

ВІДГУК
офіційного опонента на дисертаційну роботу
ЧЕВЕРДИ АНАСТАСІЇ ОЛЕГІВНИ

«Побудова фітнес-програми з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку», представлену на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Актуальність обраної теми. Проблема зміцнення здоров'я дітей – одна з головних завдань нашого суспільства. Розв'язання цієї проблеми доцільно починати вже з дошкільного віку. В останні роки перебування в закладі дошкільної освіти відбувається різка зміна режиму дня дітей. Збільшення обсягу занять, пов'язане з підготовкою до навчання в школі, негативно впливає на рівень фізичного здоров'я дітей. У цей час обсяг розумової праці значно збільшується, а об'єм рухової активності – навпаки, значно скорочується. Це призводить до стомлення, погіршення розумової й фізичної працездатності та негативно відбивається на здоров'ї дитини. В умовах зростаючого обсягу інформації, який потрібно засвоїти дошкільнятам, процеси перетому можуть розвиватися набагато швидше й призводити до непередбачуваних наслідків. Тому роль

Дошкільний вік (3-6 років) характеризується значною динамікою показників, якими визначаються фізичний і руховий розвиток дитини. Швидкими темпами йде ріст скелета і м'язової маси. Особливості психіки дітей цього віку зумовлюють доцільність коротких за часом, але часто повторюваних занять різноманітного, переважно ігрового змісту. Недопустимі перевантаження організму, пов'язані з силовим напруженням і загальною втомою. У той же час слід зауважити, що розвиток вираженої втоми у дитини малоімовірний, бо вона не спроможна протидіяти наростанню цього відчуття і сама припиняє заняття. Дошкільний період має велику пластичність та сприйнятливність до засобів фізичної культури. Оздоровчі завдання спрямовані на охорону життя, зміцнення здоров'я, всебічний фізичний розвиток, загартування та удосконалення функцій організму дітей, підвищення фізичної та розумової працездатності.

Застосування інноваційних засобів рухової активності у процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку сприяє формуванню стійкої мотивації до систематичних занять. Досить популярним засобом оздоровлення як серед дорослого населення, так і серед дітей стали заняття оздоровчим фітнесом. Ефективність різних напрямів дитячого фітнесу полягає в їх

різноманітному впливі на опорно-руховий апарат, серцево-судинну, дихальну й нервову системи організму дитини, розвиток рухових здібностей і профілактику захворювань. Важливим є й те, що діти, які систематично займаються фітнесом, мають змогу поповнити свої знання із самовдосконалення й саморозвитку, збільшити запас життєвоважливих рухових умінь і навичок, залучатися до здорового способу життя з раннього дитинства. Спортивні танці на сьогодні є популярним видом рухової активності серед дитячого контингенту. Організація музично-ритмічної діяльності у дитячому віці сприяє належній хореографічній підготовці та розвитку творчих здібностей, а особливо позитивно впливає на стан біогеометричного профілю постави дітей. Тому спеціалісти наголошують на тому, що заняття спортивними танцями можуть сприяти формуванню всебічно розвиненої творчості дитини та значно покращити поставу у дошкільному віці.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дослідження виконано відповідно до теми 3.9. «Удосконалення наукових засад спорту для всіх, фітнесу та рекреації» Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту на 2011–2015 роки (номер державної реєстрації 0111U001735) та теми 3.15 «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» Плану НДР НУФВСУ на 2016–2020 рр. (номер державної реєстрації 0116U001630). Роль автора (як співвиконавця теми) полягала в обґрунтуванні та розробленні фітнес-програми з елементами спортивних танців, спрямованої на підвищення показників фізичного стану дітей старшого дошкільного віку.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформованих у дисертації, їх достовірність і новизна, повнота їх викладу в опублікованих працях. Обґрунтованість та достовірність результатів дослідження обумовлені теоретико-методологічною обґрунтованістю концепції дослідження; аналізом сучасних підходів до вирішення проблеми; організацією експериментальної роботи з використанням комплексу взаємозумовлюючих методів дослідження, адекватних меті і завданням дисертаційного дослідження, практичною апробацією; статистичною обробкою отриманих результатів та позитивним ефектом від впровадження.

Результати дослідження носять об'єктивний характер за кількістю залучених респондентів. У констатувальному дослідженні було залучено 80 дітей 5–6 років та 65 їх батьків м. Києва. У перетворювальному експерименті було задіяно 45 дітей старшого дошкільного віку. Сформульовані висновки у повній мірі відображають зміст проведених досліджень і відповідають завданням дослідження.

Основні положення дисертаційної роботи опубліковано в 10 наукових працях, з яких 6 статей представлено у фахових виданнях України та 4 праці апробаційного характеру. Матеріали дисертаційної роботи представлено на 7 Міжнародних наукових конференціях.

Мета дослідження – науково обґрунтувати, розробити та перевірити ефективність фітнес-програми для дітей старшого дошкільного віку з елементами спортивних танців, спрямованої на підвищення показників їх фізичного стану.

Завдання дослідження.

1. Узагальнити положення спеціальної літератури, вітчизняний та зарубіжний досвід роботи з питань організації, розробки та впровадження фітнес-програм в оздоровчі заняття з дітьми старшого дошкільного віку.

2. Визначити передумови залучення дітей старшого дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців.

3. Дослідити особливості показників фізичного стану дітей старшого дошкільного віку як основи для розробки фітнес-програми.

4. Розробити структуру і зміст фітнес-програми з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку, спрямованої на підвищення показників їх фізичного стану, та оцінити її ефективність.

Об'єкт дослідження – оздоровчі заняття дитячим фітнесом дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – вплив фітнес-програми з елементами спортивних танців на показники фізичного стану дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, аналіз вітчизняного та зарубіжного досвіду, аналіз документальних матеріалів; соціологічні методи дослідження (анкетування); педагогічні методи дослідження; антропометричні методи; фізіологічні методи дослідження; методи математичної статистики.

Теоретичний аналіз науково-методичної літератури, узагальнення вітчизняного та зарубіжного досвіду практики в галузі фізичного виховання дітей дошкільного віку, документальних матеріалів дозволили визначити актуальність дослідження, уточнити і конкретизувати мету, завдання і спрямованість педагогічних експериментів. У процесі педагогічних експериментів був застосований метод спостереження за організацією, методикою занять і реакцією дітей, який дозволяє здійснювати візуальну оцінку ефективності. Констатувальний педагогічний експеримент передбачав вимірювання морфофункціональних показників і фізичної підготовленості дітей 5–6 років. Вимірювання показників фізичного розвитку і деяких показників функціонального стану (проба Штанге, проба Генча, індекс Робінсона, індекс Руф'є) відбувалося в першій половині дня. Для оцінки рівня стану біогеометричного профілю постави використовували метод візуального скринінгу. Тестування рівня фізичної підготовленості відбувалося під час проведення оздоровчих занять в основній частині. При розробці змісту програми тестувань нами обрані вимірювання, які відповідають вимогам спортивної метрології і є найбільш інформативними для вимірювання компонентів фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку, мають теоретичне обґрунтування і перевірені практикою фізичного виховання. Для визначення сили м'язів ніг, швидкісно-силових якостей виконувалися стрибок у висоту та стрибок у довжину з місця (см). Оцінка гнучкості здійснювалася у тесті нахил вперед із положення сидячи (см). Оцінка координаційних здібностей дітей 5–6 років здійснювалася за тестом Бондаревського. У ході дослідження використовувався тест на виявлення почуття ритму у дітей 5–6 років. Рівень розвитку витривалості визначався за допомогою танцювальних тестів: виконання хореографічної зв'язки танцю ча-ча-ча: основний рух, «рука до руки», «плече до плеча», «чек» з відкритої позиції. Для визначення рівня розвитку спеціальних координаційних здібностей оцінювалося виконання спеціальної хореографії (повільний вальс: виконання фігур: закриті зміни, натуральний поворот, зворотній поворот; квікстеп: виконання натурального повороту з хезітейшн, локстеп вперед, назад). Перетворювальний експеримент був спрямований на оцінку ефективності програми фітнес-занять з використанням засобів спортивних танців, тривалість перетворювального педагогічного експерименту склала 9 місяців. Соціологічні методи дослідження (анкетування батьків дітей старшого дошкільного віку, залучених

до дослідження, $n = 65$) було проведено з метою оцінки передумов залучення дітей старшого дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців.

У роботі застосовано статистичні методи дослідження: статистичний аналіз даних, отриманих в процесі педагогічного експерименту, що передбачав первинний аналіз отриманих емпіричних даних із використанням описової статистики, вибіркового методу; оцінку узгодженості отриманих даних закону нормального розподілу із використанням критерію згоди Шапіро-Уїлка; визначення статистично значущих відмінностей між вибірками здійснювалося на основі параметричних та непараметричних критеріїв на рівні значущості $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$). У дослідженні емпіричні дані, які підпорядковувались нормальному закону розподілу, представлено у вигляді середнього значення й стандартного відхилення ($\bar{x}; S$), а інші – у вигляді медіани та 25 і 75-го персентиля (Me; 25 %; 75 %). Використання даних методів математичної статистики дозволило провести обробку емпіричних даних, сприяло їх інтерпретації, формулюванню висновків. Систематизацію матеріалу та первинну математичну обробку виконували із використанням програмних пакетів MS Excel (Microsoft, США), Statistica 8.0 (StatSoft, США).

Наукова новизна роботи полягала у тому, що:

– уперше визначено передумови залучення дітей дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців та визначено основні групи мотивів до занять (здоров'язбережувальні, естетичні, соціальні та особистісні);

– уперше теоретично обґрунтовано і розроблено фітнес-програму з елементами спортивного танцю для дітей старшого дошкільного віку, яка побудована за блочним принципом і включає хореографічний, коригувальний, ігровий, танцювальний, змагальний блоки та містить такі структурні компоненти: використання базових та допоміжних фігур спортивного танцю; застосування засобів і методів оздоровчого фітнесу, доступних для старших дошкільнят для підвищення ефективності навчання танцювальним рухам; критерії результативності;

– уперше встановлено взаємозв'язок між заняттями батьків оздоровчим фітнесом та їх стимулюванням дітей до оздоровчих занять з елементами спортивного танцю; визначено чинники, що заважають ефективній оздоровчій діяльності дітей старшого дошкільного віку,

основними з яких є надмірні фізичні навантаження, неналежне програмно-методичне забезпечення занять з елементами спортивних танців;

– дістали подальшого розвитку наявні напрацювання щодо організації оздоровчих занять з дитячим контингентом в умовах танцювальних клубів та фітнес-центрів на підставі комплексного використання традиційних та інноваційних засобів оздоровчого фітнесу та спортивних танців для підвищення показників фізичного стану, покращення рівня стану біогеометричного профілю постави, фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку;

– розширено уявлення про необхідність підвищення рівня теоретичної поінформованості батьків з питань здорового способу життя і рухової активності дітей дошкільного віку.

Практична значущість роботи полягає в розробці фітнес-програми з елементами спортивних танців, яка ґрунтується на вивченні показників фізичного стану та мотиваційних пріоритетів дітей старшого дошкільного віку. Результати дослідження впроваджено в практику роботи клубу спортивного танцю «Супаданс», асоціації спортивного танцю м. Києва, ДЮСШ з танцювальних видів спорту «Супаданс», мережі фітнес-клубів «СпортЛенд» (ТОВ «Прайм Тайм Фітнес») та в навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України, Класичного приватного університету, що підтверджено відповідними актами.

Особистий внесок здобувача у спільних публікаціях полягає в теоретичній розробці та обґрунтуванні основних ідей і положень дисертаційного дослідження, у формуванні теми, мети і завдань, пошуку, вивченні, аналізі та узагальненні літературних джерел, у відборі та апробації методів дослідження, у розробці фітнес-програми з використанням засобів спортивних танців, кількісному і якісному аналізі отриманих результатів, узагальненні отриманих даних, підготовці публікацій до друку. Внесок співавторів публікацій окреслений участю в організації досліджень окремих наукових напрямів, допомогою в обробці матеріалів дослідження, їхньому частковому обговоренні, оформленні публікацій.

Оцінка змісту дисертації, її завдання в цілому та ідентичності змісту автореферату і основних положень дисертації. Дисертація складається з переліку умовних позначень, вступу, п'яти розділів та висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний

обсяг дисертації становить 219 сторінок. Робота містить 22 таблиці та 47 рисунків. У бібліографії подано 208 наукових джерел. Автореферат відповідає змісту дисертації і розкриває основні положення дисертації

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, вказано на зв'язок роботи з науковими планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, основні методологічні засади дослідження; розкрито науковуновизну та практичну значущість одержаних результатів, визначено особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві наукових працях; подано інформацію про апробацію і впровадження результатів дослідження, окреслено етапи дослідження та визначено кількість публікацій автора за темою дисертації.

У першому розділі **«Сучасні підходи до організації оздоровчих занять дітей старшого дошкільного віку з використанням інноваційних напрямів дитячого фітнесу»** проведено аналіз науково-методичної літератури та документальних матеріалів із досліджуваної проблеми, як серед вітчизняних, так і серед зарубіжних практик.

Авторкою проаналізовано теоретико-методичні особливості організації фітнес занять з дітьми старшого дошкільного віку та визначено, що значним чинником покращення здоров'я є раціональна побудова рухового режиму. Проте автор зазначає про недостатню визначеність змісту і параметрів рухової активності дітей старшого дошкільного віку.

Значна увага в даному розділі приділяється вивченню інноваційних підходів, щодо використання фітнес технологій у процесі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. Вдосконалення системи оздоровчо-рекреаційних занять можливо на основі розширення видів рухової активності, впровадження сучасних форм і методів занять фізичними вправами.

Особливий інтерес представляє використання елементів оздоровчого фітнесу, які сприяють всебічному гармонійному розвитку особистості дитини через зміцнення здоров'я, залучення до здорового способу життя засобами спортивних танців. Саме за допомогою спортивних танців у дошкільному віці відбувається формування основ культури руху, зміцнення опорно-рухового апарату, серцево-судинної та дихальних систем, виховання стійкого інтересу і потреби до занять фізичними вправами та вдосконалення почуття ритму. Дисертанткою розкрито використання елементів хореографії та танців в процесі фітнес занять зі старшими дошкільниками.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» описано основні методи дослідження, що доповнюють один одного та відповідають специфіці об'єкта та предмета дослідження, його меті та завданням.

Для вирішення поставлених у роботі завдань використовувалися такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та документальних матеріалів; соціологічні методи; антопометричні методи; метод візуального аналізу; фізіологічні методи дослідження; педагогічні методи дослідження; методи математичної статистики. У дослідженні брали участь діти 5-6-го років життя (80 осіб констатувальному дослідженні та 45 перетворювальному експерименті) та їх батьки (65 осіб). Відповідно до поставлених завдань дисертаційна робота виконувалася протягом 2014-2020 рр.

У дослідженнях брали участь діти дошкільного віку (5–6 року життя). Представлений контингент дошкільників був задіяний у дослідженні добровільно при письмовій згоді батьків на участь у всіх етапах педагогічного експерименту, а також на подальший аналіз й оприлюднення їх особистих даних під час розгляду та висвітлення результатів дослідження. У констатувальному дослідженні взяли участь 80 дітей 5–6 років та 65 батьків. До перетворювального експерименту було залучено 45 дітей старшого дошкільного віку. Дослідження передбачало чотири етапи науково-педагогічного пошуку.

На першому етапі (жовтень 2014 – грудень 2016) було обрано наукову проблему дослідження, вивчено та опрацьовано джерела спеціальної літератури з питань підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності дітей, особливостей побудови фітнес-програм для дітей старшого дошкільного віку та можливості і доцільності використання елементів спортивних танців для підвищення показників фізичного стану. Вивчався вітчизняний і зарубіжний досвід організації оздоровчих занять з даним контингентом, розглядалися інновації у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Здійснювалася систематизація та первинне узагальнення результатів аналізу. Узгоджувалася стратегія та дизайн дослідження, що знайшло відображення в обґрунтуванні і плануванні обраного напрямку дослідження, формувалися та уточнювалися об'єкт, предмет, мета, завдання дослідження, визначалися адекватні методи для вирішення поставлених завдань, які були апробовані на етапі попередніх експериментів. Детально

розроблялася програма подальшої дослідницької роботи та індивідуальні карти обстеження.

На другому етапі (січень 2017 – червень 2018) було організовано і проведено констатувальний педагогічний експеримент, який полягав у вивченні показників фізичного стану: фізичного розвитку (оцінка соматоскопічних, соматометричних та фізіометричних показників), функціонального стану кардіореспіраторної системи, фізичної підготовленості, фізичної роботоздатності. У дослідженнях взяли участь 80 дітей 5–6 років. Було проведено анкетування батьків дітей, які займалися спортивними танцями. Всього до опитування було залучено 65 батьків.

Паралельно із дослідженням особливостей показників фізичного стану дітей старшого дошкільного віку велася робота в напрямі розроблення програми занять оздоровчим фітнесом з елементами спортивних танців для дітей даної вікової групи. Було розроблено фітнес-програму з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку. Теоретичні розвідки першого етапу дослідження дозволили припустити, що спортивні танці можуть бути ефективними для покращення показників фізичного та емоційного стану дітей старшого дошкільного віку. Також на цьому етапі здійснювалося узагальнення отриманих емпіричних результатів дослідження, їх аналітичне опрацювання.

На третьому етапі дослідження (липень 2018 – серпень 2019 р.) здійснювався перетворювальний педагогічний експеримент, під час якого впроваджено експериментальну програму занять оздоровчим фітнесом з використанням засобів спортивних танців та визначено її ефективність. У дослідженнях на цьому етапі брали участь 45 дітей старшого дошкільного віку. Також на третьому етапі узагальнювалися та інтерпретувалися дані дослідження. Формулювалися основні висновки за матеріалами проведеного дослідження. Широко апробувалися результати експериментальної роботи через написання наукових статей у фахових журналах України та доповіді на міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференціях.

На четвертому етапі (вересень 2019 р. – грудень 2020 р.) були проаналізовані отримані результати, уточнені питання організації занять дитячим фітнесом та розроблені методичні підходи до побудови занять з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку, узагальнено та систематизовано результати всіх етапів дослідження,

проведено статистичну обробку отриманих даних, обговорено й інтерпретовано їх; сформульовано висновки, розроблено практичні рекомендації, структурно та стилістично оформлено текст дисертації. Підготовлено дисертаційну роботу до апробації та захисту.

У третьому розділі **«Передумови залучення дітей старшого дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців та характеристика показників їх фізичного стану»** подані дані констатувального педагогічного експерименту.

Розглянуто передумови залучення дітей дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців. Визначено взаємозв'язок між заняттями батьків оздоровчим фітнесом та їх стимулюванням дітей до оздоровчих занять з елементами спортивного танцю. Охарактеризовано чинники, що заважають ефективній оздоровчій діяльності дітей старшого дошкільного віку з елементами спортивного танцю, основними з яких є форсування спортивної підготовки, надмірні фізичні навантаження, неналежна організація програмно-методичного забезпечення. Серед провідних мотивів на думку батьків визначено здоров'ятворчі, естетичні, соціальні та особистісні групи мотивів.

Оцінено показники фізичного стану дітей старшого дошкільного віку. Отримані дані порівнювались із віковими стандартами. Визначено, що у дітей дошкільного віку спостерігається погіршення постави дітей шестирічного віку. Авторка наголошує, що на даний факт слід звернути увагу при розробці програми оздоровчих занять.

Визначено стан біогеометричного профілю постави дітей старшого дошкільного віку та оцінку рівня розвитку фізичних якостей дітей 5-6 років, які займаються спортивними танцями.

За результатами проведеного дослідження встановлено, що за більшістю показників фізичної підготовленості досліджуваний контингент характеризується гетерохронністю розвитку фізичних якостей. В той же час зазначається, що показники фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку практично співпадають, відтак статистично значуще не відрізняються ($p > 0,05$).

Отримані дані констатувального експерименту слугували основою для розробки фітнес-програми з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку.

У четвертому розділі «**Обґрунтування та розробка програми фітнес-занять на основі використання засобів спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку**» представлено обґрунтування підходів щодо удосконалення організаційно-методичного забезпечення програми фітнес-занять на основі використання засобів спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку та результати перетворювального педагогічного експерименту.

В даному розділі авторкою представлені розробка та впровадження фітнес-програми з елементами спортивних танців. Представлена програма фітнес-занять з використанням засобів спортивних танців саме для дітей 5-6 років. Програма включала 3 періоди: підготовчий, основний та підтримуючий та містила декілька блоків, спрямованих на покращення постави дітей старшого дошкільного віку, підвищення результатів фізичної підготовленості, формування мотивації дітей до регулярних занять руховою активністю, дотримання рекомендацій по веденню здорового способу життя, естетичне виховання. На кожному етапі розробленої програми було застосовано адекватні методи лікарсько-педагогічного контролю, які дозволили здійснювати моніторинг показників фізичного стану та можливість вносити корективи у програму.

Означено дисертанткою вплив оздоровчих занять спортивними танцями за авторською програмою на фізичний стан дітей старшого дошкільного віку. Після перетворювального педагогічного експерименту (впродовж 9 місяців) було доведено ефективність розробленої програми занять з використанням засобів спортивних танців. Визначено ефективність фітнес-програми з елементами спортивних танців щодо розвитку фізичних якостей дітей 6 років. Покращення відбулися за рівнем біогеометричного профілю постави, показників функціонального стану дихальної системи, фізичної підготовленості дітей 6 років, а саме, координаційних здібностей, гнучкості, витривалості. Спостерігаються достовірні зміни у показниках естетичного виховання формування мотивації дітей до оздоровчих занять та підвищенні рівня рухової активності.

Організаційно-методичне супроводження розробленої програми також включало рекомендації до підготовки тренерів дитячого фітнесу, залучених до проведення цієї програми.

У п'ятому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**» розкривається аналіз та узагальнення отриманих результатів. Його зміст

описує одержані результати через призму загальновідомих теоретичних й методичних положень, дає їм обґрунтування та оцінює їх наукову новизну та практичну значущість. За результатами дослідження отримано три групи даних:

– підтверджено дані щодо зниження показників морфофункціонального стану дітей старшого дошкільного віку через залежність від «екранних» технологій, нездорове харчування, недостатню рухову активність (О. Богініч, 2012; А. В. Гакман, В. А. Ужвенко, 2019; Н. С. Полька, 2013; О. І. Юрчук, 2019; Z. Gao, T. Zhang, D. Stodden, 2013);

– підтверджено дані науковців про значний інтерес до розробки та впровадження інноваційних технологій у процес оздоровчих занять старших дошкільників, заснованих на різних видах рухової активності (Н. В. Москаленко, О. М. Демідова, 2016; В. В. Петрович, 2010; Р. О. Сухомлинов, 2020; П. О. Чередниченко, 2018), значну популярність засобів оздоровчого фітнесу (М. В. Антипина, 2019; В. В. Борисова зі співат., 2019; Н. Э. Власенко, 2019; А. А. Нечитайлова, Н. С. Полунина, М. А. Архипова, 2017; Э. Г. Сайкина, 2009; О. А. Томенко, А. Ю. Старченко, 2016), зокрема спортивних танців серед дитячого контингенту (D. Chatzopoulos, G. Doganis, I. Kollias, 2018);

– дістали подальшого розвитку наявні напрацювання (О. Калужна, І. Соронович, 2016; О. В. Мартиненко, 2014; Н. Москаленко, О. Демідова, В. Бодня, 2019; А. С. Шевчук, 2011; Л. Н. Эйдельман, 2012) щодо організації оздоровчих занять з дитячим контингентом в умовах танцювальних клубів та фітнес-центрів на підставі комплексного використання традиційних та інноваційних засобів оздоровчого фітнесу та спортивних танців для підвищення рівня фізичного здоров'я, покращення рівня стану біогеометричного профілю постави, фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку.

До нових результатів роботи належить: теоретичне обґрунтування та реалізація комплексного підходу до побудови програми занять оздоровчим фітнесом з елементами спортивних танців, який базується на єдності цілей, завдань, змісту і методів зазначених форм занять та їх взаємодії з позицій цілісності і системності; визначення передумов залучення дітей дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців (здоров'ятворчі, естетичні, соціальні та особистісні); теоретичне обґрунтування фітнес-програми з елементами спортивного танцю для дітей

старшого дошкільного віку.

Загалом дисертаційна робота Чеверди Анастасії Олегівни «Побудова фітнес-програми з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку» написана українською мовою із дотриманням наукового стилю, що відзначається адекватним застосуванням термінологічного апарату. Робота є цілісною і характеризується тематичною повнотою та розкриттям головної наукової ідеї автора. Надалі у роботі наукові та практичні положення логічні та достатньо обґрунтовані. Викладені ідеї та розробки, що належать співавторам чи іншим авторам, та критичний аналіз наукових поглядів інших авторів мають посилання на джерела.

Зміст автореферату відповідає основним положенням дисертації.

В цілому позитивно оцінюючи дисертацію, слід відзначити окремі недоліки та зауваження:

1. В розділі 1.2. «Інноваційні підходи до використання фітнес технологій в процесі фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку» бажано було б представити порівняльний аналіз вітчизняних та закордонних практик щодо використання фітнес технологій для дітей старшого дошкільного віку.

2. У розділі 2.1.4. «Метод візуального аналізу стану біогеометричного профілю постави» не розкрито як саме відбувається аналіз – не описано. Тому виникає питання, чим обумовлено вибір саме цього методу.

3. У змістовному наповненні опису авторської технології дещо обмежено представлена інформація щодо етапності та послідовності її реалізації. Логічно було представити на рис. 4.1.

4. Таблиці 4.2-4.5, яких об'єм понад 1 сторінку, варто представляти у додатках.

У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:

5. У 4 розділі, у таблиці 4.3 вами визначені кроки та фігури, які застосовуються у програмі. Скажіть, будь ласка, чому саме ці кроки та фігури обрані для побудови вашої програми, чим ви керувалися, обираючи їх?

6. На третьому етапі дослідження здійснювався перетворювальний педагогічний експеримент, під час якого впроваджено експериментальну програму занять оздоровчим фітнесом з використанням засобів спортивних танців та визначено її ефективність. У дослідженнях на цьому етапі брали участь 45 дітей старшого дошкільного віку. Охарактеризуйте детальніше

контингент, який залучався до дослідження: чи займалися раніше спортивними танцями, чи були запрошені саме до занять за розробленою вами програмою?

7. Серед критеріїв ефективності розробленої програми Вами виділено: рівень стану біогеометричного профілю постави, гармонійність фізичного розвитку, гармонійність показників морфо-функціонального стану, гармонійність показників фізичної підготовленості та роботоздатності, засвоєння елементів спортивних танців, музичність, техніка виконання танцювальних рухів, інтерес до занять. Розкрийте більш детально як визначали ефективність техніка виконання танцювальних рухів для дітей старшого дошкільного віку.

Проте вказані зауваження не впливають на загальне позитивне враження від роботи та не знижують наукову і практичну значущість отриманих результатів дослідження.

Висновок. За актуальністю порушеної проблеми, новизною отриманих результатів та практичним значенням дисертація Чеверди Анастасії Олегівни «Побудова фітнес-програми з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку» відповідає вимогам пп. 9, 11 «Порядку присудження наукових ступенів», затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України від 24 липня 2013 р. №567 (зі змінами), а також профілю спеціалізованої вченої ради і паспорту спеціальності, а її автор заслуговує на присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.

Офіційний опонент:

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент, доцент кафедри теорії та
методики фізичного виховання і спорту
Чернівецького національного університету
імені Юрія Федьковича

Гакман Анна Вікторівна