

Рецензія

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

Актуальність. У сучасному суспільстві питання фізичного виховання підлітків стає все більш пріоритетним. У рамках національної програми «Здоровий Китай 2030» («Healthy China 2030») визначено конкретні завдання щодо підвищення рухової активності серед підлітків, зокрема передбачено щоденні фізичні вправи тривалістю не менше 60 хвилин та щонайменше три заняття на тиждень із середнім рівнем інтенсивності. Значна увага приділяється забезпеченню безперервної фізичної освіти впродовж усього життя, як передбачено у «Національному середньостроковому та довгостроковому плані реформи та розвитку освіти Китаю (2010–2020)».

Попри численні зусилля, організаційно-методичні аспекти рекреаційної діяльності у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю досі недостатньо вивчені. Існують загальні стратегії щодо підвищення рухової активності аналізується роль шкільної фізичної культури та інтеграції спорту й освіти, однак залишаються не розкритими такі ключові аспекти, як: удосконалення організаційних моделей рекреаційної діяльності для підлітків; розробка педагогічних технологій, що стимулюють мотивацію до участі у фізичній активності у позашкільний час; ефективні методики формування здорового способу життя; інтеграція рекреаційної діяльності у систему позашкільної освіти в Китаї.

Отже, сьогодні існує низка протиріч: між потенціалом рекреаційної діяльності у фізкультурно-оздоровчих центрах і реальним станом її реалізації; між нагальною потребою в активізації рухової діяльності підлітків і низьким рівнем їхньої фізичної підготовленості; між наявністю державних стратегій і браком цілісних технологій та моделей рекреаційної діяльності. У зв'язку з цим, розробка організаційно-методичних засад рекреаційної діяльності для підлітків у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю є на часі та має важливе практичне значення. Таке дослідження сприятиме підвищенню рівня рухової активності молоді, зміцненню їх здоров'я, формуванню здорових звичок і всебічному розвитку особистості в умовах глобальних соціальних викликів.

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 у 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 забезпечено оптимальними розмірами вибірок учасників дослідження (підлітки 13–16 років: 47 дівчат та 41 хлопець 13–14 років, 52 дівчини та 82 хлопці 15–16 років. Експерти тренери-викладачі фізкультурно-оздоровчого центру – 12 осіб.), логікою організації педагогічного експерименту та його тривалістю. Здобувачем використано інформативні методи математичної статистики, котрі відповідають поставленій меті та завданням дисертації та підтверджують обґрунтованість та достовірність отриманих наукових положень та висновків. Результати дисертаційної роботи мають об'єктивний характер, ґрунтуються на достатній кількості дослідницького матеріалу, отриманого

завдяки використанню цілого комплексу інформативних методів дослідження. Позитивної оцінки заслуговує оформлення результатів дослідження та послідовність наукового пошуку.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що:

- 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;
- 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;
- 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;
- 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.

Практичне значення отриманих результатів дослідження 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.

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Дисертаційна робота викладена на 224 сторінках тексту комп'ютерного набору державною мовою, з них 168 сторінок основного тексту. Дисертаційна робота складається з анотацій двома мовами, змісту, переліку умовних позначень та скорочень, вступу, п'яти розділів та висновків до них, загального висновку, списку використаних джерел, додатків. Дисертаційну роботу ілюстровано 44 таблицями та 25 рисунками. Список використаних джерел складається з 222 найменувань.

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, сформульовано його мету та завдання, зазначено зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами, грантами, вказано об'єкт, предмет, методи дослідження, окреслено наукову новизну та практичну значущість, наводяться дані про особистий внесок здобувача, подано інформацію про публікації та апробацію результатів дослідження, структуру та обсяг роботи.

У першому розділі «**Теоретичні засади, сучасні тренди та інноваційні підходи до організації рекреаційної діяльності дітей підліткового віку**» систематизовано дані наукової літератури щодо рухової активності підлітків –

ключовий фактор їх залучення до рекреаційної діяльності, представлено міжнародний досвід реалізації програм, спрямованих на підвищення рухової активності підлітків, охарактеризовано сучасні тренди та інноваційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчих занять з підлітками.

Аналіз наукової літератури дозволив здобувачу з'ясувати, що підвищення рівня рухової активності підлітків є ключовим напрямом державної політики Китаю в сфері охорони здоров'я та освіти. Це підкреслюється впровадженням національних програм, таких як «Здоровий Китай 2030» та «Національний середньостроковий та довгостроковий план реформи та розвитку освіти Китаю», де чітко визначено роль фізичного виховання у всебічному розвитку підростаючого покоління. Роль рухової активності, особливо в підлітковому віці, є визначальною у повноцінному розвитку зростаючого організму, а заходи, спрямовані на її підвищення визнаються в якості одного з найбільш економічно ефективних підходів щодо покращення здоров'я підростаючого покоління. Незважаючи на зусилля, проблема недостатньої рухової активності серед підлітків залишається актуальною не лише в Китаї, а й у всьому світі. Статистичні дані ВООЗ та національні дослідження свідчать про те, що значна частина підлітків не досягає рекомендованих рівнів рухової активності, що негативно впливає на їхній фізичний розвиток та здоров'я.

Автором встановлено, що позашкільна діяльність охоплює різноманітні види фізичної активності, у яких учні беруть участь поза межами обов'язкових шкільних занять. Вона є важливою складовою життя школярів і, разом із фізичними активностями у межах навчального процесу, формує цілісну систему рухової активності підлітків. Участь у таких заходах сприяє покращенню фізичної підготовленості школярів та формуванню у них навичок здорового способу життя, організація рекреаційної діяльності підлітків вимагає комплексного підходу, що враховує їхні вікові особливості, інтереси та потреби, а також використовує потенціал сучасних освітніх технологій.

Аналіз фахової літератури дозволив визначити проблемне поле дослідження та сформулювати мету роботи – вдосконалення організаційно-

методичних засад рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю для раціональної організації їх дозвілля, формування позитивного ставлення до занять спеціально організованою руховою активністю, підвищення показників рухової активності та фізичної підготовленості.

Другий розділ **«Методи і організація дослідження»** присвячено опису методів дослідження та організації дослідження. Використані у роботі методи дослідження забезпечують можливість всебічного вирішення визначеної здобувачем проблеми, відповідають меті та завданням, об'єкту і предмету дослідження.

Для реалізації мети і завдань, поставлених у дисертаційній роботі, використано комплекс сучасних методів дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, соціологічні методи дослідження, педагогічні методи досліджень, методи оцінки рухової активності, психодіагностичні методи дослідження, метод експертних оцінок та методи математичної статистики.

Третій розділ **«Предиктори залучення дітей підліткового віку до занять спеціально організованою руховою активністю у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю»** дисертаційної роботи містить дані щодо характеристики рухової активності підлітків 13–16 років, встановлено особливості психоемоційного стану та самооцінки фізичного розвитку підлітків 13–16 років, вивчено мотивацію дітей підліткового віку Китаю до спеціально організованої рухової активності, представлено результати оцінки фізичної підготовленості підлітків 13–16 років.

У ході констатувального експерименту, дисертанткою було виявлено низку негативних тенденцій, що стосуються рівня рухової активності підлітків віком 13–16 років. Зокрема, встановлено, що у більшості випадків показники рухової активності не відповідають сучасним медико-біологічним рекомендаціям. Як хлопці, так і дівчата продемонстрували недостатню частоту та тривалість фізичних навантажень як помірної, так і високої інтенсивності. Для

підлітків 15–16 років обох статей переважаючим є середній рівень рухової активності. У той же час хлопці 13–14 років частіше проявляють активність високої інтенсивності, тоді як серед дівчат спостерігається зворотна вікова динаміка — дівчата старшого віку демонструють кращі показники за цим критерієм порівняно з молодшими.

Щодо психологічного стану, дисертанткою встановлено, що підлітки 13–14 років, незалежно від статі, у переважній більшості мають середній або високий рівень психологічного благополуччя. Натомість серед хлопців 15–16 років зафіксовано випадки низької самооцінки психоемоційного стану. Рівень загальної самооцінки та самооцінки здоров'я виявився переважно середнім, однак характерною рисою є занижена оцінка власної тілобудови у молодших підлітків. Водночас дівчата старшого віку, навпаки, демонструють завищену оцінку більшості показників фізичного розвитку, тоді як у хлопців ця оцінка залишається на середньому рівні.

Дані представлені дисертанткою, також свідчать про вікові відмінності у мотивації до рухової активності: підлітки 13–14 років виявляють більший інтерес до самовдосконалення та пізнання нового, тоді як у групі 15–16 років, особливо серед хлопців, спостерігається зниження зацікавленості в нових формах фізичної активності. Натомість дівчата цієї вікової категорії демонструють вищу мотивацію, зумовлену бажанням покращити здоров'я, самопочуття та зовнішній вигляд.

Оцінка фізичної підготовленості показала задовільний рівень розвитку основних фізичних якостей у більшості підлітків. З віком фіксується незначне зростання швидкісних та швидкісно-силових показників. Разом з тим серед хлопців 15–16 років виявлено значний відсоток респондентів з недостатнім рівнем розвитку сили. Аналіз витривалості показав загалом позитивну динаміку у віковому аспекті, проте зберігається помітна частка старших підлітків, особливо хлопців, з незадовільними результатами за цим показником.

Узагальнюючи результати, автори обґрунтовано підкреслюють необхідність впровадження комплексних програм, орієнтованих на підвищення

рівня рухової активності, покращення психоемоційного стану, формування стійкої мотивації до занять фізичною культурою та зміцнення фізичної підготовленості підлітків.

У четвертому розділі **«Модель рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю»** розроблено та впроваджено модель рекреаційної діяльності підлітків у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю. Метою моделі є забезпечення системного підходу до розвитку рухової активності, формування стійкої мотивації до занять спеціально організованою руховою активністю, а також сприяння гармонійному фізичному, психоемоційному та соціальному розвитку підлітків через науково обґрунтовану, різноманітну та доступну рекреаційну діяльність. Завданнями моделі визначено формування позитивного ставлення до рухової активності, підвищення рівня фізичної підготовленості, формування мотивації до систематичних занять та забезпечення психоемоційного благополуччя підлітків.

Теоретичною основою моделі слугують принципи дозвілєвої діяльності та фізичного виховання, зокрема: системність, добровільність, диференціація, доступність, якість рекреаційних послуг, відповідність місцевим умовам, інтересам і потребам учасників, оздоровча спрямованість, індивідуалізація, послідовність, систематичність та вікова адекватність педагогічного впливу.

Впровадження моделі передбачає забезпечення відповідних організаційних (інфраструктурне, кадрове, нормативно-правове) і методичних умов, зокрема розробку програми із застосуванням технологій едьютейнменту та гейміфікації. Шестимісячна програма передбачає систематичне проведення рекреаційних занять, у яких поєднуються елементи функціонального тренінгу, ментального фітнесу, спортивної анімації, а також інтерактивні методи навчання та ігрові елементи.

Результати дослідження ефективності впровадженої моделі за участю підлітків 13–16 років засвідчили позитивну динаміку у формуванні позитивного ставлення до занять руховою активністю. В усіх вікових та статевих групах зафіксовано статистично достовірне ($p < 0,05$) зростання показників за

когнітивним, емоційним, мотиваційним та діяльнісним критеріями. Найвищі прирости спостерігалися у підлітків 13–14 років, що, ймовірно, пов'язано з особливостями вікового розвитку мотиваційної та емоційної сфер.

Зокрема, у дівчат 13–14 років найбільш виражені зміни виявлено за емоційним критерієм (модальність – 96,7 %, вибірковість – 86,2 %), мотиваційним (широта – 94,3 %, сила – 81,0 %) та діяльнісним (стабільність – 87,8 %). У хлопців цього віку прирости також були значними: емоційна стійкість – 96,9 %, мотиваційна сила – 95,9 %, стабільність поведінки – 97,6 %.

Порівняльний аналіз результатів підлітків 13–14 і 15–16 років виявив тенденцію до зниження показників приросту з віком, зокрема за когнітивним критерієм: приріст повноти знань у дівчат 13–14 років становив 72,3 %, тоді як у дівчат 15–16 років – 30,1 %. Аналогічна тенденція спостерігалась у хлопців: приріст мотиваційної стійкості у віці 13–14 років – 92,7 %, а у віці 15–16 років – 39,0 %.

У ході експерименту також виявлено зміни в розподілі учасників за рівнем рухової активності: наприкінці дослідження високий рівень активності спостерігався у 57,4 % дівчат та 68,3 % хлопців 13–14 років, а також у 57,7 % дівчат і 42,7 % хлопців 15–16 років.

Отримані результати також свідчать про позитивну динаміку показників фізичної підготовленості підлітків. У дівчат 13–14 років статистично достовірне покращення зафіксовано за показниками силової витривалості м'язів тулуба (12,83 %, $p < 0,05$), швидкісно-силових якостей (4,57 %, $p < 0,05$) та загальної витривалості (5,82 %, $p < 0,05$). Хоча показники бігу на 50 м та гнучкості не досягли статистичної достовірності ($p > 0,05$), спостерігалася позитивна тенденція.

У хлопців 13–14 років достовірні зміни зафіксовано в тестах: біг на 50 м (–4,07 %, $p < 0,05$), гнучкість (нахил з положення сидячи – 19,97 %, $p < 0,05$), підтягування на перекладині (29,5 %, $p < 0,05$). Зміни у стрибку в довжину з місця (5,11 %) та бігу на 1000 м (–3,29 %) не були статистично значущими ($p > 0,05$), однак свідчать про позитивну динаміку.

Серед дівчат 15–16 років достовірно покращились показники силової витривалості м'язів тулуба (14,88 %, $p < 0,05$) та швидкісно-силових якостей (6,03 %, $p < 0,05$). У хлопців цього віку статистично значуще зростання показників зафіксовано лише за результатами підтягувань (31,03 %, $p < 0,05$), що свідчить про покращення силових можливостей.

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

Здобувач виявив вміння аналізувати, узагальнювати, порівнювати, критично оцінювати та співставляти власні результатів з даними, вже наявними у джерелах наукової літератури.

На основі отриманих результатів здобувачем сформульовано висновки, які узгоджуються з даними, представленими в основних розділах роботи та дозволяють судити про ступінь виконання поставлених завдань і досягнення мети роботи. У роботі представлено наукові дані трьох рівнів новизни: ті, які набули подальшого розвитку, підтвердили і доповнили наявні наукові розробки та абсолютно нові наукові дані.

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

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 матеріалах науково-практичних конференцій національного та міжнародного рівня. В опублікованих наукових роботах здобувач брав участь в організації та проведенні досліджень, обробці та аналізі отриманих результатів. 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. В цілому, суттєвих зауважень до змісту та оформлення дисертаційної роботи Ши Яньцзе немає. Серед незначних недоліків слід відмітити:

1. На нашу думку, під час обґрунтування та розробки моделі рекреаційної діяльності дітей підліткового віку у фізкультурно-оздоровчих центрах Китаю доцільним було б врахувати соціальні чинники, зокрема вплив батьків, однолітків і педагогів. Саме ці чинники відіграють ключову роль у становленні мотиваційної сфери підлітків, особливо в контексті залучення їх до систематичної рухової активності. Ігнорування або недостатнє врахування таких впливів може обмежувати ефективність і сталість запропонованої моделі в реальних умовах.

2. У дисертаційному дослідженні для оцінки психоемоційного благополуччя підлітків використано шкалу WHO-5 Well-Being Index. Водночас потребує додаткового обґрунтування вибір саме цього інструменту з урахуванням його валідності, надійності та культурної адаптованості до соціокультурного контексту підлітків у Китаї. Також доцільно було б пояснити, чи враховано специфіку підліткового віку при застосуванні цього опитувальника, оскільки WHO-5 першочергово розроблявся як універсальний скринінговий інструмент для дорослого населення.

В рамках наукової дискусії варто отримати відповіді на наступні запитання:

1. В процесі дослідження Вами використано метод експертного опитування. З якою метою Ви його здійснювали?

2. В дисертаційній роботі результати статистичного аналізу представлено, у більшості випадків, у вигляді розрахунку середнього (mean) та стандартного відхилення (SD), тоді як результати оцінки сформованості у

підлітків позитивного ставлення до занять доповнено розрахунком медіани та 25 і 75 квантилів. Поясніть, будь ласка, з якою метою було здійснено розрахунок зазначених показників?

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:

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання і спорту України



Інна ХРИПКО

Вчений секретар Національного університету фізичного виховання і спорту України



Галина МАШЕРЕНКОВА

Гідисес Ч. Хрипко
Провідний фахівець ВК