

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. На сьогодні в Україні спостерігається помітне зниження рівня залучення різних категорій населення до систематичних занять різними видами рухової активності, що обумовлено багатьма причинами: вже майже рік ми живемо в умовах пандемії, практично повністю відсутня пропаганда здорового способу життя в засобах масової інформації, малоефективними є економічні важелі заохочення до занять руховою активністю, а також згортанням форм активного відпочинку в закладах освіти та рекреаційних установах. І як наслідок, постає проблема зростання рівня дитячої захворюваності, поширення гіпокінезії серед учнівського контингенту та зниження загального рівня їх фізичного здоров'я. Вирішенням цієї проблеми, на думку багатьох науковців, може стати введення нетрадиційних форм фізичного виховання в практику системи навчання і виховання школярів, прикладом яких можуть бути заходи зі спортивно-оздоровчого туризму. Необхідність розв'язання цієї проблеми зумовлює актуальність теми дисертаційної роботи О. Г. Дем'янчук.

Зв'язок із науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано за темою 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). Роль дисертантки (як співвиконавиці) полягала в науковому обґрунтуванні й розробці технології корекції фізичного стану школярів 15–16 років із використанням спортивного туризму.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна, повнота їх викладу в опублікованих працях. Аналіз дисертаційної роботи засвідчує, що дисертантка застосувала оригінальний принцип структуризації матеріалу, який дозволив охопити всі сторони проведених досліджень, результати яких логічно викладені на 234 сторінках тексту, робота містить 30 таблиць та 34 рисунки. У роботі використано 235 літературних джерел та інформаційних ресурсів.

Результати дисертаційної роботи мають об'єктивний характер, спираються на достатню кількість дослідницького матеріалу, отриманого завдяки використанню комплексу інформативних методів, що відповідають поставленій меті та завданням дослідження. Отримані показники обчислені з використанням методів математичної статистики.

Висновки впливають зі змісту дисертаційної роботи, їх об'єктивність і новизна не викликають сумніву.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що: уперше теоретично обґрунтовано й розроблено технологію корекції фізичного стану школярів 15–16-ти 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 упровадженням у позакласні та гурткові заняття з туризму, а також критерії ефективності, також уперше виявлено й обґрунтовано взаємозв'язок показників фізичного стану та технічної підготовленості зі спортивного туризму школярів означеного віку, та визначено й обґрунтовано підходи до диференціації засобів спортивного

туризму залежно від показників фізичного стану та технічної підготовленості учнівської молоді 15–16-ти років для адекватного планування занять зі спортивного туризму. Дисертанткою доповнено дані про показники фізичного здоров'я, фізичного розвитку й технічної підготовленості зі спортивного туризму школярів 15–16-ти років та дані про сучасні підходи до організації занять учнівської молоді із використанням сучасних технологій оздоровчої рухової активності. Здобувачкою розширено уявлення про потребу школярів до виконання здоров'яформувальної діяльності, зацікавленості до занять фізичною культурою та інтересів у виборі видів оздоровчої рухової активності.

Практична значущість дисертаційної роботи полягає в тому що здобувачкою 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; техніка орієнтування; фізична підготовка: загальна та спеціальна; контроль і самоконтроль на кожному етапі її реалізації. 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.

Основні положення дисертаційного дослідження викладено 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. Аналіз змісту цих публікацій, їх порівняння з даними вивчених наукових джерел підтверджують новизну отриманих автором

результатів і сформульованих положень, що виносяться на захист. Також вони засвідчують повне відображення в них результатів дослідження.

Дисертаційна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних джерел та додатків.

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, вказано 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 та висвітлено сучасні підходи щодо його корекції 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

Теоретичний аналіз наукових досліджень дозволив визначити проблему, яка полягає у науковому обґрунтуванні та розробці сучасної технології, спрямованої на корекцію фізичного стану учнів 15–16-ти років із використанням засобів спортивного туризму в процесі фізичного виховання.

У другому розділі роботи **«Методи та організація дослідження»** представлено використані в науковій праці методи досліджень; обґрунтовано доцільність їх застосування; описано організацію дослідження й представлено характеристику контингенту школярів.

Відповідно до поставлених завдань застосовано такі методи як аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури й інформаційних джерел мережі Інтернет; вкопіювання; соціологічні (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.

Дослідження проводили на кафедрі спортивно-масової та туристичної роботи Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, а також на базі ЗОШ № 4 м. Ківерці.

У дослідженні взяли участь 82 школярі віком 15–16 років, із них 45 – 15-річні (31 хлопець і 14 дівчат) та 37 – 16-ти років (25 хлопців і 12 дівчат). Дослідження здійснювали за чотири етапи в період із 2012 по 2020 р.

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

За результатами вкопіювання медичних карток встановлено, що підлітки, які брали участь у дослідженні, належали до основної медичної групи.

За рівнем фізичного розвитку підлітків розподілено таким чином: серед хлопців 15-ти років 70,97 % віднесено до середнього рівня, 16,13 % – до нижчого від середнього й 12,90 % – вищого від середнього; серед дівчат 15-ти років до середнього та нижчого від середнього рівнів – по 35,71 %, до вищого від середнього – 7,14 % і до нижчого від середнього – 21,44 %. У 16-річному віці простежено ще більш помітні розходження у розподілах. Загалом хлопці характеризуються вищим за середній (52,0 %) та середнім (44,0 %) рівнями фізичного розвитку й лише в 4,0 % зареєстровано нижчий від середнього рівень фізичного розвитку. А частки дівчат 16-ти років із середнім і нижчим від середнього рівнями розподілилися однаково – по 50,0 %.

У ході обробки статистичного матеріалу виявилося, що загалом досліджувані групи учнів характеризувалися значеннями ЧСС у межах вікової

норми. Оцінка індексу Робінсона дала змогу встановити, що рівень регуляції діяльності серцево-судинної системи (ССС) хлопців кращий, ніж у дівчат, і з віком покращується незалежно від статі.

Результати дослідження добової рухової активності (РА) засвідчили, що у 15-річних хлопців і дівчат переважають базовий та малий рівні РА 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-ти років також переважають базовий і малий рівні РА. Так, показники базового й малого рівнів РА 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.

Отримані авторкою результати свідчать, що в більшій кількості школярів рівень розвитку фізичних якостей невисокий і потребує їх удосконалення.

Технічна підготовленість зі спортивного туризму хлопців із 15-ти до 16-ти 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. Водночас у дівчат 16-ти років усі дані технічної підготовленості статистично значуще ($p < 0,05$) вищі від таких у 15-річних школярок.

У ході факторного аналізу показників фізичного стану та технічної підготовленості зі спортивного туризму підлітків 15–16-ти років здобувачкою виокремлено по 2–3 фактори, які пояснюють від 62,74 до 71,26 % загальної дисперсії, у кожному з яких об'єдналися показники, що статистично значуще ($p < 0,05$) корелюють між собою; також встановлено, що факторна структура фізичного стану й технічної підготовленості підлітків 15–16-ти років залежно від віку й статі має характерні особливості.

Результати констатувального експерименту були враховані при розробленні технології корекції фізичного стану школярів засобами спортивного туризму.

Розділ викладено на 42 сторінках дисертації, а результати досліджень представлені у 4 наукових працях авторки.

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.

Передумовами обґрунтування та розробки технології корекції фізичного стану підлітків були результати аналізу літературних джерел, констатувального експерименту й проведеного анкетування.

На основі проведеного констатувального експерименту теоретично обґрунтовано й розроблено технологію корекції фізичного стану школярів 15–16-ти років із використанням засобів спортивного туризму, яка включає мету, завдання, принципи, методи, діагностику фізичного стану, умови реалізації (*організаційні*, які передбачають аналіз інтересів і потреб учнів та керівників гуртків для індивідуального й диференційованого підходів щодо їх включення в корекційну діяльність, створення ціннісної орієнтації на позитивне ставлення до свого здоров'я та фізичного стану; *соціальні*, що передбачають наявність закладу освіти, де впроваджуватимуться корекційні заходи; його місцезнаходження, матеріально-технічна база; наявність необхідного туристичного спорядження, а також *педагогічні*, які передбачають достатній рівень фахової підготовки тренерів-педагогів; наявність можливості застосування сучасних технологій оздоровчо-рухової активності; можливість використання різних форм контролю; достатнього методичного забезпечення; узгодженість роботи педагогічного колективу для успішного впровадження технології корекції фізичного стану школярів на основі застосування засобів спортивного туризму), 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, фізичної підготовленості, а також технічної підготовленості зі спортивного туризму).

Про ефективність упровадження розробленої технології корекції фізичного стану свідчить статистично значуще ($p < 0,05$) покращення всіх показників фізичного здоров'я хлопців 15–16-ти років. Так, відбулося зростання показників життєвого (ЖІ) й силового індексів (СІ) у школярів, а також оцінки відповідності маси довжині їхнього тіла, водночас зменшилися показники індексу Робінсона та індексу Руф'є. Причому для обох вікових груп характерне максимальне зниження індексу Руф'є (23,02 % у 15 і 22,41 % – у 16-ти річних хлопців), що свідчить про значне підвищення їхньої фізичної працездатності.

У дівчат 15–16-ти років відбулося статистично значуще ($p < 0,05$) зменшення значення ЖІ, що зумовлено більш швидким темпом зростання показників фізичного розвитку (зокрема маси тіла), ніж показників дихальної системи. Доведено статистично значуще ($p < 0,05$) збільшення оцінки відповідності маси довжині тіла, а також статистично значуще ($p < 0,05$) зменшення індексу Руф'є у дівчат як 15-ти, так і 16-ти років, що вказує на поліпшення зазначених показників їхнього фізичного здоров'я.

Подальші розрахунки дали змогу встановити авторці підвищення оцінки фізичного здоров'я підлітків 15–16-ти років після запровадження технології незалежно від статі.

Розподіл учасників експерименту за рівнями фізичного здоров'я після експерименту засвідчив, що серед підлітків простежено такі, що характеризуються вищим за середній рівнем, зокрема це 16,13 % хлопців 15-ти та 8,0 % 16-ти років. Причому виявлено, що кількість хлопців 15-ти років із вищим за середній рівнем фізичного здоров'я після експерименту статистично значуще ($p < 0,05$) зростає. І хоча статистично значущого ($p > 0,05$) збільшення чисельності 16-ти річних хлопців із вищим за середній рівнем фізичного здоров'я підтвердити не вдалося, про те простежується позитивна динаміка до збільшення відсотка хлопців, котрі характеризуються вищим від середнього рівнем фізичного здоров'я.

Упровадження розробленої авторської технології в процес фізичного виховання школи дало змогу досягти впродовж перетворювального експерименту позитивної динаміки за показниками рівня оцінки фізичного здоров'я підлітків 15–16-ти років у кожній із віково-статевих груп; у підлітків означеного віку також статистично значуще ($p < 0,05$) поліпшились усі показники фізичної підготовленості, за винятком результатів тестової вправи «піднімання тулуба в сід за 1 хв», де в дівчат 16-ти років статистично значущих ($p > 0,05$) відмінностей наприкінці експерименту авторкою не встановлено. Технічна підготовленість підлітків 15–16-ти років за період експерименту статистично значуще ($p < 0,05$) зростала за всіма досліджуваними показниками: у хлопців 15-ти років найбільше вдосконалення відбулося за показником тесту «підйом траверс–спуск», де скорочення часу подолання дистанції в середньому становило 15,48 %; у хлопців 16-ти років, на відміну від 15-річних, найбільше вдосконалення спостерігалось за показником тесту «в'язання вузлів», де зафіксовано скорочення часу в середньому на 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 – 16,65 %.

Проведений педагогічний експеримент підтвердив ефективність розробленої технології корекції фізичного стану школярів 15–16-ти років із використанням засобів спортивного туризму в позаурочний час, що дає підстави рекомендувати її для використання в процесі фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти для школярів цього віку.

Розділ викладено на 50 сторінках дисертації, а результати досліджень представлені у 6 наукових працях авторки.

У п'ятому розділі **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** подано аналіз й узагальнення результатів дисертаційної роботи, що дало можливість отримати три групи даних: які доповнюють наявні розробки, що дістали подальший розвиток, а також одержано абсолютно нові результати роботи.

Отримані результати доповнюють дані авторів стосовно показників фізичного здоров'я, фізичного розвитку та технічної підготовленості зі спортивного туризму школярів 15–16-ти років, також дані про сучасні підходи до організації занять школярів із використанням сучасних технологій.

Розширено уявлення про потребу школярів до виконання здоров'яформувальної діяльності, зацікавленості до занять фізичною культурою й інтересів у виборі видів оздоровчої рухової активності.

Абсолютно новими даними дисертаційної роботи є розробка та впровадження технології корекції фізичного стану підлітків 15–16-ти років із використанням засобів спортивного туризму; виявлено взаємозв'язок між показниками фізичного стану й технічної підготовленості зі спортивного туризму учнів. Розроблено науково-методичне забезпечення організації занять зі спортивного туризму на основі диференційованого підходу з урахуванням показників фізичного стану та технічної підготовленості школярів 15–16-ти років.

Висновки повністю відповідають завданням дослідження та змісту основного тексту роботи, є логічними та структурованими.

Робота є цілісною і характеризується тематичною повнотою та розкриттям головної наукової ідеї авторки, написана українською мовою із дотриманням наукового стилю, що відзначається адекватним застосуванням термінологічного апарату. 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.

Позитивно оцінюючи в цілому рівні наукової новизни і практичного значення дослідження, доцільно звернути увагу і на деякі його недоліки:

1. Під час визначення рівня фізичної підготовленості ви застосовували 11 тестів. Чому ви використали таку значну їх кількість? Можливо достатньо було визначити лише рівень розвитку основних фізичних якостей.

2. Результати дослідження добової рухової активності засвідчують, що у досліджуваного контингенту підлітків переважає базовий та малий її рівні.

Чим на вашу думку зумовлена така ситуація, адже досліджувані групи уже займалися спортивним туризмом?

3. В дисертації та авторефераті зустрічаються не коректні на наш погляд вислови «фізкультурна діяльність», «фізкультурно-оздоровчі заняття», «загальноосвітні заклади».

4. На нашу думку розділ 3 «Характеристика фізичного стану та технічної підготовленості зі спортивного туризму школярів 15–16 років» перенавантажений ілюстративним матеріалом (на 42 сторінках 19 рисунків і 14 таблиць, які є надто громіздкими), також вимагають корекції назви таблиць і рисунків та оформлення в них статистичних показників (рис 3.14, 3.15 табл. 3.5, 3.7-3.9).

5. У четвертому розділі при аналізі результатів анкетування щодо рівня потреб та зацікавленості підлітків до занять фізичною культурою та різними видами рухової активності (рис. 4.5) результати засвідчують, що більшість підлітків прагне підвищити рівень знань про фізичну підготовку, а не про фізичне здоров'я. Чим це обумовлено, на вашу думку?

6. У розробленій вами технології корекції фізичного стану ви декларуєте функції технології. Уточніть, будь ласка, які саме функції вашої технології?

7. У розробленій вами технології, у блоці «Фізична підготовка» ви декларуєте необхідність застосування спеціальної фізичної підготовки. Уточніть, будь ласка, які саме спеціальні засоби ви пропонуєте застосовувати для корекції фізичного стану підлітків?

8. При проходженні етапів техніки туризму ви пропонуєте використання (ІСС) індивідуальної системи страхування. Уточніть, будь ласка, необхідність використання саме цієї системи та її складові.

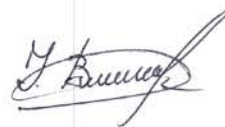
9. В дисертаційній роботі зустрічаються русизми, деякі орфографічні помилки, неточності посилань і скорочень.

Проте, висловлені нами зауваження і дискусійні питання не впливають на загальну позитивну оцінку дисертаційної роботи Дем'янчук Олени Григорівни і не знижують наукову і практичну значимість отриманих результатів.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.
Дисертаційна робота «Корекція фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму» Дем'янчук Олени Григорівни має достатнє теоретичне й практичне значення і є самостійним завершеним науковим дослідженням, де висвітлено нові науково обґрунтовані результати, що розв'язують важливі наукові завдання в галузі фізичної культури і спорту, відповідає вимогам п. 11 «Порядку присудження наукових ступенів» затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України від 24 липня 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, професор кафедри
теорії та методики фізичної культури і
спорту Прикарпатського національного
університету імені Василя Стефаника



І. П. Випасняк

