

Рецензія

**завідувача кафедри кінезіології та фізкультурно-спортивної реабілітації
Національного університету фізичного виховання і спорту України,
доктора наук з фізичного виховання і спорту, професора Кашуби Віталія
Олександровича на дисертаційну роботу Гресь Марини Ярославівни
«Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх фахівців
правоохоронної діяльності засобами оздоровчого фітнесу», поданої на
здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю
017 – Фізична культура і спорт (01 Освіта/Педагогіка)**

Актуальність обраної теми. Складні соціально-економічні умови, низький рівень фізичної підготовленості та функціонального стану вступників до закладів вищої освіти ускладнює підготовку висококваліфікованих фахівців, що зумовлює пошук і впровадження в освітній процес фізичної підготовки студентів інноваційних та ефективних засобів її удосконалення.

Сучасним засобом фізичної підготовки, що може сприяти вирішенню існуючої проблеми, є програми на основі використання засобів оздоровчого фітнесу, зокрема вправ із функціонального тренінгу, кросфіту, які мають низку позитивних рис: доступність, змістовність, сучасність, емоційність, ефективність, простоту матеріального забезпечення. Вітчизняними та зарубіжними науковцями доведено ефективність подібних програм як елементів професійно-прикладної та спеціальної підготовки майбутніх фахівців закладів вищої освіти певних спеціальностей. У збройних силах іноземних держав запропоновано використовувати вправи з кросфіту в перевірочних комплексах із фізичної підготовки, також доведено ефективність занять оздоровчим фітнесом на підвищення мотивації студентів до занять фізичними вправами. Науковці також звертають увагу на доцільність використання засобів оздоровчого фітнесу у підвищенні ефективності професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців екстремальної групи спеціальностей. Зазначене обумовлює своєчасність та актуальність обґрунтування та розробки програми з використанням засобів

оздоровчого фітнесу для підвищення рівня професійно-прикладної фізичної підготовленості майбутніх правоохоронців.

Зв'язок з науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2016–2020 рр. за темою 3.15. «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630) та Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021-2025 роки за темою 3.1. «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534).

Роль автора (як співвиконавця) полягала у розробці та обґрунтуванні програми, спрямованої на розвиток професійно-прикладних фізичних якостей майбутніх правоохоронців на основі використання засобів оздоровчого фітнесу.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації. Достовірність отриманих результатів підтверджується достатньою кількістю обстежених, обраною методикою організації педагогічного експерименту. Отримані дисертантом наукові положення та висновки підтверджені шляхом математичної обробки та статистичного аналізу, що забезпечує їх обґрунтованість і достовірність.

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 дисертації. Отримані показники обчислені з використанням методів математичної статистики. Позитивної оцінки заслуговує оформлення результатів дослідження, варто відзначити логіку викладу та послідовність виконання наукового пошуку. Висновки впливають зі змісту дисертаційної роботи, їх об'єктивність і новизна не

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

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що **дисертантом уперше:** на основі систематизації та узагальнення теоретико-методичних засад ППФП майбутніх фахівців екстремальної групи спеціальностей, аналізу професіограми спеціалістів правоохоронної діяльності науково обґрунтовано програму, спрямовану на підвищення рівня професійно-прикладної фізичної підготовленості майбутніх правоохоронців з використанням засобів оздоровчого фітнесу, яка включає три етапи (навчально-підготовчий, основний та контрольний-корекційний). Відмінністю програми ППФП, що заснована на високоінтенсивних тренуваннях, є комплексний характер використання засобів оздоровчого фітнесу (кросфіту, кардіотренувань, функціонального тренінгу, ментального фітнесу), які дозволяють оптимізувати засоби підготовки та урізноманітнити заняття, сприяють фізичному вдосконаленню, профілактиці професійних захворювань і травматизму; визначено співвідношення засобів кардіотренування, функціонального тренінгу, кросфіту та засобів ментального фітнесу для підвищення рівня професійно-прикладної фізичної підготовленості майбутніх правоохоронців залежно від етапу кондиційного тренування; враховуючи результати факторного аналізу, обґрунтовано і розроблено критерії оцінювання фізичного стану та професійної підготовленості майбутніх правоохоронців; доповнено та розширено інформацію про професійні вимоги до підготовки майбутніх правоохоронців, визначено та обґрунтовано професійно-значущі фізичні якості для майбутніх правоохоронців. Дістали подальшого розвитку дані щодо залежності вогневої готовності та рівня розвитку показників фізичної підготовленості майбутніх фахівців правоохоронної сфери, а саме координаційних здібностей, гнучкості, сили; подальшого розвитку набули науково-методичні положення про можливість застосування засобів оздоровчого фітнесу у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців

правоохоронної сфери; розширено та доповнено інформацію щодо показників фізичного та психологічного стану майбутніх фахівців правоохоронної сфери.

Практичне значення результатів дослідження полягає в розробці програми підвищення рівня професійно-прикладної фізичної підготовленості студентів майбутніх правоохоронців з використанням засобів оздоровчого фітнесу, що сприяють досягненню високої ефективності в обраній професії, попередженню професійних захворювань і травматизму. Розроблено практичні рекомендації з організації ППФП майбутніх правоохоронців засобами оздоровчого фітнесу в процесі факультативних занять на базі закладу вищої освіти. Сформульовані в дисертації висновки і пропозиції впроваджено в матеріали навчальних дисциплін «Інноваційні технології у фітнесі», «Проектування персональних фітнес-програм» Національного університету фізичного виховання і спорту України, «Фізичне виховання» Державного університету «Житомирська політехніка».

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Структура роботи має логічну єдність. Зміст роботи (анотація, вступ, п'ять розділів, висновки, практичні рекомендації, список використаних джерел, додатки) представлено з урахуванням сучасних вимог.

У вступі обґрунтовується актуальність теми дослідження і формулюється наукове завдання; вказується зв'язок дисертаційного дослідження з науковими планами, темами; розкривається науковий апарат дослідження: мета, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; визначаються наукова новизна, практична значущість; наводяться дані про особистий внесок здобувача, апробацію та впровадження отриманих результатів, подано інформацію про публікації, структуру та зміст роботи.

У першому розділі «**Сучасні підходи до підвищення ефективності професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців правоохоронної діяльності**» розкрито теоретико-методичні основи та специфіку професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців

екстремальної групи спеціальностей, представлено особливості організації професійно-прикладної фізичної підготовки у закладах вищої освіти у відповідності до сучасних реалій. Здійснено аналіз фахової літератури щодо особливостей професійної діяльності майбутніх фахівців правоохоронної сфери. Опрацьовано вітчизняний та зарубіжний досвід про використання засобів оздоровчого фітнесу у професійно-прикладній фізичній підготовці майбутніх фахівців правоохоронної сфери.

Аналіз наукової літератури дозволив виявити ступінь вивченості проблеми, а також питання, які потребують подальшого дослідження та аналізу.

Тому метою дослідження стало теоретичне обґрунтування та розробка програми на розвиток професійно-прикладних фізичних якостей майбутніх правоохоронців з використанням засобів оздоровчого фітнесу.

У дисертації детально проаналізовано роботи відомих вітчизняних і зарубіжних вчених. Їхнє глибоке вивчення й аналіз дозволили автору роботи досягти такого рівня наукових узагальнень, який носить об'єктивний характер. Цінну складову частину роботи становить ретельно підібрана до дисертаційної роботи бібліографія. Список використаних джерел містить 282 найменування.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» автор висвітлює питання організації дослідження, описує методи дослідження.

Слід зазначити, що достатньо обґрунтовано і кваліфіковано використано дисертантом обрані для дослідження методи, подано відомості про контингент обстежених та етапи дослідження. Для їх вибору дисертант керувався загальнонауковими принципами проведення комплексних досліджень, які взаємодоповнюють один одного та забезпечують можливість комплексного пізнання предмета дослідження. Так, теоретичні методи дозволили здобувачу по-перше, систематизувати теоретичні матеріали з обраної теми на основі всебічного вивчення й аналізу спеціальної науково-педагогічної літератури з проблеми дослідження; по-друге, дали можливість виявити зв'язки між існуючими поняттями і фактами та їх взаємозалежність, і по-третє, сприяли

виокремленню найсуттєвіших особливостей і умов організації дослідження, а емпіричні методи сприяли обґрунтуванню, розробці та експериментальній перевірці програми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх правоохоронців з використанням засобів оздоровчого фітнесу та визначенню її ефективності.

Для реалізації поставлених у дисертаційній роботі мети і завдань автор використовував комплекс взаємообумовлених та взаємодоповнюючих сучасних валідних методів дослідження: теоретичний аналіз, узагальнення та систематизація даних фахової науково-методичної літератури та документальних матеріалів; метод порівняння та зіставлення, педагогічні методи дослідження; антропометричні методи дослідження; фізіологічні методи дослідження; психодіагностичні методи дослідження; методи математичної статистики.

У третьому розділі **«Характеристика складових професійно-прикладної підготовки майбутніх фахівців правоохоронної діяльності»** з метою розробки програми, спрямованої на розвиток професійно-прикладних фізичних якостей майбутніх фахівців правоохоронної діяльності дисертантом була проведена характеристика фізичного стану студентської молоді, з дослідженням основних його компонентів, зокрема: фізичного розвитку, функціонального стану, фізичної працездатності, фізичної підготовленості, а також подано результати дослідження з оцінки вогневої підготовленості та психічного стану.

Середньогрупові значення антропометричних даних у досліджуваній вибірці юнаків та дівчат знаходилися у межах фізіологічної норми, а тотальні розміри тіла вказували на гармонійну тілобудову. Серед досліджуваного контингенту не виявлено осіб з надлишковою масою (юнаки – $66,7 \pm 8,39$ кг; дівчата – $55,4 \pm 5,79$ кг). Показники кистьової динамометрії, станової сили та індексу станової сили у обох статевих групах відповідають середньому рівню розвитку. Аналіз композиційного складу тіла вказує на відповідність жирового компоненту у юнаків і дівчат фізіологічним нормам,

дефіцит м'язового та кісткового компонентів спостерігається у юнаків, тоді як у дівчат середньогрупові показники знаходяться в межах фізіологічної норми.

Показники, які характеризують діяльність серцево-судинної системи, зокрема: ЧСС у стані відносного спокою, АТсист., АТдіаст, СОК, ХОК, пульсовий тиск, коефіцієнт витривалості, АП та дихальної системи у майбутніх фахівців правоохоронних органів обох статевих груп знаходяться в межах фізіологічних норм. Лише результати індексу гіпоксії у обох статевих групах вказують на низький рівень. Результати проби Руф'є перебували в діапазоні середнього рівня ($5,4 \pm 1,06$ у.о. у юнаків, $5,8 \pm 1,2$ у.о. у дівчат). У юнаків і дівчат виявлено достатній рівень розвитку швидкості, спритності, сили і витривалості, а низький рівень був виявлений у розвитку гнучкості та статичної координації, а також швидкісно-силових якостей.

В процесі дослідження дисертантом було здійснено оцінювання вогневої підготовки юнаків та дівчат за результатами виконання контрольних вправ №3 та № 6. Лише 11,4 % та 15,8 % юнаків виконали ці вправи з результатом «відмінно», серед досліджуваних юнаків 9,6 % та 20,2 % осіб взагалі не виконали контрольні вправи і не набрали жодного влучення. Подібні результати отримані за вогневу підготовку дівчат. Переважна більшість дівчат 42,1 % відповідала рівню «добре», 10,3 % дівчат не змогли взагалі виконати контрольні вправи. На основі вивчення рівня вираження тривожної симптоматики у майбутніх фахівців правоохоронної сфери була встановлена перевага середнього рівня особистісної тривожності у юнаків (64,9 %), низький рівень тривожності мали 22,8 % осіб, високий рівень спостерігається у 12,3 % юнаків. Серед дівчат також 57,9 %, мають середній рівень особистої тривожності, низький рівень встановлено у 20,7 %, високий рівень спостерігається у 21,4 % осіб.

Результати факторного аналізу вказують на відмінності вкладу деяких перемінних юнаків та дівчат. У юнаків факторна структура фізичного стану та професійної підготовки детермінована 5 факторами, сумарний вклад яких

до загальної дисперсії складає 86,3 %. У першому факторі було виділено 11 перемінних з навантаженням 24,9 % внеску до загальної дисперсії. Домінуючими у даному факторі є показники МТ ($r = 0,903$ при $p < 0,01$), обхват тазу ($r = 0,858$ при $p < 0,01$), ОГК ($r = 0,841$ при $p < 0,01$), станова сила тулуба ($r = 0,840$ при $p < 0,01$), обхват плеча ($r = 0,839$ при $p < 0,01$). У другому факторі було об'єднано 9 перемінних з навантаженням 22,8 % внеску до загальної дисперсії. Високі факторні навантаження із зворотнім зв'язком мають показники ЧСС ($r = -0,854$ при $p < 0,01$), індекс Робінсона ($r = -0,848$ при $p > 0,01$), індекс Руф'є ($r = -0,817$ при $p < 0,01$). Вагомі прямі зв'язки мають показники АП ($r = 0,843$ при $p < 0,01$), АТсист ($r = 0,821$ при $p < 0,01$), пульсовий тиск ($r = 0,811$ при $p < 0,01$). Третій за значимістю фактор характеризує силові якості, загальну витривалість, швидкісні якості та спритність і має внесок до загальної дисперсії 15,6 %. Четвертий фактор пояснює 13,9 % загальної дисперсії, до якого увійшли 5 показників, які характеризують статичну координацію, гнучкість хребта, рівень вогневої підготовки та тривожність. П'ятий фактор має внесок 9,1 % поясненої дисперсії, до якого увійшли 4 показники, які характеризують респіраторну систему юнаків.

У дівчат аналіз факторної структури фізичного стану та професійної підготовки виділив 4 фактори, сукупний внесок яких становить 81,2 % поясненої дисперсії. Перший фактор мав внесок – 33,3 %, до якого увійшли 8 перемінних з прямим зв'язком та 4 із зворотнім кореляційним зв'язком, які характеризують фізичний розвиток. Найбільший вклад до першого фактору з прямим кореляційним зв'язком мають перемінні: МТ ($r = 0,926$ при $p < 0,01$), обхват плеча ($r = 0,811$ при $p < 0,01$), станова сила тулуба ($r = 0,792$ при $p < 0,05$), ОГК ($r = 0,776$ при $p < 0,05$), ЖЄЛ ($r = 0,771$ при $p < 0,05$).

До другого фактору увійшли 12 перемінних, із загальним внеском 28,0 % поясненої дисперсії. Найбільший прямий кореляційний зв'язок мають такі показники: проба Генча ($r = 0,884$ при $p < 0,01$), індекс гіпоксії ($r = 0,871$ при $p < 0,01$), АТ сист ($r = 0,749$ при $p < 0,05$), проба Штанге ($r = 0,743$ при

$p < 0,01$) та АП ($r = 0,740$ при $p < 0,05$). До третього фактору увійшло 6 перемінних з сукупним внеском 11,8 % поясненої дисперсії, які характеризують вогневу підготовку, психічний стан та координаційні здібності. Четвертий фактор має 8,1 % навантаження поясненої дисперсії, а перемінні які увійшли до нього характеризують фізичну підготовленість дівчат, зокрема такі рухові якості як сила, спритність та швидкісно-силові якості.

Результати констатувального експерименту, що представлені у третьому розділі, були враховані здобувачем при складанні програми професійно-прикладної фізичної підготовки на основі засобів оздоровчого фітнесу для даного контингенту.

У четвертому розділі **«Розробка та обґрунтування програми, спрямованої на розвиток професійно-прикладних фізичних якостей майбутніх фахівців правоохоронної діяльності з використанням засобів оздоровчого фітнесу»** здобувачем обґрунтовано та розроблено програму ППФП на основі використання засобів оздоровчого фітнесу для майбутніх правоохоронців. Дані констатувального педагогічного експерименту дисертантом було покладено в основу обґрунтування розробленої програми.

Грунтуючись на проведених у констатувальному педагогічному експерименті дослідженнях, вивченні умов праці, професіограми фахівця правоохоронної сфери, результати факторного аналізу покладено в основу розробки програми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх правоохоронців на основі використання засобів оздоровчого фітнесу. Мета програми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців правоохоронної діяльності спрямована на розвиток і підтримки на належному рівні фізичних і психічних якостей, до яких висуває підвищенні вимоги правоохоронна діяльність, вироблення функціональної стійкості організму до екстремальних умов, формування прикладних рухових умінь і навичок. Змістовний компонент програми включає три етапи – навчально-підготовчий, основний та контрольньо-корекційний. Автором правильно

підібрані засоби програми: враховуючи тісний кореляційний зв'язок результатів фізичної підготовленості з показниками фізичного стану та професійної підготовки, зокрема таких рухових якостей як сила, витривалість, координаційні здібності серед основних засобів оздоровчого фітнесу застосовувалися кардіотренування, функціональний тренінг та кросфіт.

Ефективність розробленої програми визначалась за змінами у досліджуваних показниках, які найбільшою мірою впливають на рівень професійної підготовки фахівців правоохоронних органів. Статистично значущі зміни ($p < 0,05$) у юнаків зазнали лише два показника, обхват плеча та м'язова маса у відсотках, у дівчат статистично значущі зміни ($p < 0,01$) зазнали м'язова маса у відсотках та відсоток жирової маси. Дані показники збільшилися у юнаків на 7,9 % та 7,8 %, у дівчат на 16,3 % зменшився відсоток жирової маси та 10,0 % збільшилась м'язова маса. Приріст середньо групових показників динамометрії правої і лівої кисті у юнаків становив 7,4 % та 11,4 % у дівчат 7,8 % та 11,0 % відповідно.

Аналіз середньо групових результатів роботи серцево-судинної та дихальної системи після педагогічного експерименту вказує на вірогідні ($p < 0,05$; $p < 0,01$) позитивні зміни у юнаків та дівчат. Виконання фізичних вправ застосовуючи метод інтервального тренування сприяла значному покращенню аеробної витривалості у обох статевих групах.

У юнаків вірогідні ($p < 0,05$; $p < 0,01$) зміни середньо групових результатів відбулися в показниках ЧСС у стані відносного спокою, позитивна динаміка склала 11,4 %, груповий результат коефіцієнта витривалості покращився на 21,5 %, а індекс Робінсона на 9,4 %.

При повторному обстеженні функціонального стану серцево-судинної системи юнаків і дівчат, внаслідок використання в навчальному процесі з професійної підготовки високо інтенсивних багатофункціональних фізичних вправ системи кросфіт у досліджуваних відбулися закономірні зміни показників ЧСС у стані спокою, ХОК і СОК. коефіцієнта витривалості та

індексу Робінсона, що вказує на домінування парасимпатичного впливу на регуляцію серцевої діяльності. В кінці педагогічного експерименту виявлено вірогідне ($p < 0,01$) збільшення показнику ЖЄЛ на 12,8 % у юнаків та 11,4 % у дівчат. У юнаків приріст середньо групових значень проби Штанге і Генча становив 12,3 % ($p < 0,01$) та 16,8 % ($p < 0,01$), у дівчат 7,6 % ($p < 0,05$) та 15,4 % ($p < 0,01$) відповідно, що вказує на зростання тренуваності апарату зовнішнього дихання, та його стійкості до гіпоксії і гіпоксемії.

Як позитивне варто відмітити статистично значущі зміни ($p < 0,05$; $p < 0,01$) майже в усіх показниках фізичної підготовленості – основних рухових якостях у юнаків та дівчат.

У юнаків динаміка результату з човникового бігу 4x9 м становить 12,0 % ($p < 0,01$) у дівчат 7,1 % ($p < 0,05$), даний показник характеризує спритність.

Середньо груповий показник стрибка у довжину з місця, який вказує на розвиток швидко-силових якостей у юнаків і дівчат мав приріст 9,5 % ($p < 0,01$) та 7,9 % ($p < 0,01$). Використання під час розминки та включаючи в основну частину заняття кардіо навантаження сприяли вірогідному покращенню витривалості у обох статевих групах. Так, середньо групові показники з бігу на 3000 м у юнаків та 2000 м у дівчат покращились на 7,8 % ($p < 0,05$) та 11,1 % ($p < 0,01$). Обов'язкове використання в заключній частині заняття вправ на розтягування сприяли значному приросту в середньо групових показниках гнучкості обох статевих груп. У дівчат приріст склав 31,5 % ($p < 0,01$) у юнаків 63,2 % ($p < 0,01$). Значно покращились результати у показниках піднімання тулуба в сід за 1 хв, які характеризують силові якості м'язів черевного пресу, у юнаків середньо груповий результат виріс на 29,8 % ($p < 0,01$) у дівчат на 30,2 % ($p < 0,01$). Під час повторного визначення вибухової сили було встановлено значний приріст результату у дівчат на 39,4 % ($p < 0,01$), а у юнаків на 27,3 % ($p < 0,01$). Найбільші позитивні зміни відбулися у показниках, які характеризують статичну рівновагу і вказують на розвиток координаційних здібностей. Так, середньо груповий результат

ускладненої проби Ромберга у юнаків покращився на 60,8 % ($p < 0,01$) у дівчат на 54,6 % ($p < 0,01$).

Отже, запропонована програма ефективно вплинула на рухову сферу майбутніх фахівців правоохоронних органів і разом з тим сприяла підвищенню рівня фізичної підготовленості.

Наведені результати дослідження свідчать про ефективність запропонованої автором програми.

У п'ятому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**» узагальнено результати дисертаційного дослідження, окреслено їх практичну і теоретичну значущість, висвітлено дискусійні питання. Отримано наукові дані трьох рівнів новизни: ті, які набули подальшого розвитку, підтвердили і доповнили наявні наукові розробки та абсолютно нові наукові дані. Робота містить багато нових тез і положень, значна частина яких обґрунтована, а інші окреслюють шляхи подальших досліджень. Дисертантом показано вміння логічно аналізувати, узагальнювати й зіставляти власні наукові результати з даними, наявними у джерелах фахової літератури й критично їх оцінювати.

На основі виконання поставлених в роботі завдань і отриманих результатів автор формулює висновки, які узгоджуються з даними, наведеними в основних розділах роботи і дозволяють судити про ступінь виконання поставлених завдань і досягнення мети роботи. Роботу завершують практичні рекомендації, додатки та список використаних джерел.

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

Матеріал дисертації викладено послідовно, стиль викладення науковий, чіткий і лаконічний. Дисертація орфографічно та стилістично витримана на належному рівні. Застосована в роботі наукова термінологія є загальновизнаною, стиль викладення результатів теоретичних і практичних досліджень, нових наукових положень, висновків і рекомендацій забезпечує доступність їх сприйняття та використання.

Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях. Основні наукові положення дисертації опубліковані в наукових журналах та представлено в тезах на науково-практичних конференціях різного рівня. В опублікованих наукових роботах зі співавторами та без, дисертант самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати. За матеріалами дисертації опубліковано 13 наукових публікацій: 5 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 3 статті у періодичних наукових виданнях, проіндексованих у базах даних Scopus та Web of Science; 5 публікацій апробаційного характеру

Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертації. В цілому, суттєвих зауважень до змісту та оформлення дисертаційної роботи Гресь Марини Ярославівни немає. Серед незначних недоліків слід відмітити:

Незважаючи на загальне позитивне враження від роботи, слід відмітити окремі зауваження, дискусійні питання та пропозиції

1. У підрозділі 1.4. автору слід було ширше розглянути досвід використання засобів оздоровчого фітнесу при підготовці майбутніх фахівців правоохоронної сфери, а не обмежуватися розглядом засобів кросфіт.

2. Під час аналізу показників кистьової динамометрії (табл. 3.2), автору слід було звернути увагу на домінуючу ручну активність досліджуваних (шульга, правша, амбідекстр).

3. Для створення цілісного розуміння авторської програми, з позиції складової професійно-прикладної фізичної підготовленості майбутніх правоохоронців, слід було акцентувати увагу на розкритті її змісту саме через професійно значущі фізичні якості, на які здійснюється вплив.

4. Додаткового опису потребує аналіз професіограми спеціалістів правоохоронної діяльності, як необхідної складової обґрунтування програми професійно-прикладної фізичної підготовки.

У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:


1. Яким чином розроблена вами програма вплинула на покращення показників вогневої підготовки?

2. При використанні високоінтенсивних тренувань відмічається значний ризик травмування, яким чином ви враховували це при побудові програми занять?

Загальний висновок. Дисертаційна робота М. Я. Гресь «Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх фахівців правоохоронної діяльності засобами оздоровчого фітнесу», є завершеним самостійним дослідженням, має наукову новизну, характеризується новим підходом і практичною цінністю, відповідає вимогам наказу МОН України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки № 759 від 31.05.2019) і «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії» (Постанова Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44) і може бути рекомендована до захисту.

Рецензент:

завідувач кафедри кінезіології та фізкультурно-спортивної реабілітації Національного університету фізичного виховання і спорту України, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор


В. О. Кашуба

Вчений секретар
Національного університету
фізичного виховання і спорту України



Г. С. Машеренкова