

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу Дем'янчук Олени Григорівни «Корекція фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму», представлену на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Актуальність обраної теми дисертації. Перебудова освітнього процесу в школі потребує пошуку нових форм і методів фізичного виховання школярів в інтересах формування знань, навичок і вмінь самостійно організовувати фізкультурно-оздоровчу та рекреаційну діяльність, опікуватися своїм фізичним станом. Проблеми вдосконалення системи фізичного виховання учнівської молоді набувають особливої актуальності за нових соціально-економічних умов. Критичний стан здоров'я учнівської молоді в Україні є відображенням складної соціально-економічної та політичної ситуації на фоні високого рівня захворюваності школярів, низького рівня їх рухової активності та мотивації до систематичних фізкультурно-оздоровчих занять.

Спортивний туризм посідає особливе місце в системі оздоровчої рухової діяльності. Він, передусім, покликаний сприяти вихованню в підростаючого покоління потреби дотримання здорового способу життя, збереження навколишнього природного середовища, духовних і фізичних якостей та пізнавальних інтересів. Упродовж останніх років науковим співтовариством накопичено значний досвід із питань корекції фізичного стану школярів засобами туризму, але ці розробки стосуються переважно молодшого шкільного віку.

Таким чином, можна констатувати, що істотні переваги та можливості, закладені у позакласній роботі з фізичного виховання, сприяючи поліпшенню розумової працездатності, фізичної підготовленості, рухової активності й розвитку особистості в цілому, не отримали належного висвітлення, оцінки і теоретичного обґрунтування.

Важливо зазначити, що тема, яку дисертант обрав для дослідження, обрана відповідно до Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури та спорту на 2011–2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту 3.7 «Удосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні й реабілітації з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини» (номер державної реєстрації 0111U001734) і Планів науково-дослідної роботи Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки на 2015–2017 рр. за темою «Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізичної активності різних груп населення» (номер державної реєстрації 0115U002344) і на 2018–2023 рр. за темою «Сучасні технології формування та збереження здоров'я різних груп населення засобами оздоровчої рухової активності» (номер державної реєстрації 0118U004196), а також за темою «Вплив фізичної активності на якість життя різних груп населення» (номер державної реєстрації 0119U001191).

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна, повнота їх викладу в опублікованих працях.

Дисертаційна робота Дем'янчук Олени Григорівни містить наукову новизну, розкриває актуальну проблему сучасної науки в фізичному вихованні.

Наукова новизна. На наш погляд, найбільш вагомим науковим доробком, отриманим автором, є теоретично обґрунтована технологія корекції фізичного стану школярів 15–16 років із застосуванням засобів спортивного туризму, яка враховує передумови виконання оздоровчої та корекційної діяльності, що покладені в основу мети, завдань, принципів, методів й умов її реалізації; діагностику фізичного стану; програму корекції фізичного стану, що містить інформаційно-теоретичний та практичний модулі; засоби й методи з їх запровадженням у позакласні та гурткові заняття з туризму, а також критерії ефективності. Заслуговує на увагу те, що в роботі вперше визначено й обґрунтовано підходи до диференціації засобів спортивного туризму залежно від показників фізичного стану та технічної підготовленості учнівської молоді

15–16 років для адекватного планування занять зі спортивного туризму; виявлено й обґрунтовано взаємозв'язок показників фізичного стану та технічної підготовленості зі спортивного туризму школярів 15–16 років.

Розроблено та апробовано авторську програму як елемент **практичної реалізації** технології корекції фізичного стану школярів засобами спортивного туризму, що містить два модулі – інформаційно-теоретичний і практичний, – складовими частинами яких є техніка туризму: робота з мотузками, в'язання вузлів, наведення й проходження технічних етапів, заняття на стаціонарних смугах перешкод, техніка безпеки; техніка орієнтування: рух по азимуту, рух по лінії, рух у заданому напрямку, визначення відстані; фізична підготовка: загальна та спеціальна; це також передбачає контроль і самоконтроль на кожному етапі її реалізації. Результати дослідження доцільно застосовувати під час занять гуртків із туризму та позакласних занять із фізичної культури.

Основні положення дисертаційної роботи впроваджено в навчальний процес Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського, Національного університету водного господарства та природокористування, у курси лекцій і практичних занять для студентів, також у навчально-виховний процес загальноосвітніх шкіл Волинської області й в опорний заклад освіти «Заклад загальної середньої освіти I–III ступенів № 4 м. Ківерці Волинської області», у позакласні заняття з фізичної культури та гурткові заняття з туризму, про що свідчать акти впровадження.

Детальне ознайомлення з дисертацією Дем'янчук Олени Григорівни дає підстави стверджувати, що підхід здобувачки до наукової роботи відзначається фундаментальністю та ґрунтовністю дослідження. Варто відзначити чітку структуру роботи та логічність її викладу.

Основні положення дисертації у повній мірі викладені у 12 наукових працях, сім із яких – у фахових виданнях України, дві з котрих увійшли до міжнародної наукометричної бази даних, одна – закордонна публікація, дві –

праці апробаційного характеру та дві – додатково відображають наукові результати дисертації.

Автором належним чином визначено мету, об'єкт, предмет і завдання дослідження, яким відповідають адекватно підібрані методи науково-педагогічного пошуку, що уможливили наукове обґрунтування теоретичних положень. Обґрунтованість наведених у дисертації положень, висновків, рекомендацій зумовлена тим, що здобувач адекватно використав різноманітні сучасні методи наукових досліджень.

Дисертація характеризується глибоким розкриттям досліджуваної проблеми, самостійністю у підходах до їх висвітлення.

Оцінка змісту дисертації, її завершення в цілому та ідентичності змісту автореферату й основних положень дисертації. Дисертація складається з переліку умовних позначень, вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 234 сторінки. Дисертація містить 30 таблиць і проілюстрована 34 рисунками. У роботі використано 235 джерел наукової й спеціальної літератури.

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, указано на зв'язок роботи з науковими планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичну значущість одержаних результатів; означено особистий внесок дисертанта в опублікованих у співавторстві наукових працях; подано інформацію про апробацію й упровадження результатів дослідження; окреслено його етапи та наведено дані про кількість публікацій здобувача за темою дисертаційної роботи.

У **першому розділі** «Сучасний стан розробленості проблеми корекції фізичного стану учнівської молоді в процесі фізичного виховання» здійснено аналіз науково-методичної літератури з досліджуваної проблеми.

Репрезентовано дані про фізичний стан учнівської молоді в дискурсивному полі наукового знання. Висвітлено сучасні підходи щодо корекції фізичного

стану учнівської молоді в процесі фізичного виховання. Здійснено узагальнення доступної науково-методичної літератури, яка розкриває особливості організації занять оздоровчо-рекреаційної рухової активності з учнівською молоддю з використанням засобів спортивного туризму. Ґрунтовний аналіз наукової літератури засвідчив, що наведені дані підтверджують соціальну значимість розв'язання зазначеної проблеми, її недостатню розробленість, що зумовило вибір напряму дослідження.

У **другому розділі** «Методи та організація дослідження» наведено методи, етапи дослідження та відомості про контингент учасників дослідження. У дослідженнях застосовано значний діапазон теоретичних та експериментальних методів дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури й інформаційних джерел мережі Інтернет; вкопіювання; соціологічні (анкетне опитування); педагогічні методи (педагогічне тестування, педагогічний експеримент); методи антропометрії, фізіометрії; метод індексів, який дав можливість отримати показники, що покладені в основу визначення фізичного здоров'я за методикою Г.Л. Апанасенка; Фремінгемська методика для визначення добової рухової активності; методи математичної статистики.

Дисертаційна робота виконувалася у період з 2012 по 2020 р.р. в чотири етапи.

У **третьому розділі** «Характеристика фізичного стану та технічної підготовленості зі спортивного туризму школярів 15–16 років» представлено дані констатувального експерименту.

Дослідження показників фізичного стану школярів 15–16 років, проведене на етапі констатувального експерименту, виявило, що:

- серед хлопців 15 років максимальний відсоток (70,97 %) віднесено до середнього рівня фізичного розвитку, у той час як найбільші частки в дівчат у 35,71 % сконцентровано на нижчому від середнього й середньому рівнях. При цьому серед хлопців жоден не характеризується низьким рівнем фізичного розвитку, а з-поміж дівчат таких виявлено 21,44 %. Також серед школярів цього віку виявлено 12,90 % хлопців і 7,14 % дівчат, які відзначаються вищим від

середнього рівнем розвитку; у 16-річному віці хлопці характеризуються вищим за середній (52,0 %) та середнім (44,00 %) рівнями фізичного розвитку й лише в 4,00 % зареєстровано нижчий від середнього рівень фізичного розвитку. Водночас частки дівчат із середнім і нижчим від середнього рівнями розподілилися однаково – по 50,00 %;

- максимальну частку підлітків із середнім рівнем фізичного здоров'я виявлено з-поміж хлопців 16 років, вона становила 44,00 %, що на 11,74 % більше, порівняно з 15-річними, у яких відсоток осіб із середнім рівнем становив 32,26 %. Порівняно з 15-річними хлопцями, частка підлітків 16 років із низьким рівнем фізичного здоров'я скоротилася на 14,58 %, а з нижчим від середнього – навпаки, зросла на 2,84 %; серед дівчат 16 років зафіксовано 41,67 % таких, які характеризуються середнім рівнем фізичного здоров'я, що на 27,38 % більше, ніж у дівчат 15 років. Максимальна частка підлітків із нижчим від середнього рівнем зосереджена серед дівчат 15 років – 57,14 %, а в 16-річних вона скоротилася на 7,14 %. Із низьким рівнем здоров'я виявлено 28,57 % дівчат 15 років, що на 20,24 % більше, ніж у 16 років; жоден з обстежених, незалежно від статі, не характеризувався вищим за середній рівнем фізичного здоров'я; статистичну значущість ($p > 0,05$) задекларованих змін довести не вдалося;

- встановлено, що в 15-річних хлопців і дівчат переважають базовий та малий рівні рухової активності в такому співвідношенні: у хлопців – 525,0 (470,0; 600,0) хв і 475,0 (390,0; 580,0) хв, у дівчат – 605,0 (510,0; 690,0) хв та 550,0 (475,0; 640,0) хв. У підлітків 16 років показники базового й малого рівнів рухової активності становлять у хлопців 540,0 (490,0; 600,0) хв та 540,0 (405,0; 582,0) хв, у дівчат – 595,0 (450,0; 630,0) хв і 497,5 (437,5; 612,5) хв. Статистично значущих ($p > 0,05$) відмінностей не встановлено. Водночас для хлопців 16 років характерні статистично значуще ($p < 0,05$) більші показники високого рівня РА;

- у процесі аналізу рівня фізичної підготовленості підлітків за показниками рівнів розвитку фізичних якостей з'ясовано перевагу більшої

кількості школярів 15–16 років із середнім та достатнім рівнями як серед хлопців, так і серед дівчат.

Технічна підготовленість у хлопців із 15 до 16 років статистично значуще ($p < 0,05$) зростає за всіма досліджуваними показниками за винятком «визначення відстані» й «руху по лінії», де статистично значущих ($p > 0,05$) відмінностей між результатами не встановлено. У дівчат 16 років усі показники технічної підготовленості статистично значуще ($p < 0,05$) вищі, ніж у дівчат 15 років за винятком «визначення відстані» та «руху по лінії».

Узагальнення результатів факторного аналізу показників фізичного стану й технічної підготовленості зі спортивного туризму школярів 15–16 років засвідчило, що в хлопців 15 років виокремлено два фактори, які описують 64,67 % загальної дисперсії, а в дівчат цього самого віку – три фактори з 69,54 % внеску в загальну дисперсію.

У **четвертому розділі** «Обґрунтування та оцінка ефективності технології корекції фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму» детально розглянуто передумови обґрунтування й розробки авторської технології.

На основі проведеного констатувального експерименту Дем'янчук О. Г. теоретично обґрунтовано й розроблено технологію корекції фізичного стану школярів 15–16 років із використанням засобів спортивного туризму, яка включає мету, завдання, принципи, методи, діагностику фізичного стану, умови реалізації, програму корекції фізичного стану, що містить інформаційно-теоретичний і практичний модулі, складовими частинами яких є *техніка туризму*: робота з мотузками, в'язання вузлів, наведення та проходження технічних етапів, заняття на стаціонарних смугах перешкод, техніка безпеки; *техніка орієнтування*: рух по азимуту, рух по лінії, рух у заданому напрямку, визначення відстані; *фізична підготовка*: загальна й спеціальна, контроль та самоконтроль на кожному етапі її реалізації, а також критерії ефективності (зміни показників фізичного розвитку, фізичного здоров'я, даних фізичної підготовленості, а також технічної підготовленості зі спортивного туризму).

Упровадження розробленої авторської технології в процес фізичного виховання загальноосвітньої школи дало змогу досягти впродовж перетворювального експерименту позитивної динаміки за показниками:

- статистично значуще ($p < 0,05$) збільшення рівня оцінки фізичного здоров'я підлітків 15–16 років у кожній із віково-статевих груп. Так, відбулися позитивні зміни в розподілах підлітків за рівнями фізичного здоров'я: на 45,16 % ($p < 0,05$) збільшилася частка хлопців 15 років із середнім і на 22,58 % зменшилася частка дівчат 15 років із низьким рівнем фізичного здоров'я. Простежено скорочення на 44,0 % ($p < 0,05$) частки хлопців 16 років із нижчим за середній та збільшення на 50,0 % ($p < 0,05$) дівчат 16 років із середнім рівнями фізичного здоров'я;

- статистично значуще ($p < 0,05$) вдосконалення всіх показників фізичного здоров'я хлопців 15–16 років. Так, відбулося зростання характеристик життєвого та силового індексу, а також оцінки відповідності маси довжині їхнього тіла й зменшення індексу Робінсона та індексу Руф'є (причому для обох вікових груп характерним було максимальне зниження індексу Руф'є (23,02 % у 15 і 22,41 % у 16-річних хлопців), що свідчить про значне підвищення їхньої фізичної працездатності);

- у дівчат 15–16 років відбулося статистично значуще ($p < 0,05$) збільшення оцінки відповідності маси довжині тіла, а також статистично значуще ($p < 0,05$) зменшення життєвого індексу й індексу Руф'є, що вказує на покращення зазначених показників їхнього фізичного здоров'я;

- у підлітків 15–16 років також статистично значуще ($p < 0,05$) поліпшились усі показники фізичної підготовленості, за винятком результатів тестової вправи «піднімання в сід за 1 хв», де в дівчат 16 років статистично значущих ($p > 0,05$) відмінностей наприкінці експерименту не встановлено. Водночас у хлопців 15 років максимальний приріст зафіксовано за даними статичної рівноваги в тестах із відкритими (19,9 %) й закритими очима (18,4 %), а також значний приріст показника сили (15,82 і 13,44 %); у дівчат 15 років максимальний приріст показника сили (38,1 %), а також значний приріст

за даними статичної рівноваги в тесті з відкритими очима (21,1 %); у хлопців 16 років максимальний приріст виявлено за показниками статичної рівноваги в тесті з відкритими очима (34,74 %) й сили (32,55 %); у дівчат максимальний приріст показника сили (27,29 і 31,15 %).

Технічна підготовленість підлітків 15–16 років за період експерименту статистично значуще ($p < 0,05$) зростала за всіма досліджуваними показниками:

- у хлопців 15 років найбільше вдосконалення відбулося за показником тесту «підйом траверс–спуск», де скорочення часу подолання дистанції в середньому становило 15,48 %;

- у хлопців 16 років, на відміну від 15-річних, найбільше вдосконалення спостерігали за показником тесту «в'язання вузлів», де зафіксовано скорочення часу в середньому 12,78 %;

- у дівчат обох вікових груп максимальне поліпшення відбулось у тесті «підйом траверс–спуск»: у 15-річних школярок зменшення часу за виконанням цього тесту в середньому становило 21,5 %, а в 16 років скорочення часу в середньому дорівнювало 16,65 %.

Результати перетворювального експерименту підтвердили доцільність розробленої авторської технології.

У **п'ятому розділі** «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» представлено три групи даних: ті, які підтверджують, доповнюють наявні розробки та абсолютно нові результати з проблеми дослідження, які окреслюють ступінь вирішення завдань дисертаційної роботи.

Ознайомлення з текстом автореферату дисертації дає підстави стверджувати, що за структурою та змістом він відповідає вимогам, що висуваються МОН України. У тексті автореферату відображено основні положення, зміст, результати і висновки здійсненого О. Г. Дем'янчук дисертаційного дослідження. Наголосимо, що зміст автореферату та основні положення дисертації є ідентичними.

Дискусійні положення та зауваження. Позитивно оцінюючи дисертаційне дослідження О. Г. Дем'янчук, вважаємо за необхідне висловити такі зауваження та побажання:

1. У першому розділі дисертації Ви розглядаєте проблему моніторингу фізичного стану в аспекті його трактувань різними авторами. Яке його трактування, на Вашу думку, є найбільш актуальним для запропонованої Вами технології і чому?

2. Таблиці 2.9 та 3.3 дублюють одна одну. З нашої точки зору доцільно було б подати надану інформацію у другому розділі, а у третьому лише посилатись на неї.

3. У своєму дослідженні Ви використовуєте Фремінгемську методику визначення добової рухової активності. Водночас Ви визначаєте добову рухову активність лише на етапі констатувального експерименту. Виникає питання – чому Ви не проводили аналогічне дослідження по завершенню перетворювального експерименту?

4. Під час проведення анкетування, з метою виявлення пріоритетних видів рухової активності Ви пропонуєте лише туризм, легку атлетику, фітнес та спортивні ігри. На нашу думку, доцільно було би розширити цей перелік?

5. У розробленій Вами технології передбачено застосування колового тренування на місцевості та у приміщенні. Уточніть, будь ласка, які саме етапи техніки туризму Ви використовували у приміщенні і чому саме цим етапам Ви надавали перевагу?

6. У Вашій технології, у блоці «Техніка туризму» окремим пунктом Ви виділяєте техніку безпеки. Обґрунтуйте, будь ласка, чим це обумовлено?

7. Під час проведення колового тренування на місцевості Ви використовуєте етап «орієнтування у заданому напрямку». Як це узгоджується з тривалістю заняття, адже цей вид рухової активності передбачає наявність спортивної карти місцевості?

8. У четвертому розділі, під час аналізу ефективності впровадження Вашої технології, Ви засвідчуєте приріст показників технічної підготовленості у підлітків в тестах «підйом траверс–спуск» та «в'язання вузлів». Чим, на Вашу думку, зумовлений максимальний приріст саме цих показників?

9. У тексті дисертації подекуди зустрічається термін «хлопчики». З нашої точки зору, його було би доцільно замінити терміном «хлопці», що більш відповідає віковому періоду 15-16 років.

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 Дем'янчук Олени Григорівни «Корекція фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму» відповідає вимогам п. 11 Порядку присудження наукових ступенів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 24.07.2013 р. № 567 (зі змінами), а її авторка заслуговує присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.

Офіційний опонент:

доктор наук з фізичного виховання

та спорту, професор, завідувач кафедри спортивної медицини

Національного університету фізичного

виховання і спорту України

С.М. Футорний
С.М. Футорний

Підпис С.М. Футорного засвідчую:

вчений секретар НУФВСУ



Г.С. Машеренкова
Г.С. Машеренкова

Відгук отримано
18.07.2021 р. М.С.М.