

## **ВІДГУК**

**офіційного опонента – кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента Мірошніченка Вячеслава Миколайовича на дисертаційну роботу**

**Іванік Оксани Борисівни**

**«Формування мотиваційно-ціннісних пріоритетів осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності», представлену на здобуття ступеня доктора філософії у галузі знань 01 – Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

**Актуальність обраної теми.** Дисертаційна робота Іванік Оксани Борисівни присвячена виявленню гендерних особливостей мотиваційно-ціннісних пріоритетів осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності для визначення організаційно-методичних умов їх формування в різні декади життя.

В останній опублікованій доповіді Всесвітньої організації охорони здоров'я йдеться про те, що незважаючи на загальновідому користь рухової активності, спостерігається глобальна тенденція до зниження її повсякденного рівня. В усьому світі рекомендованих рівнів рухової активності не досягає одна третина дорослих. В Європейському регіоні недостатньо активний спосіб життя веде більше ніж третина всього дорослого населення. Як наслідок, недостатність обсягу рухової активності стала одним із провідних факторів ризику для здоров'я та виникнення багатьох захворювань, які надалі можуть бути невиліковними. У нашій країні такі тенденції обумовлені якістю продуктів харчування, масовою технологізацією виробництва, загальним укладом життя, сукупністю звичаїв притаманних нашому народові.

Вважається, що кількість осіб, які займаються фізичними вправами систематично, організовано та самостійно, може збільшитися лише за умови підвищення мотивації до цих занять. Значущим фактором сприяння мотивації виступає диференційований підхід з урахуванням гендеру, який є наслідком

існування деяких стереотипів. Гендерні стереотипи, закладені в дитинстві, є складовою поведінки індивіда. Саме тому, з огляду на гендерну проблематику мотивації, важливо дослідити та вивчити відношення дорослого населення до фізичної культури, найбільш популярних видів рухової активності, особливості відношення до фізкультурної сфери чоловіків і жінок зрілого віку.

Вищезазначене дозволяє стверджувати, що проблематика дисертаційної роботи Іванік Оксани Борисівни є актуальною.

**Зв'язок роботи з науковими темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2016–2020 рр., згідно з темою кафедри теорії і методики фізичного виховання 3.12 «Теоретико-методичні основи вдосконалення програмно-нормативних засад фізичної підготовки дітей, підлітків і молоді» (номер державної реєстрації 0116U001626) та Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр., згідно з темою кафедри теорії і методики фізичного виховання 3.3 «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» (номер державної реєстрації 0121U108938). Роль автора (як співвиконавця тем) полягала у визначенні та обґрунтуванні організаційно-методичних умов, що сприяють залученню осіб зрілого віку до систематичних занять руховою активністю.

**Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків, рекомендацій, сформульованих у дисертації.**

Здобувачка визначила мету роботи, яка чітко окреслює очікуваний кінцевий результат, який зумовлює логіку і напрямок дослідження. Завдання сформульовані відповідно до мети роботи. Правильно визначений об'єкт і предмет дослідження.

Для вирішення поставлених завдань були використані методи теоретичного аналізу і систематизації спеціальної науково-методичної літератури з проблеми дослідження, анкетування, експрес-опитування, психологічні та педагогічні методи дослідження, зокрема педагогічне спостереження.

**Наукова новизна отриманих результатів** полягає у тому, що здобувачкою уперше:

- визначені організаційно-методичні умови формування мотивації до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю з урахуванням гендерних особливостей чоловіків і жінок зрілого віку для підвищення їхньої рухової активності до належного рівня, здійснення відповідного педагогічного контролю з боку фітнес-інструкторів, а також врахування мотивації до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в різні декади життя, підґрунтям якої є інформаційні, мотиваційні та діагностичні компоненти;

- встановлено взаємозв'язок між психологічною сферою, потребо-мотиваційною сферою, руховою активністю осіб зрілого віку та їх фізичним станом;

- з'ясовані лімітуючі та стимулюючі фактори формування мотивації до самовдосконалення засобами фізичного виховання чоловіків і жінок зрілого віку в різні вікові декади залежно від гендерних особливостей;

- систематизовані мотиваційні установки чоловіків і жінок щодо занять різними видами рухової активності та надані рекомендації до їх використання.

**Практична значущість** полягає у представленій технології виявлення мотивації, інтересів і потреб людей зрілого віку (як чоловіків, так і жінок) до занять різними видами рухової активності та рекомендації фахівцям оздоровчої сфери щодо ефективного їх використання для залучення різних груп населення до здорового способу життя; представленій технології щодо гендерної особливості

мотиваційних інтересів і ціннісних орієнтацій у сфері фізичної культури чоловіків і жінок зрілого віку до занять 28 різними видами рухової активності; представлений методиці виявлення лімітуючих і стимулюючих факторів, що впливають на формування позитивної мотивації чоловіків і жінок зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності; розроблених рекомендаціях для фітнес-тренерів щодо надання порад та рекомендацій особам зрілого віку з метою впровадження факторів здорового способу життя, виходячи з оцінки їх якості життя за допомогою опитувальника SF-36. Запропоновані здобувачкою рекомендації дали змогу обґрунтувати вплив якості життя на самопочуття, психофізичне сприйняття себе, життєву активність, соціальне функціонування, психічне здоров'я, що сприяє розширенню та поглибленню знань із питань здоров'язбереження. Результати дослідження гендерних особливостей формування ціннісних пріоритетів у сфері фізичної культури осіб зрілого віку посприяли оновленню лекції з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання». Отримані дані розширюють та оновлюють теоретичні засади гендерного підходу до формування мотиваційно-ціннісних пріоритетів у сфері фізичної культури осіб зрілого віку. Впровадження дозволило вдосконалити та доповнити навчально-методичний матеріал лекційних і семінарських занять, розширити та поглибити знання майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту щодо питань гендерних особливостей формування мотиваційно-ціннісних пріоритетів у сфері фізичної культури осіб зрілого віку. Результати отриманих досліджень впроваджено в практику роботи закладів вищої освіти та в оздоровчо-тренувальний процес навчально-оздоровчих комплексів, що підтверджено відповідними актами впровадження.

**Особистий внесок здобувача** полягає у визначенні мети і напряму дослідження, вивченні спеціальної літератури за тематикою дослідження, зборі матеріалу, організації і проведенні дослідження, вивченні, аналізі і викладенні

результатів, підготовці матеріалів до друку. У працях, які виконані у співавторстві, авторці належить добір та аналіз даних, теоретичне узагальнення, обґрунтування отриманих результатів, формулювання висновків.

**Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях.** За темою дисертації опубліковано 13 наукових публікацій: 4 статті в наукових виданнях із переліку наукових фахових видань України, одне з яких проіндексоване в базі даних Scopus (Q2); 1 стаття в періодичному науковому виданні Румунії, проіндексованому в базі даних Scopus (Q4); 4 публікації апробаційного характеру; 4 публікації додатково відображають наукові результати дисертації.

**Оцінка змісту дисертації та її основних положень.** Дисертаційна робота складається з анотації, вступу, 5 розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг дисертації становить 219 сторінок, список використаних джерел 212 найменувань, з них 29 – латиницею. Робота містить 57 таблиць та 6 рисунків.

**У першому розділі «Теоретико-методичні засади формування мотивації осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності»** проведений теоретичний аналіз науково-методичної літератури стосовно проблеми дослідження. Зокрема, здобувачкою встановлено, що проблема мотивації до занять руховою активністю є актуальною як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології та фізичному вихованні. Визначено, що саме суспільство формує стереотипи, які обумовлюють гендерні відмінності мотивів до оздоровчо-рекреаційної рухової активності, при цьому з віком мотиви можуть змінюватися. Авторка констатує, що проблема гендерної відмінності у мотивах осіб різних вікових груп до оздоровчо-рекреаційної рухової активності досліджена недостатньо.

У другому розділі «Методи та організація досліджень» детально описані методи дослідження та представлена доцільність їх використання. Для вирішення поставлених завдань здобувачка використала соціологічні, психологічні, педагогічні методи дослідження; авторську методику А. Запісочного для визначення ризику розвитку серцево-судинних захворювань та методики SF-36 для визначення якості життя.

Статистична обробка проводилася застосовуючи комп'ютерні програми Excel та Statistica 10.0. Ряди даних перевірялися на відповідність нормальному закону розподілу; знаходилися статистично підтвержені відмінності за статевими та віковими ознаками; проводився кореляційний аналіз.

У рамках даного розділу розкрито специфіку організації дослідження та вказано його етапи.

У третьому розділі «Мотиваційно-ціннісні пріоритети осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності з урахуванням гендерних особливостей у віковому аспекті» висвітлено мотиви і інтереси осіб зрілого віку до занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю; описано їх відмінності у осіб різних вікових груп (першого періоду зрілого віку і другого періоду зрілого віку); окреслені гендерні особливості. Зокрема зазначено, що самооцінка фізичного розвитку у жінок нижча, ніж у чоловіків, окрім вікової групи жінок до 30 років. Здобувачка встановила, що у вільний час інтереси осіб зрілого віку обумовлені соціальними умовами, сімейним станом, особистими психологічними, фізичними та побутовими потребами, особистими інтересами, та мають особливості їх прояву у віковому аспекті. Вражають результати тесту А. Запісочного, відповідно до яких у стресовому стані знаходяться 85 % чоловічого населення і 73% жінок. За допомогою неспецифічного опитувальника SF-36 визначено, що якість життя у жінок і чоловіків з віком погіршується. Визначено, що причиною погіршення якості життя є зниження рухової активності з віком.

У четвертому розділі «**Особливості впливу гендерних характеристик на формування мотивації до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю**» представлено дослідження гендерних особливостей психологічних уподобань, поведінкової стратегії, захоплень та їх зв'язок із приналежністю до психотипу. Здобувачка встановила залежність відмінності способу життя у представників різних психотипів за критеріями: бажання займатися оздоровчо-рекреаційною руховою активністю, бажання нормалізувати масу тіла, схильністю до переїдання. Описала виявлені відмінності у залежності від психотипу схильності до серцево-судинних захворювань, наявності надлишкової ваги, схильності до напруження яке не проходить. Авторка констатує, що стрес найбільше впливає на осіб, у яких біологічна стать не співпадає з соціальною – фемінінних чоловіків і маскулінних жінок. На основі отриманих експериментальних даних розроблена технологія формування мотиваційно-ціннісних пріоритетів до оздоровчо-рекреаційної рухової активності осіб зрілого віку.

У п'ятому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**» здобувачка узагальнила результати власних експериментальних досліджень, зіставила отримані результати із даними інших дослідників. Визначила наукові положення, які були підтверджені, доповнені та набули подальшого розвитку.

Оцінюючи роботу Іванік Оксани Борисівни позитивно, вважаю за необхідне звернути увагу на окремі зауваження:

1. У тексті зустрічаються слова і словосполучення вжиті у непрямому значенні, які слід брати в лапки, наприклад словосполучення «молодшання хвороб» у розділі 1 на сторінці 51.

2. У назві таблиці 3.32 вказані одиниці виміру %, хоча у різних колонках таблиці ідеться про різні одиниці виміру: у першій колонці – нумерація кластерів; у другій колонці – перераховані психотипи; у третій колонці – дані виражені у

відсотках. Одиниці виміру прийнято вказувати у головці таблиці або у боковику після назви показника (наприклад:  $VO_{2\max}$ ,  $мл \cdot хв^{-1}$ ).

3. У таблицях 4.21; 4.22 наведено числові дані, але не вказано, які одинці виміру вони відображають. Лише із тексту зрозуміло, що йдеться про відсотки.

4. У таблицях розділів 3 і 4 переважно наведено дані, які характеризують відсоткові співвідношення показників. Хоча по тексту багато інформації стосовно кореляції та вірогідної відмінності між показниками, які у таблицях не представлені, що ускладнює сприйняття даної інформації.

5. У рисунках 4.2, 4.3 не вказані одиниці виміру, лише з тексту зрозуміло, що йдеться про %.

6. У тексті міститься незначна кількість граматичних помилок. Так, наприклад, на ст. 65 у першому реченні слово «відбиває», не підтримує логіки контексту речення. Натомість, за контекстом речення підходить слово «відображає».

Зазначені зауваження не впливають на достовірність викладеного матеріалу, не знижують наукового значення та практичної цінності дисертації.

**Загальний висновок.** Обрана тема дисертації «Формування мотиваційно-ціннісних пріоритетів осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності» є актуальною, наукові положення висунуті авторкою достатньо обґрунтовані, підтверджені статистичними даними та повною мірою висвітлені у публікаціях, отримані результати є новими, робота виконана із дотриманням академічної доброчесності. Враховуючи вищевикладене, вважаю, що дисертаційна робота Іванік Оксани Борисівни «Формування мотиваційно-ціннісних пріоритетів осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності» відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт, вимогам до оформлення дисертації, затвердженим наказом Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017 № 40 (зі змінами, внесеними згідно з Наказом



Міністерства освіти і науки України №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 12.01.2022 №44), а її авторка Іванік Оксана Борисівна заслуговує на присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

**Офіційний опонент:**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Вячеслав МІРОШНІЧЕНКО

Офіційний підпис *В. Мірошніченко*  
 к. н. з фіз. вих. год. засвідч.  
 доцентка ЗПНБ  
 кафедри загального відділу *Оксана СТРЕТОВЧУ*

Проректор з НТД *Тетяна МАРЕНА*