

Рецензія

**завідувачки кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національного університету фізичного виховання і спорту України,
доктора наук з фізичного виховання і спорту, професорки Андрєєвої
Олени Валеріївни на дисертаційну роботу Ши Яньцзе «Організаційно-
методичні засади рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у
фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю», поданої на здобуття ступеня
доктора філософії за спеціальністю
017 – Фізична культура і спорт (01 Освіта/Педагогіка)**

Актуальність обраної теми. У сучасних умовах глобалізації, урбанізації та цифровізації значно змінюється стиль життя підлітків, що зумовлює зростання тривожних тенденцій щодо зниження рівня їх рухової активності, фізичної підготовленості та психологічного благополуччя. Особливої актуальності набуває проблема організації ефективної рекреаційної діяльності, яка відповідає віковим, психологічним та культурним особливостям дітей підліткового віку й здатна інтегрувати сучасні педагогічні та цифрові технології. У цьому контексті зростає потреба у науково обґрунтованих моделях рекреаційної діяльності, що можуть бути адаптовані до умов функціонування фізкультурно-оздоровчих центрів, зокрема в Китаї, де спостерігається активний розвиток інфраструктури здоров'язбережувальних послуг для молоді.

Дисертаційне дослідження Ши Яньцзе є своєчасним і суспільно значущим, оскільки ґрунтується на поєднанні традиційних підходів до оздоровчої рухової активності з інноваційними технологіями едьютейнменту та гейміфікації. Це дозволяє не лише розширити арсенал засобів рекреації, а й сприяти підвищенню рівня мотивації та залучення підлітків до фізкультурно-оздоровчих занять, що є надзвичайно важливим для формування культури здорового способу життя в молодіжному середовищі.

Актуальність роботи посилюється ще й тим, що у ній приділено увагу системному аналізу організаційно-методичних умов функціонування фізкультурно-оздоровчих центрів, а також обґрунтовано підходи до оцінювання ефективності рекреаційних програм із позиції не лише фізичного розвитку, а й психоемоційної сфери. З огляду на сучасні виклики у сфері охорони здоров'я дітей і підлітків, результати дослідження мають не лише теоретичне, а й прикладне значення, яке підтверджується апробацією та впровадженням матеріалів у навчальний процес і практичну діяльність рекреаційних установ.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до 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 та розробці моделі рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації. Достовірність отриманих результатів підтверджується достатньою кількістю обстежених, 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, що відповідають поставленій меті та завданням дисертації. Отримані показники обчислені з використанням методів математичної статистики. Позитивної оцінки заслуговує оформлення результатів дослідження, варто відзначити логіку викладу та послідовність виконання наукового пошуку. Висновки

випливають 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 рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю, що включає комплекс організаційно-методичних умов її реалізації; ключовим елементом моделі виступає програма занять з використанням едьютейнмент-технологій та гейміфікації, спрямована на підвищення залученості та ефективності участі підлітків у рекреаційній діяльності;

- визначено та систематизовано чинники, що впливають на організацію рекреаційної діяльності у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю: зокрема, виявлено фактори, які сприяють залученню підлітків до занять, обмежувальні чинники, а також запропоновано шляхи оптимізації організаційно-методичного забезпечення функціонування таких центрів;

- обґрунтовано критерії та показники ефективності організації рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах, що дозволяє здійснювати цілеспрямований моніторинг та оцінювання результативності програм;

- удосконалено підходи до застосування едьютейнмент-технологій і гейміфікації у процесі фізкультурно-оздоровчих занять, доведено їхню ефективність для підвищення рівня рухової активності, фізичної підготовленості, мотивації до занять та позитивного емоційного залучення підлітків;

- розширено емпіричні дані щодо особливостей рухової активності та фізичної підготовленості підлітків віком 13–16 років у Китаї, що сприяє удосконаленню підходів до організації фізкультурно-оздоровчої діяльності з урахуванням національних та вікових особливостей;

- дістали подальшого розвитку уявлення про мотиваційні характеристики, рівень психологічного благополуччя та самооцінку фізичного розвитку підлітків 13–16 років, що дозволяє глибше зрозуміти психологічні чинники ефективності рекреаційної діяльності та враховувати їх у практичній реалізації програм.

Практична значимість роботи полягає у розробці моделі рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю, організаційних (інфраструктурне, кадрове та нормативно-правове забезпечення) та методичних умов (розробка програми з використанням едьютейнмент-технологій та гейміфікації) її реалізації. Втілення моделі рекреаційної діяльності дітей підліткового віку передбачало безпосереднє залучення підлітків 13–16 років до рекреаційних занять за розробленою програмою із використанням функціонального тренінгу, ментального фітнесу, спортивної анімації, а також інструментів едьютейнмент-технологій та гейміфікації: системи нарахування балів, визначення рівнів та досягнень, рейтингових таблиць, квестів та місій, командних змагань, ігрових елементів, інтерактивних дошок, мобільних додатків та онлайн-платформ.

Сформульовані в дисертації висновки і пропозиції використано для впровадження в матеріали навчальної дисципліни «Основи фітнесу та рекреації» (акт впровадження від 01.03.2024, акт впровадження від 11.03.2024) Національного університету фізичного виховання і спорту України, а також у практику роботи фітнес-центру «Yuedong» провінції Шаньдун Китаю (акт впровадження від 01.02.2025).

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Зміст роботи (анотація, вступ, п'ять розділів, висновки, практичні рекомендації, список використаних джерел, додатки) представлено з урахуванням сучасних вимог. Зміст дисертації Ши Яньцзе є логічно структурованим, методологічно обґрунтованим і повністю відповідає заявленій темі. Дослідження охоплює актуальну проблему організації рекреаційної діяльності підлітків у контексті

функціонування фізкультурно-оздоровчих центрів Китаю з урахуванням сучасних викликів і тенденцій у галузі фізичної культури та здоров'я.

У вступі обґрунтовується актуальність теми дослідження і формулюється наукове завдання; вказується зв'язок дисертаційного дослідження з науковими планами, темами; розкривається науковий апарат дослідження: мета, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; визначаються наукова новизна, практична значущість; наводяться дані про особистий внесок здобувача, апробацію та впровадження отриманих результатів, подано інформацію про публікації, структуру та зміст роботи.

Перший розділ **«Теоретичні засади, сучасні тренди та інноваційні підходи до організації рекреаційної діяльності дітей підліткового віку»** присвячений аналізу теоретичних засад і міжнародного досвіду щодо рекреаційної діяльності підлітків. Представлено міжнародний досвід реалізації програм, спрямованих на підвищення рухової активності підлітків, зазначено сучасні тренди та інноваційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчих занять з підлітками, розкрито можливості рухової активності у залученні підлітків до рекреаційної діяльності. Обґрунтовано значущість рухової активності як чинника психофізичного розвитку та соціалізації молоді, висвітлено сучасні тренди – зокрема, інтеграцію інноваційних підходів, таких як едьютейнмент і гейміфікація, у фізкультурно-оздоровчі програми.

У дисертації детально проаналізовано сучасні фахові дослідження китайських, українських та зарубіжних науковців. Їхнє глибоке вивчення й аналіз дозволили автору роботи досягти такого рівня наукових узагальнень, який носить об'єктивний характер. Цінну складову частину роботи становить ретельно підібрана до дисертаційної роботи бібліографія. Список використаних джерел містить 222 найменування.

Другий розділ **«Методи та організація дослідження»** демонструє високу методологічну грамотність автора. Представлено широкий арсенал методів дослідження, включаючи теоретичний аналіз, соціологічні, педагогічні, психодіагностичні методи, експертні оцінки та математичну статистику.

Докладно описано етапи та організацію емпіричного дослідження. Для реалізації поставлених у дисертаційній роботі мети і завдань автор використовував теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури і аналіз документальних матеріалів, соціологічні методи дослідження, педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент), методи оцінки рухової активності, психодіагностичні методи дослідження, метод експертних оцінок, методи математичної статистики. Експериментальна робота здійснювалась на базі фізкультурно-оздоровчого центру «Yuedong» провінції Шаньдун (Китай) впродовж 2021–2025 рр. і включала чотири етапи дослідницького пошуку. До досліджень було залучено підлітків 13–16 років: 47 дівчат та 41 хлопець 13–14 років, 52 дівчини та 82 хлопці 15–16 років. У якості експертів було залучено тренерів-викладачів фізкультурно-оздоровчого центру у кількості 12 осіб.

Третій розділ **«Предиктори залучення дітей підліткового віку до занять спеціально організованою руховою активністю у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю»** розкриває результати дослідження передумов залучення підлітків до рухової активності. Представлено ґрунтовний аналіз фізичної підготовленості, мотиваційних та психоемоційних характеристик дітей віком 13–16 років, що дозволило виявити чинники, які впливають на ефективність рекреаційних програм. Результати констатувального етапу дослідження виявили низький рівень рухової активності більшості підлітків 13–16 років, що не відповідає рекомендованим нормам. Зафіксовано вікові та статеві відмінності у частоті й тривалості інтенсивних фізичних навантажень. Зокрема, хлопці 13–14 років виявляють більшу активність порівняно зі старшою віковою групою, а дівчата 15–16 років, навпаки, демонструють підвищення рівня рухової активності. Вивчення психоемоційного стану засвідчило середній або високий рівень благополуччя серед 13–14-річних підлітків, натомість у хлопців 15–16 років зафіксовано поодинокі випадки зниженого психологічного стану. Аналіз самооцінки фізичного розвитку

показав тенденцію до завищених оцінок у дівчат старшої вікової групи та занижених – у молодших підлітків, особливо щодо оцінки стрункості тіла. Дослідження мотиваційної сфери виявило високий рівень зацікавленості у фізичному самовдосконаленні серед молодших підлітків, водночас спостерігається зниження інтересу до нових видів активності у хлопців 15–16 років. Для дівчат характерною є мотивація, пов'язана зі здоров'ям та зовнішнім виглядом. Рівень розвитку фізичних якостей здебільшого відповідає середнім показникам, проте виявлено негативні тенденції щодо сили та витривалості у хлопців старшого підліткового віку. Отримані дані підтверджують необхідність впровадження цілеспрямованих програм, спрямованих на активізацію рухової активності, підвищення мотивації та покращення фізичного й психоемоційного стану підлітків.

Четвертий розділ **«Модель рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю»** містить науково обґрунтовану модель рекреаційної діяльності, яка включає організаційно-методичні умови, інноваційні засоби та програму занять із використанням едьютейнмент-технологій та елементів гейміфікації. Наведено результати впровадження моделі у практичну діяльність фізкультурно-оздоровчих центрів, які засвідчили її ефективність щодо підвищення рухової активності, залученості та психофізичного стану підлітків. У четвертому розділі представлено обґрунтування та реалізацію моделі рекреаційної діяльності підлітків у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю. На основі експертного опитування (коефіцієнт конкордації $W = 0,88$; $p < 0,01$) визначено пріоритетні напрями удосконалення: розширення спектру спортивних секцій, впровадження сучасних методик і форм занять, створення сприятливого психологічного мікроклімату. Серед чинників, що обмежують ефективність діяльності центрів, виділено низьку мотивацію підлітків, неефективність програмного змісту та недостатню методичну підготовку персоналу.

Запропонована модель передбачає системний підхід до розвитку рухової активності, формування мотивації до здорового способу життя, психоемоційної

рівноваги та фізичної підготовленості підлітків. Основу моделі складають принципи дозвіллевої та фізкультурно-оздоровчої діяльності (доступність, систематичність, вікова адекватність тощо). Практична реалізація моделі включає шестимісячну програму з використанням едьютейнмент-технологій, гейміфікації, спортивної анімації, ментального фітнесу та функціонального тренінгу.

Результати впровадження моделі засвідчили позитивну динаміку за когнітивним, мотиваційним, емоційним і діяльнісним критеріями, особливо у підлітків 13–14 років. Встановлено зростання рівня рухової активності та фізичної підготовленості в усіх вікових та статевих групах, з переважанням достовірних змін серед молодших підлітків. Ефективність програми підтверджена зростанням показників силової витривалості, швидкісно-силових якостей і витривалості, що вказує на доцільність її подальшого використання у практиці фізкультурно-оздоровчих центрів.

У п'ятому розділі **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** узагальнено результати дисертаційного дослідження, окреслено їх практичну і теоретичну значущість, висвітлено дискусійні питання. Отримано наукові дані трьох рівнів новизни: ті, які набули подальшого розвитку, підтвердили і доповнили наявні наукові розробки та абсолютно нові наукові дані. Робота містить багато нових тез і положень, значна частина яких обґрунтована, а інші окреслюють шляхи подальших досліджень. Дисертантом показано вміння логічно аналізувати, узагальнювати й зіставляти власні наукові результати з даними, наявними у джерелах фахової літератури й 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 емпіричними даними.

Загалом, зміст дисертації засвідчує високий рівень наукової зрілості здобувача, вміння критично осмислювати літературу, коректно застосовувати

методи дослідження та формувати інноваційні рішення актуальних практичних проблем.

В цілому, за змістом дисертаційної роботи, слід зазначити її чітку, логічну побудову, яка повністю відображає шляхи досягнення сформульованих автором цілей і виконання заявлених 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 Яньцзе 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 та без, дисертант самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати. Наукові результати дисертації висвітлені в 10 наукових публікаціях: 2 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 стаття у періодичному науковому виданні Великобританії, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q2), 5 публікацій апробаційного характеру, 2 публікації, які додатково відображають результати дисертації.

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

1. Термінологія потребує уточнення – зокрема, необхідно уточнити чи ідентичними автор вважає поняття «рекреаційна діяльність» і «оздоровчо-рекреаційна діяльність», а також варто послідовно використовувати офіційну назву країни – «Китайська Народна Республіка».

2. У тексті дисертації доцільно чіткіше представити структуру та часову логіку реалізації розробленої програми, зокрема конкретизувати кількість занять, їхню тривалість, послідовність та змістове наповнення кожного етапу шести місяців реалізації.

3. Потребує додаткового уточнення логіка розподілу засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності в межах програми. Зокрема, варто деталізувати, які саме засоби використовувалися на різних етапах, як змінювалась їх інтенсивність, спрямованість (на витривалість, гнучкість, координацію тощо) та як узгоджувалися із застосуванням едьютейнмент-технологій.

У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:

1. Відмінною рисою запропонованого Вами підходу є застосування едьютейнмент-технологій та гейміфікації. Поясніть будь ласка, що Ви розумієте під цими термінами?

2. Які саме елементи едьютейнмент-технологій та гейміфікації було впроваджено та використано Вами в межах розробленої програми рекреаційних занять?

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

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.
Дисертаційна робота «Організаційно-методичні засади рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю» 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 авторка Ши Яньцзе заслуговує присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Рецензент:

Завідувач кафедри
оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національного університету
фізичного виховання і спорту України
д. фіз. вих., професор

 Олена АНДРЕЄВА

Вчений секретар
Національного університету
фізичного виховання і спорту України

 Галина МАШЕРЕНКОВА

