

ВІДГУК

офіційного опонента доктора наук з фізичного виховання і спорту,
професора Афанасьєва Сергія Миколайовича на дисертацію
Ватаманюка С. В. «Підвищення рівня стану біогеометричного профілю
постави чоловіків зрілого віку засобами оздоровчого фітнесу»,
подану на здобуття ступеня доктора філософії зі спеціальності
017 Фізична культура і спорт

Актуальність. Представлена до захисту робота є цілісним системним дослідженням. Аргументація дисертантом актуальності й доцільності розробки теми «Підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку засобами оздоровчого фітнесу» є вичерпною.

Автор звертає увагу на те, що особливістю розвитку сучасного суспільства є постійне зростання інтенсифікації розумової праці поряд зі зниженням рухової активності, яка характерна для більшості молоді, що негативно впливає на її здоров'я, у тому числі й на опорно-руховий апарат.

Автором підкреслено набуття соціально-економічної значущості проблеми, вирішенню якої присвячене наукове дослідження. Дисертант відмічає, що в спеціальній літературі, як вітчизняній, так і закордонній, недостатньо висвітленими є теоретико-методичні основи підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків першого зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом.

Ступінь обґрунтування наукових положень, висновків і рекомендацій, які сформульовані у дисертації. Достовірність отриманих в дисертації результатів забезпечено доцільними методологічними та методичними підходами, обрані статистичні методи є також сучасними і обґрунтованими. Дисертант використав методи математичної статистики: описова статистика, вибірковий метод, параметрична та непараметрична описова статистика, параметричний критерій Ст'юдента для залежних та незалежних вибірок, непараметричний критерій Манна-Уїтні,

непараметричний дисперсійний аналіз Краскела-Уолліса.

Етапи дослідження виконані згідно з загальною ідеєю роботи і є логічними і послідовними. У роботі було використано дані медичної документації, педагогічне тестування, медико-біологічні методи, фотозйомку й аналіз постави, візуальний скринінг стану біогеометричного профілю постави, дослідження вертикальної стійкості тіла.

Дослідження ґрунтується на достатньому за обсягом матеріалі. У дослідженні брали участь 76 чоловіків за двома віковими групами – 40 осіб 26–30 років і 36 осіб 31–35 років.

Таким чином, сучасний методичний рівень роботи, відповідність вибірки критеріям репрезентативності, висока інформативність використаних методів дослідження та адекватність статистичного аналізу дозволяють вважати результати дослідження, наукові положення, висновки і практичні рекомендації достовірними та науково обґрунтованими.

Зв'язок роботи з науковими планами та темами. Дисертаційну роботу виконано на кафедрі кінезіології та фізкультурно-спортивної реабілітації Національного університету фізичного виховання і спорту України відповідно до Плану науково-дослідної роботи на 2016–2020 рр. за темою 3.13 «Теоретико-методичні основи здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001615), керівник теми – д.фіз.вих., професор Кашуба В. О., та Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. за темою 3.2 «Теоретико-методичні основи біомеханічних технологій у фізичному вихованні, спорті, реабілітації з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини» (номер держреєстрації 0121U107944), керівник теми – д.фіз.вих., професор Кашуба В. О. Роль автора, як співвиконавця, полягала у розробці та обґрунтуванні технології підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків 26–30 років у процесі занять оздоровчим фітнесом.

Наукова новизна результатів, одержаних дисертантом у процесі дослідження, не викликає сумнівів, оскільки Ватаманюком С. В.

уперше теоретично обґрунтовано та розроблено структуру і зміст технології підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків першого періоду зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом, яка охоплює гуманістичний, аксіологічний, особистісно-орієнтований, діяльнісний і технологічний підходи, складається з трьох періодів, тематичних блоків і має визначальними особливостями системне та комплексне застосування: комплексів вправ із гумовою стрічкою-амортизатором, вправ з використанням трубчастого еспандера, фоам ролера «Blackrollmed», нестабільної поверхні «BOSU», фітбола, тренажера «функціональні петлі TRX», що відрізняє її від загальноприйнятих авторських програм;

уперше окреслено «зони ризику» виникнення функціональних порушень опорно-рухового апарату чоловіків 26–35 років із нормальною поставою;

уперше кількісно схарактеризовано біогеометричний профіль нормальної постави чоловіків 26–35 років, які належать до «зони ризику» виникнення нефіксованих порушень опорно-рухового апарату;

уперше кількісно схарактеризовано статодинамічну стійкість тіла (середній розкид коливань центру тиску, довжина траєкторії центру тиску, середня швидкість переміщення центру тиску в сагітальній і фронтальній площинах, якість функції рівноваги тіла) у пробі Ромберга з відкритими очима чоловіків 26–35 років із різними типами постави;

додовнено наукові знання про шляхи підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом;

додовнено результати дослідження соматометричних показників чоловіків зрілого віку із різними типами постави;

набули подальшого розвитку знання про практику візуального скринінгу для діагностування рівня стану біогеометричного профілю постави

чоловіків у процесі занять оздоровчим фітнесом.

Оцінка структури, змісту та оформлення дисертації.

У **Вступі** дисертантом коректно сформульовано об'єкт, предмет, мету, завдання як структурні елементи дослідження. Проведений аналіз дисертації свідчить, що дисертанту вдалося не лише оптимально визначити стратегію наукового пошуку, а й забезпечити його максимально повну реалізацію.

У **першому розділі «Проблеми і перспективи використання фізичних вправ у процесі занять оздоровчим фітнесом чоловіків зрілого віку з порушенням стану постави»** дисертантом показано вітчизняний і міжнародний досвід з проблеми порушень постави, сучасних особливостей її корекції. Важливим є проведений дисертантом огляд сучасних методик і технологій корекції порушень постави людини, які використовують у процесі занять оздоровчим фітнесом.

У **другому розділі** представлено методи дослідження: аналіз спеціальної наукової та методичної літератури й інформації із мережі Інтернет; педагогічне спостереження; педагогічний експеримент; педагогічне тестування; фотозйомка й аналіз постави; медико-біологічні методи дослідження; антропометрія; методи математичної статистики та організація дослідження. Об'єм досліджень достатній, застосовані методи досліджень є сучасними, що дозволяє підтвердити достовірність отриманих результатів, наукову новизну та практичну значущість.

Третій розділ «Особливості постави, рівня стану її біогеометричного профілю, соматометричних показників, фізичної підготовленості в чоловіків 26–35 років, які займаються оздоровчим фітнесом».

У ході дослідження автором проведено загальну оцінку рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків 26–30 та 31–35 років. Отримані результати обстеження чоловіків дозволили виокремити «зони ризику» виникнення у чоловіків функціональних порушень опорно-рухового апарату. Дисертантом виявлено погіршення з віком показників фізичної підготовленості обстеженого контингенту, зокрема зареєстрували найгірші

значення показників витривалості м'язів живота чоловіків 26–35 років зі сколіотичною поставою, показників гнучкості тазостегнового суглоба та поперекового відділу хребта чоловіків зі сколіотичною поставою (тоді як зафіксували найкращі показники гнучкості тазостегнового суглоба та поперекового відділу хребта у чоловіків із нормальною поставою).

У чоловіків встановлено і кількісні показники середнього розкиду коливань центру тиску, довжину траєкторії центру тиску, середню швидкість переміщення центру тиску в сагітальній і фронтальній площинах, якість функції рівноваги тіла та вертикальної стійкості тіла із різними типами постави.

У четвертому розділі «Обґрунтування та розроблення технології підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків першого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом, оцінювання її ефективності» представлено авторську технологію, яка відповідає аксіологічному, гуманістичному, діяльнісному, технологічному й особистісно-орієнтованому підходам. Технологія містить декілька періодів і тематичних блоків: функціональний, корекційно-профілактичний, релаксаційний, які спрямовані на підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави, покращення результатів фізичної підготовленості, нівелювання «зон ризику» виникнення функціональних порушень опорно-рухового апарату в чоловіків 26–35 років. Серед засобів, які застосовували в дослідженні, звертає на себе увагу використання комплексів вправ з гумовою стрічкою-амортизатором, з використанням трубчастого еспандера, нестабільної поверхні «BOSU», ролера «Blackrollmed», фітбола, тренажера «функціональні петлі TRX».

Постановка завдань, сформульованих на підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків у процесі занять оздоровчим фітнесом, детермінувала застосування під час занять оздоровчим фітнесом таких тематичних блоків, як: функціональний, корекційно-профілактичний, релаксаційний (Mind & Body).

Представлено результати перевірки ефективності авторської технології, які були отримані в процесі формувального педагогічного експерименту.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» здійснено детальний аналіз отриманих результатів у зіставленні з даними літературних джерел, що дозволило дисертанту дійти висновків.

Висновки в дисертації логічно витікають з аналізу і узагальнення результатів дослідження й цілком відповідають тим положенням, що сформульовані метою і завданнями роботи. Практичні рекомендації детально розкривають їх зміст і можуть бути використані в оздоровчих закладах.

Теоретичне значення дослідження та практична значущість наукової роботи полягають у впровадженні авторської технології в процес занять оздоровчим фітнесом чоловіків 26–35 років, що сприяло підвищенню рівня стану біогеометричного профілю їхньої постави та фізичної підготовленості. Запропонована технологія передбачає використання її в практиці роботи фітнес-клубів, закладів дозвілля, а також під час проведення самостійних занять. Основні положення та результати дослідження впроваджено в практику діяльності фітнес-клубів.

Матеріали можуть бути використані в професійній підготовці майбутніх фахівців у закладах вищої освіти для оновлення змісту лекційних і практичних занять; у процесі написання курсових і магістерських робіт, у розробці навчальних програм, у створенні навчальних посібників. Результати дослідження використовуються в навчальному процесі підготовки магістрів Національного університету фізичного виховання і спорту України.

У **висновках** дисертантом узагальнено найбільш важливі результати проведеного дослідження, які містять формулювання наукової проблеми, що порушується. Здобувачеві вдалося досягнути визначеної мети і вирішити поставлені завдання.

Основні положення дисертації викладено в доповідях на Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми розвитку фізичної культури, спорту і туризму в сучасному суспільстві»

(Івано-Франківськ, 2020); Міжнародній науково-практичній конференції «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії» (Дніпро, 2021); Міжнародній науковій конференції «Міжнародні дні фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури та спорту» (Рівне, 2021); Всеукраїнській електронній науково-практичній конференції з міжнародною участю «Біомеханіка спорту, оздоровчої рухової активності, фізичної терапії та ерготерапії: актуальні проблеми, інноваційні проекти та тренди» (Київ, 2021); науково-методичних конференціях кафедри кінезіології та фізкультурно-спортивної реабілітації (2018–2022).

За темою дисертації опубліковано 16 наукових праць: 7 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 2 публікації апробаційного характеру, 7 публікацій додатково відображають наукові результати дисертації.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається із вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій та додатків. Список використаних джерел налічує 178 найменувань. Загальний обсяг роботи становить 209 сторінок. Текст містить таблиці та ілюструється рисунками.

Відомості про дотримання академічної доброчесності. У тексті дисертації та наукових публікаціях **Ватаманюка С. В.** відсутні порушення академічної доброчесності.

Високо і позитивно оцінюючи наукове і практичне значення дисертаційної роботи, висловимо деякі зауваження та побажання дискусійного характеру:

1. У вступі слід підсилити актуальність дослідження наукової проблеми шляхом підкреслення соціальної ролі саме чоловіків 26—35 років у сучасному суспільстві.

2. Було би доречним, на наш погляд, підсилити критичний підхід автора до аналізу досвіду науковців України щодо окресленої в дисертації проблеми.

3. Внести зміни у формулювання окремих підрозділів дисертації.

4. Автор використовує термін кардіореспіраторна система, хоча згідно з теорією функціональних систем Анохіна П. К. така система відсутня.

5. У тексті роботи зустрічаються поодинокі технічні, стилістичні та орфографічні помилки.

Ці зауваження не мають принципового характеру та не зменшують наукову та практичну цінність роботи.

Загальний висновок.

Аналіз дисертації та опублікованих праць дає підстави для висновку про те, що дисертація **Ватаманюка С. В. «Підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку засобами оздоровчого фітнесу»**, подана на здобуття ступеня доктора філософії зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт є завершеною, самостійно виконаною науковою працею, що має вагомим теоретичне і прикладне значення, заслуговує позитивної оцінки, відповідає вимогам наказу Міністерства освіти і науки України № 40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації» (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки України № 759 від 31.05.2019), вимогам освітньо-наукової програми, яку завершив здобувач, і Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44, а її автор **Ватаманюк С. В.** заслуговує на присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

д.фіз.вих. професор,
Перший проректор з науково-педагогічної роботи
Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту



Сергій АФАНАСЬЄВ