Ці аспекти можна було б згрупувати в окрему аналітичну підсекцію.

У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:

1. Чому для анкетування було обрано саме платформу Wenjuanxing (Sojump) і які переваги вона надала для збору та обробки даних?

2. Які ключові переваги розробленої Вами моделі від раніше відомих підходів до розвитку фітнес-індустрії в КНР або інших країнах?

Згадані недоліки не вплинули на обґрунтованість і вірогідність основних положень, винесених здобувачем на захист, не применшують новизну, наукову та практичну значущість отриманих результатів.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.
Дисертаційна робота «Модель розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності» є завершеним самостійним дослідженням, має наукову новизну, практичну та теоретичну значущість, відповідає вимогам 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 р.) і «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії (Постанова Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44, зі змінами), а її автор Ши Шицзе заслуговує на присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Рецензент:

доцент кафедри
оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національного університету
фізичного виховання і спорту України
к. фіз. вих., доцент

Мар

Марія ПАЛЬЧУК

Вчений секретар
Національного університету
фізичного виховання і спорту України



Галина МАШЕРЕНКОВА