

ВІДГУК

**офіційного опонента - доктора педагогічних наук, професора
Мулик Катерини Віталіївни на дисертаційну роботу ШИ ШИЦЗЄ
на тему «МОДЕЛЬ РОЗВИТКУ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ КИТАЮ ДЛЯ
ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ЗАЛУЧЕННЯ НАСЕЛЕННЯ ДО РУХОВОЇ
АКТИВНОСТІ», представлену на здобуття ступеня доктора філософії
з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка,
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

Актуальність теми. Розвиток сфери оздоровчого фітнесу у світі, особливо в країнах із високою динамікою соціально-економічних змін, сьогодні постає одним із ключових інструментів забезпечення громадського здоров'я, профілактики хронічних неінфекційних захворювань та формування культури рухової активності серед різних груп населення. Глобальні тенденції свідчать про те, що фітнес-індустрія перетворилася на важливу складову національної політики багатьох держав, адже фізична активність визнається стратегічним чинником підвищення якості життя, продуктивності праці та соціальної інтеграції. У країнах з інтенсивними темпами урбанізації, цифровізації та зміною стилю життя питання формування ефективної системи оздоровчого фітнесу набуває особливої ваги, оскільки саме вона дозволяє компенсувати зростання гіподинамії, стресових навантажень і порушень психофізичного стану населення.

Китай є одним із найяскравіших прикладів держави, де за останнє десятиліття сформовано унікальне середовище для розвитку оздоровчого фітнесу. Країна демонструє стрімке зростання ринку фітнес-послуг, значний приріст кількості фітнес-клубів, студій, центрів цифрової та онлайн-активності, розвиток мобільних додатків для тренувань, а також активне впровадження системної державної політики у сфері «національного фітнесу» (National Fitness). Важливо, що ці зміни не є спорадичними, а ґрунтуються на масштабних нормативно-правових реформах: оновленому Законі КНР «Про фізичну культуру і спорт» (2022), Національному плані фітнесу 2021–2025, державних програмах розвитку спортивної інфраструктури, створенні «15-хвилинних фітнес-зон», цифрових платформ для

моніторингу активності громадян. Усе це свідчить про стратегічний характер підходів Китаю до підвищення рівня рухової активності.

Особливої уваги заслуговує той факт, що Китай активно інтегрує фітнес у систему громадського здоров'я, об'єднуючи індустріальні, освітні, медичні та цифрові ресурси. Розвиток сфери оздоровчого фітнесу розглядається не лише як бізнес-напрямок, а як інструмент соціальної стабільності, запобігання хворобам, зменшення навантаження на систему охорони здоров'я та формування «здорової нації». Проте, незважаючи на значний прогрес, існують і суттєві виклики: нерівномірність розвитку між міськими і сільськими регіонами, різний рівень доступності послуг, нестача кваліфікованих кадрів, необхідність адаптації до швидких технологічних змін, проблеми мотивації та споживчих бар'єрів різних груп населення. Саме тому постає потреба у створенні науково обґрунтованих моделей, які дозволили б інтегрувати державні ініціативи, соціокультурні особливості та сучасні інструменти маркетингу й цифрових технологій.

Дисертаційне дослідження Ши Шицзе влучно відповідає цим суспільним потребам. Автор комплексно аналізує стан і тенденції розвитку фітнес-індустрії Китаю, враховуючи нормативно-правові засади, соціальні, економічні, технологічні та психологічні чинники. Особливо важливо, що у роботі запропоновано науково обґрунтовану модель розвитку оздоровчого фітнесу, яка поєднує стратегічний аналіз, емпіричні дані, оцінку поведінкових характеристик споживачів та прогностичну оцінку ефективності.

Таким чином, дисертаційна робота є не лише актуальною, але й своєчасною, значущою та орієнтованою на вирішення реальних викликів сучасного суспільства, повністю відповідаючи стратегічним завданням розвитку оздоровчо-рекреаційної рухової активності в Китаї.

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).

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих в дисертації, їх достовірність. Ступінь обґрунтованості наукових положень і висновків, поданих у дисертації, є достатньо високим. Надійність отриманих результатів підтверджується відповідним обсягом емпіричних даних, коректно обраною методикою та організацією педагогічного експерименту. Наукові твердження й висновки дисертанта підтверджені результатами математичної обробки та статистичного аналізу, що забезпечує їх переконливість та достовірність.

Результати дослідження мають об'єктивний характер і ґрунтуються на достатній кількості фактичного матеріалу, отриманого завдяки застосуванню комплексу інформативних методів, які повністю відповідають меті та завданням дисертаційної роботи. Одержані показники розраховані із застосуванням сучасних методів математичної статистики. Позитивної оцінки заслуговують також спосіб подання результатів, логіка викладу та послідовність проведення наукового пошуку.

Висновки, сформульовані в дисертації, безпосередньо впливають зі змісту виконаного дослідження, їх об'єктивність і новизна не викликають сумнівів. Робота характеризується належним ступенем розкриття досліджуваної проблеми, самостійністю автора в її висвітленні та коректністю інтерпретації отриманих даних.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що дисертант:

- 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, матеріали навчальної дисципліни «Менеджмент та нормативно-правове забезпечення фізичної культури і спорту» кафедри спорту та фітнесу Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, а також у практику роботи товариства Rizhao Ruihe Sports Culture Development Co., Ltd., місто Річжао, провінція Шаньдун, що представлені у додатках дисертації.

Оцінка змісту дисертації та її основних положень.

Зміст роботи (анотації, 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 спрямоване на розв'язання актуальної

проблеми оптимізації системи оздоровчого фітнесу Китаю з урахуванням сучасних тенденцій, державних стратегій та факторів, що впливають на участь населення у фізкультурно-оздоровчій діяльності.

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми дисертаційного дослідження у контексті стрімкого розвитку індустрії оздоровчого фітнесу Китаю, державної політики «Національний фітнес», цифровізації фізкультурно-оздоровчих послуг і зростання потреб населення у здоровому способі життя. Сформульовано мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, визначено наукову новизну та практичну значущість роботи. Представлено методи дослідження. Наведено дані про особистий внесок автора, апробацію та впровадження результатів, публікації за темою, а також подано інформацію про структуру та загальний зміст дисертації. Вступ демонструє логічну мотивацію вибору проблематики й відображає системність дослідницького підходу.

Перший розділ «Теоретико-методичні засади та сучасні тренди розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї» присвячено всебічному аналізу теоретичних та методологічних засад розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї та охоплює ключові аспекти, що формують сучасний підхід до організації та функціонування цієї сфери. Автор послідовно розкриває еволюцію наукових поглядів на оздоровчий фітнес, аналізує фундаментальні концепції і сучасні визначення, що використовуються в зарубіжній і вітчизняній науковій літературі, акцентує увагу на міждисциплінарному характері досліджень у цій галузі, яка поєднує підходи фізичної культури, менеджменту, сервісного маркетингу, цифрових технологій і поведінкової економіки. У роботі наведено сучасні наукові підходи до визначення якості фітнес-послуг, представлені результати досліджень, що визначають ключові виміри їх ефективності, зокрема інфраструктуру, компетентність інструкторів, різноманітність програм, брендову привабливість і рівень задоволеності клієнтів, що відповідає сучасним міжнародним стандартам надання фітнес-послуг.

Значну увагу приділено характеристиці особливостей функціонування ринку оздоровчого фітнесу в Китаї. Автор описує структуру галузі, тенденції розвитку

приватних фітнес-клубів, роль державних стратегічних програм, спрямованих на підвищення рухової активності населення, а також вплив соціально-економічних і демографічних чинників на формування попиту. У роботі підкреслено значення сервісної складової у фітнес-індустрії, зокрема важливість розвитку клубних спільнот, емоційного залучення клієнтів та підтримки довгострокових відносин між споживачами та організаціями. Обґрунтовано важливість формування позитивного фітнес-досвіду, який забезпечується якістю комунікацій, професійністю персоналу та цілісністю сервісного процесу.

У межах розділу автор аналізує сучасні тенденції розвитку оздоровчого фітнесу, серед яких провідне місце займає цифровізація послуг: активне впровадження фітнес-додатків, онлайн- і гібридних форматів тренувань, систем персоналізації тренувального процесу, фітнес-трекерів та елементів гейміфікації. Розглядається вплив технологій O2O, які поєднують онлайн- та офлайн-формати надання послуг, що є однією з ключових конкурентних переваг китайського ринку. Водночас автор окреслює виклики, що постають перед сферою оздоровчого фітнесу: зростання конкуренції між традиційними фітнес-клубами і цифровими платформами, нестача кваліфікованих кадрів, різний рівень доступності фітнес-послуг у регіонах, зміна мотиваційних пріоритетів споживачів, необхідність адаптації до нових вимог і очікувань аудиторії.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» подано всебічну характеристику методів і організації дослідження, що стало основою для отримання достовірних та інформативних результатів. Автор послідовно обґрунтовує вибір методологічного інструментарію, підкреслюючи необхідність використання комплексного підходу, який поєднує теоретичні, соціологічні, аналітичні та статистичні методи.

Автором здійснено детальний аналіз науково-методичної літератури, нормативно-правових документів та стратегічних державних програм, які регулюють розвиток оздоровчого фітнесу в Китаї; обґрунтовано використання соціологічного опитування як ефективного інструменту для виявлення

мотиваційних чинників, бар'єрів участі та споживчих очікувань щодо оздоровчого фітнесу; подано характеристику вибірки, описано процедуру анкетування населення різних вікових, соціальних та мотиваційних груп, визначено критерії включення та принципи формування репрезентативних даних; аргументовано доцільність застосування статистичних методів – зокрема аналізу конкордації експертних суджень та методів варіаційної статистики, що забезпечило високу достовірність отриманих результатів і виключило суб'єктивність оцінок.

Представлено опис етапів проведення дослідження, логіки послідовних дій, структури інформаційної бази та особливостей обробки даних. Дана інформація свідчить про продуману організацію наукової роботи, чітку методологічну побудову та узгодженість використаних методів із метою й завданнями дисертації.

У третьому розділі «Проблеми та перспективи залучення до занять оздоровчим фітнесом різних груп населення Китаю» представлено результати комплексного аналізу сучасного стану та особливостей розвитку сфери оздоровчого фітнесу в Китаї з урахуванням попиту, мотиваційних чинників і бар'єрів участі населення у фітнес-активності. Автор ґрунтовно опрацьовує емпіричні дані, отримані в ході соціологічного опитування, що дозволило ідентифікувати ключові тенденції та структурні особливості поведінки споживачів у сучасному фітнес-середовищі. На основі аналізу первинної інформації визначено рівень інтересу різних вікових і соціальних груп до занять оздоровчим фітнесом, оцінено їхні пріоритети, потреби та домінуючі мотиваційні установки.

Автор докладно розкриває чинники, що впливають на вибір населенням фітнес-послуг: прагнення поліпшити показники здоров'я, бажання знизити вагу, підтримувати фізичну форму, підвищити психологічний комфорт, а також соціальні мотиви, пов'язані з потребою у спілкуванні та взаємодії в групових програмах. Окрему увагу приділено бар'єрам участі у заняттях – нестачі часу, нерівномірності доступу до якісних фітнес-послуг у різних регіонах, фінансовим обмеженням, недостатній обізнаності щодо переваг оздоровчого фітнесу, а також низькому рівню особистої мотивації у певних груп населення.

Розділ містить детальний аналіз споживчих уподобань та оцінювання очікувань щодо змісту фітнес-програм, якості інструкторського супроводу, різноманітності тренувальних напрямів і рівня сервісного забезпечення. На підставі отриманих даних автор здійснює сегментацію споживачів фітнес-послуг, виокремлюючи групи з різними характеристиками: «активні та мотивовані», «прагматичні користувачі», «новачки з низькою залученістю», «користувачі з інтермітуючою активністю» тощо. Така сегментація дозволяє визначити цільові стратегії для розвитку оздоровчого фітнесу та адаптації послуг відповідно до специфіки кожної категорії.

У рамках розділу також представлено аналіз ринкових тенденцій і попиту на різні формати фітнес-послуг – індивідуальні тренування, групові програми, онлайн-тренування, домашній фітнес, O2O-моделі. Автор демонструє, що цифровізація значно вплинула на трансформацію споживчих моделей, розширивши можливості доступу до тренувань і створивши нові канали взаємодії між інструкторами та користувачами.

У четвертому розділі **«Обґрунтування та розробка моделі розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності»** подано наукове обґрунтування та розгорнуту характеристику авторської моделі розвитку оздоровчого фітнесу Китаю, яка постає центральним результатом дослідження. Модель створена на основі комплексного аналізу зовнішніх і внутрішніх чинників, даних соціологічного опитування, експертних оцінок та інструментарію SWOT- і PEST-аналізу, що забезпечує її системність та практичну придатність. Автором послідовно викладено теоретико-методологічні засади побудови моделі, аргументовано її структуру та логіку функціонування.

У цьому розділі демонструється, що запропонована модель є багаторівневою та інтегрує ключові компоненти, які визначають ефективний розвиток оздоровчого фітнесу. Зокрема, автор виділяє організаційно-управлінський, мотиваційний, інноваційно-технологічний, кадровий, інфраструктурний і сервісно-комунікаційний блоки, кожен із яких виконує власну роль у забезпеченні

доступності й привабливості фітнес-послуг для населення. В основі моделі лежить ідея оптимального поєднання стратегічних, економічних, технологічних і соціальних чинників, що формують сприятливе середовище для підвищення рівня участі населення у фітнес-активності.

Особливу увагу автор приділяє мотиваційному аспекту моделі, який ґрунтується на результатах емпіричного дослідження і враховує різні типи користувачів – від активних та досвідчених учасників до новачків, що мають низький рівень залученості. Запропоновано алгоритми стимулювання участі, що включають персоналізацію тренувальних програм, соціальну підтримку, використання цифрових додатків, гейміфікацію та зручні формати взаємодії між користувачем і фітнес-організацією. Такий підхід дозволяє адаптувати модель до потреб різних цільових груп.

У межах четвертого розділу також представлено технологічний вимір моделі, який охоплює інтеграцію сучасних цифрових інструментів: мобільних фітнес-платформ, онлайн-тренувань, систем моніторингу активності й фітнес-трекерів. Автор обґрунтовує, що цифровізація є не лише трендом, а й ключовим механізмом розширення доступності фітнес-послуг, підвищення зацікавленості користувачів і формування стійкої мотивації до занять.

Управлінський компонент моделі передбачає вдосконалення системи управління фітнес-організаціями, удосконалення стандартів якості, оптимізацію роботи персоналу та розвиток кадрового потенціалу на основі сучасних вимог. Автор підкреслює важливість професійної підготовки інструкторів, розвитку їхніх цифрових компетентностей та формування клієнтоорієнтованої культури.

Значущим елементом моделі є інфраструктурний компонент, у якому визначено напрями розширення та модернізації фітнес-інфраструктури, забезпечення її доступності для різних соціальних груп, а також інтеграцію фітнес-послуг у міський та соціальний простір. Показано, що такі заходи сприяють створенню середовища, яке заохочує населення до регулярної фізичної активності.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» подано узагальнення результатів наукового дослідження та представлено підсумкову оцінку ефективності розробленої автором моделі розвитку оздоровчого фітнесу Китаю. Цей розділ логічно завершує науковий пошук, демонструючи здатність здобувача інтегрувати отримані теоретичні й емпіричні дані та сформулювати цілісні висновки, що повністю відповідають меті й завданням роботи.

Автор аналізує результати апробації моделі, здійсненої методом експертного оцінювання, що дозволило визначити рівень її ефективності, структурної узгодженості та практичної доцільності. Представлені дані свідчать, що модель відповідає сучасним вимогам розвитку фітнес-індустрії та може застосовуватися у практиці управління фітнес-послугами в Китаї. Експерти відзначили її адаптивність, здатність враховувати різноманітні потреби споживачів і можливість широкого впровадження як на рівні окремих організацій, так і на рівні системної галузевої політики.

У розділі наведено аналіз очікуваних результатів від реалізації моделі, серед яких – підвищення рівня залучення населення до оздоровчого фітнесу, розширення доступності послуг, удосконалення сервісних і комунікаційних інструментів, розвиток цифрової інфраструктури та поліпшення якості управління фітнес-організаціями. Автор показує, що запропонована модель має потенціал сприяти формуванню ефективнішої системи популяризації здорового способу життя, зниженню бар'єрів участі та підвищенню соціальної активності населення.

Окрему увагу приділено теоретичному й практичному значенню дослідження. Автор підкреслює, що результати роботи розширюють методологічні засади моделювання у сфері фізичної культури, а також створюють практичні інструменти для удосконалення організації фітнес-послуг і впровадження інноваційних форм оздоровчої активності. Наголошено, що модель може використовуватися як база для подальших емпіричних досліджень та розроблення цільових програм розвитку фітнес-індустрії у різних регіонах Китаю.

У підсумкових положеннях розділу визначено напрями подальших наукових розвідок, серед яких: удосконалення інструментів цифрової підтримки фітнес-активності, поглиблена сегментація споживачів, вивчення нових мотиваційних стратегій, розвиток інноваційних технологій персоналізації та розширення регіональних досліджень. Автор підкреслює необхідність продовження роботи над адаптацією моделі до змінних соціально-економічних умов і нових тенденцій у сфері оздоровчого фітнесу.

Загалом, зміст дисертації засвідчує високий рівень наукової зрілості здобувача, уміння критично аналізувати літературу, коректно застосовувати методи дослідження та формувати ініційовані рішення актуальних практичних проблем.

У цілому зміст дисертаційної роботи свідчить про її логічну, послідовну побудову, яка повністю відображає шляхи досягнення поставленої мети та виконання визначених автором завдань.

Матеріал подано системно, стиль викладення відзначається науковою виваженістю, чіткістю та лаконічністю. Дисертація орфографічно й стилістично витримана на належному рівні. Використана в роботі наукова термінологія є коректною та загальноприйнятною, а спосіб представлення теоретичних і практичних результатів забезпечує доступність їх сприйняття та подальшого застосування.

Повнота викладу наукових положень, висновків і рекомендацій здобувача підтверджується опублікованими науковими працями. Основні результати дисертації відображено в статтях і тезах, опублікованих у фахових виданнях та матеріалах науково-практичних конференцій різного рівня. Загалом результати дисертаційного дослідження представлено в 9 наукових публікаціях: 5 статтях у фахових виданнях України (одна з яких індексована в базі даних Scopus, квартиль Q4), 3 публікаціях апробаційного характеру та 1 публікації, що додатково відображає окремі результати дисертаційної роботи.

Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертації мають несуттєвий характер. Загальний зміст і структура роботи Ши Шицзе не викликають істотних зауважень, однак доцільно звернути увагу на окремі аспекти:

1. Соціологічне опитування охоплює переважно одну вікову категорію (21–35 років), що певною мірою обмежує можливість узагальнення результатів дослідження на всі вікові групи населення – попри те, що модель позиціонується як універсальна.

2. У дисертації недостатньо представлено аналіз інфраструктурної нерівності між різними регіонами Китаю, що могло б посилити практичне значення моделі та її потенційні шляхи адаптації.

3. Експертне оцінювання результатів дослідження здійснене за участю відносно невеликої групи фахівців, при цьому у тексті дисертації недостатньо окреслено критерії їхнього добору. Це частково ускладнює оцінювання повноти та репрезентативності отриманих експертних суджень.

4. Цифровізація фітнес-послуг, що визначена автором як один з факторів розвитку оздоровчого фітнесу в Китаї, розкрита недостатньо глибоко; доцільним було б ширше представити аналіз конкретних цифрових платформ та інструментів.

5. У дисертації недостатньо представлено порівняння авторської моделі з міжнародними підходами, що обмежує можливість визначення її унікальності, конкурентоспроможності та можливостей практичної адаптації.

Вказані недоліки та зауваження у переважній більшості дискусійного характеру, суттєво не впливають на науковий і методичний рівень дисертації, не знижують її загальної позитивної оцінки.

Загальний висновок. В цілому дисертаційна робота Ши Шицзе на тему «Модель розвитку оздоровчого фітнесу Китаю для підвищення рівня залучення населення до рухової активності» за своїм змістом, структурою, обсягом та оформленням є цілісною, завершеною, самостійно виконаною науковою працею, має наукову новизну і теоретико-практичну значимість, відповідає вимогам наказу МОН від 12.01.2017 р. № 40 «Про затвердження вимог до оформлення дисертації»

(із змінами) та 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 12.01.2022 р. № 44 (із змінами), а її автор – Ши Шицзе заслуговує присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, галузі знань 01 Освіта/Педагогіка.

Офіційний опонент:

доктор педагогічних наук, професор,
завідувачка кафедри здоров'я,
фітнесу та рекреації
Харківської державної академії
фізичної культури

Катерина МУЛИК

Проректор з науково-педагогічної роботи
Харківської державної академії
фізичної культури, доктор наук
з фізичного виховання і спорту, професор



Олег ОЛЬХОВИЙ