

## **Рецензія**

**доцента кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності  
Національного університету фізичного виховання і спорту України,  
кандидата наук з фізичного виховання і спорту, доцента Катерини Уляни  
Миколаївни 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.**

Актуальність дослідження тісно пов'язана з динамічним розвитком економіки Китаю, яка демонструє швидкі темпи зростання завдяки лідерству у виробництві, технологіях та інноваціях. У цьому контексті фітнес-індустрія виступає як один із найбільш перспективних сегментів економіки, що активно інтегрує інновації, такі як AI-моніторинг тренувань, віртуальну реальність та мобільні додатки.

Саме тому вивчення стратегічного потенціалу ринку фітнес-послуг, поведінкових особливостей споживачів їх мотиваційних бар'єрів, перспективних напрямів розвитку сфери оздоровчого фітнесу, набуває особливої актуальності на тлі тенденції до зниження рівня громадського здоров'я. Проведені дослідження дозволили розробити ефективні стратегії для підвищення залученості населення до рухової активності, що відповідає державній політиці Китаю.

**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 розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності.

**Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації.** Рівень обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, поданих у дисертаційній роботі, є високим. Достовірність отриманих результатів забезпечується достатнім обсягом вибірки досліджуваних, а також правильно обраною методологією організації педагогічного експерименту. Наукові положення та висновки, сформульовані автором, підтверджені результатами статистичного аналізу, що свідчить про їх наукову обґрунтованість і надійність.

Результати дослідження мають об'єктивний характер і базуються на значному обсязі емпіричних даних, отриманих за допомогою комплексу інформативних методів, адекватних меті та завданням. Розрахунки проведено із застосуванням методів математичної статистики. Високої оцінки заслуговує якість оформлення результатів, послідовність здійснення наукового пошуку та логічність викладу матеріалу. Висновки є підсумком змісту дисертації, їхня об'єктивність і наукова обґрунтованість не викликають сумнівів.

**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;

- 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;

- 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.** Дисертаційна робота містить всі необхідні структурні елементи анотацію, вступ, п'ять розділів, висновки, список використаних джерел, додатки. Зміст дисертації Ши Шицзе є логічно структурованим, методологічно обґрунтованим і повністю відповідає заявленій темі. Дослідження охоплює актуальну наукову проблему розробки моделі розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності з урахуванням сучасного стану ринку фітнес-послуг, стратегічного потенціалу та перспективних напрямів функціонування сфери оздоровчого фітнесу.

У **вступі** обґрунтовується актуальність теми дослідження; 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 **«Теоретико-методичні засади та сучасні тренди розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї»** присвячений розкриттю теоретичних основ, аналізу нормативно-правового забезпечення, організаційних особливостей і сучасних тенденцій функціонування фітнес-індустрії в Китаї.

Автором систематизовано нормативно-правові засади розвитку оздоровчого фітнесу, які формують основу державної політики у сфері фізичної культури та спорту. Такий підхід забезпечує інтеграцію фітнесу в систему охорони здоров'я, стандартизацію послуг і формування конкурентоспроможного середовища. Значну увагу автор присвячує аналізу сучасних трендів і викликів у розвитку сфери оздоровчого фітнесу, серед яких виокремлено впровадження цифрових технологій, онлайн-платформ для тренувань, персоналізованих фітнес-програм, гейміфікацію та інтеграцію інноваційних підходів у процес оздоровчих занять. Обґрунтовано, що подальший розвиток оздоровчого фітнесу в Китаї має базуватися на поєднанні нормативно-правової стабільності, глибокому аналізу ринку, застосуванні інноваційних технологій і маркетингових інструментів, спрямованих на залучення різних верств населення до рухової активності.

Дисертант демонструє глибоке знання наукової проблематики, сучасних теоретичних підходів і здатність до комплексного аналізу проблеми. Розділ характеризується логічною структурою, послідовністю викладу, достатнім науковим обґрунтуванням положень, що забезпечує об'єктивність та достовірність отриманих висновків. Узагальнення результатів ґрунтується на опрацюванні значної кількості літературних джерел, що свідчить про глибину теоретичного опрацювання проблеми. Список використаних джерел забезпечує наукову аргументованість поданих положень.

Другий розділ **«Методи та організація дослідження»** демонструє високий рівень методологічної обізнаності автора та виваженість у виборі дослідницьких підходів. У ньому представлено комплекс методів, адекватних меті, завданням і логіці дисертаційного дослідження. До них належать: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та документальних матеріалів, соціологічні методи, компаративний аналіз, SWOT- та PEST-аналізи, метод експертних оцінок, таблично-графічні методи та методи математичної статистики.

Розділ відзначається чіткою структурою та послідовним описом етапів дослідження, проведених у 2022–2025 рр. До анкетування було залучено 257 респондентів (136 чоловіків і 121 жінок) 1-го зрілого віку, з різних провінцій Китаю з метою розуміння їх споживчих переваг в сфері оздоровчого фітнесу. До експертного оцінювання були залучені 10 фахівців, які мають значний професійний досвід у галузі фізичного виховання, оздоровчого фітнесу, спортивного тренування та викладацької діяльності у закладах вищої освіти та стаж роботи від 8 до 36 років. Відібрані експерти представляють різні сфери діяльності, що дозволило забезпечити різностороннє бачення проблематики розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї.

Третій розділ **«Проблеми та перспективи залучення до занять оздоровчим фітнесом різних груп населення Китаю»** вирізняється високим рівнем аналітичної опрацьованості, логічною структурою та ґрунтовним узагальненням емпіричних даних. Автором було проаналізовано особливості розвитку фітнес-індустрії Китаю, виявлено особливості мотивації, бар'єри до занять та споживчі переваги різних груп населення.

У третьому розділі простежується чітка логіка викладу матеріалу: від аналізу сучасних тенденцій фітнес-послуг у Китаї до кластеризації споживачів та оцінки стратегічного потенціалу розвитку сфери. Встановлено відмінності у рівні задоволеності фітнес-заняттями залежно від статі, що свідчить про врахування гендерних аспектів у дослідженні. Значну увагу приділено

виявленню бар'єрів, які перешкоджають систематичним заняттям фітнесом, серед яких домінують нестача часу, фінансові обмеження та брак мотивації. Висвітлено переваги різних каналів комунікації та маркетингових інструментів, що демонструє розуміння автором механізмів функціонування сучасного фітнес-ринку.

Заслуговує на позитивну оцінку проведення кластерного аналізу, який дозволив виокремити два типи споживачів — активний і мотивований, орієнтований на якість послуг, та менш активний, що потребує підтримки й адаптованих тренувальних програм. Такий підхід створює підґрунтя для розробки диференційованих стратегій залучення населення до занять оздоровчим фітнесом.

Загалом, третій розділ містить достатній рівень аналітичної аргументації, наукової обґрунтованості та практичної значущості для розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї.

Четвертий розділ **«Обґрунтування та розробка моделі розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності»** має комплексний, системний характер і відзначається високим рівнем наукового узагальнення та практичної орієнтованості. У ньому обґрунтовано розроблену автором модель стратегічного розвитку сфери оздоровчого фітнесу, що базується на результатах SWOT- і PEST-аналізів зовнішніх і внутрішніх чинників. Модель відображає багаторівневу структуру управління розвитком фітнес-індустрії, яка враховує соціально-економічні, технологічні та культурні особливості сучасного Китаю.

Проведений PEST-аналіз поглибив оцінку зовнішніх факторів, засвідчивши ключовий вплив політичної стабільності, економічного клімату, зростання культури здоров'я та поширення мобільних фітнес-додатків. Такий підхід забезпечив наукову обґрунтованість моделі та її адаптивність до мінливих соціально-економічних умов.

Значну увагу приділено експертній оцінці компонентів моделі, результати якої засвідчили високий рівень узгодженості думок фахівців (коефіцієнт конкордації Кендалла  $W = 0,72-0,85$ ). Визначено пріоритетні напрями розвитку: орієнтація на молодь віком 18–30 років, активне використання соціальних мереж як основних каналів просування, розвиток мережі оздоровчого фітнесу у містах другого та третього рівня, а також у сільських регіонах. Особливу роль відведено впровадженню цифрових технологій, зокрема мобільних додатків і CRM-систем, які підвищують ефективність управління та персоналізації послуг.

У четвертому розділі подано обґрунтування вихідного рівня моделі, що передбачає механізми реалізації обраної стратегії та прогнозовані результати її впровадження. Прогностична оцінка ефективності моделі, проведена із залученням 13 експертів, підтвердила її високу практичну релевантність: найвищі оцінки отримали критерії ефективності (9,15 бала), соціальної прийнятності (8,54), масштабованості (8,31) та ймовірності практичної реалізації (8,31). Це свідчить про наукову обґрунтованість і можливість практичного застосування запропонованої моделі у сфері фітнесу Китаю.

Загалом четвертий розділ відзначається високим рівнем наукової аргументованості, логічною завершеністю та прикладною цінністю. Запропонована модель інтегрує сучасні цифрові технології, маркетингові інструменти та соціально-демографічні особливості споживачів, що забезпечує її інноваційність і стратегічну значущість для подальшого розвитку фітнес-індустрії Китаю.

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 двох рівнів новизни: ті, які 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.

В цілому, за змістом дисертаційної роботи, слід зазначити її чітку, логічну побудову, яка повністю відображає шляхи досягнення сформульованих автором цілей і виконання заявлених завдань. Стиль викладення матеріалу науковий, чіткий і лаконічний.

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, дисертант самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати. Наукові результати дисертації висвітлені в 9 наукових публікаціях: 5 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 стаття у періодичному фаховому виданні України, проіндексованому у базі даних Scopus (Q4), 3 публікації апробаційного характеру, 1 публікація, які додатково відображає результати дисертації.

**Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертації.**

1. Термінологія потребує уточнення, зокрема в тексті дисертаційної роботи зустрічаються поняття та висловлювання, які не відповідають науковому стилю мовлення.

2. Структурування потребує 3 розділ дисертаційного дослідження. Зокрема, у підрозділах 3.2 ст. 74-77; 3.3 ст. 110, 121 містяться результати узагальнення даних літературних джерел, які повинні бути представлені у 1 розділі. Процедуру проведення ієрархічного кластерного аналізу описану у підрозділі 3.3 ст. 111 варто перенести у розділ 2.

3. В дисертаційній роботі проведено дослідження політичних, економічних, соціальних та технологічних чинників розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї, результати якого представлені у підрозділі 4.1. Отримані дані є науково значимими, у зв'язку з чим їх варто було б представити у науковій новизні.

**У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:**

1. При проведенні кластерного аналізу в дисертаційній роботі автором встановлено, що у двох представлених кластерах спостерігаються суттєві відмінності за таким показником, як фінансові обмеження, в контексті дослідження факторів що перешкоджають респондентам займатись фітнесом. Хоча в той же час встановлено що за рівнем доходу перший та другий кластери не відрізняються. Чому на Вашу думку для однієї групи фінансова складова є стримуючим чинником а для іншої ні, враховуючи що за рівнем доходів ці групи не відрізняються?

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 «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 вченої 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 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

Уляна КАТЕРИНА