

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу

Руденко Юлії Василівни «Корекція порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом», представлену на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт

У сучасному суспільстві істотно збільшуються вимоги до фізичного і функціонального стану працездатного населення. Зниження рухової активності, поява надлишкової маси тіла в поєднанні з іншими несприятливими факторами і шкідливими звичками у чоловіків зрілого віку призводять до зниження функціональної працездатності, збільшення ризику виникнення серцево-судинних захворювань, дисбалансу опорно-рухового апарату, що проявляється порушенням у стані біогеометричного профілю постави. Регулярні з адекватним навантаженням заняття фізичними вправами розширюють функціональні і адаптивні резерви найважливіших систем організму людей зрілого віку. В той же час, практично відсутні дослідження з корекції порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом. Викладені положення і обумовлюють актуальність обраної автором теми дисертаційного дослідження.

Дисертаційна робота виконана згідно з Планом НДР НУФВСУ на 2016-2020 рр. за темою 3.13 «Теоретико-методичні основи здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U001615).

Роль автора, як співвиконавця, полягала в розробленні технології корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом.

Дисертація складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел (304 найменувань найменувань) та додатків. Загальний обсяг роботи становить 254 сторінки. Дисертація містить 28 таблиць і 43 рисунків.

У вступі дисертантка обґрунтована актуальність досліджуваної теми. Дисертантка у своїй роботі намагалась вибудувати стратегію і тактику наукового пошуку таким чином, щоб охопити увагою важливі складові корекції порушень стану

біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом. У зв'язку з цим важливо зазначити, що вихідні положення дисертації (мета, завдання, об'єкт, предмет та провідна ідея дослідження) є достатньо виваженими, взаємопов'язаними, такими, що мають логічний і цілком обґрунтований характер.

Нам імпонує, що дисертантка вперше теоретично обґрунтувала та розробила структуру і зміст технології корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом; визначила особливості функціональної оцінки рухів (Functional Movement Screen, FMS); визначила показники загального рівня стану біогеометричного профілю постави, а також у фронтальній та сагітальній площинах, чоловіків 36–45 років з різними типами постави.

Автором доповнено наявні дані про рівень здоров'язбережувальних знань чоловіків другого періоду зрілого віку; про пріоритетні мотиви у структурі мотивації до занять оздоровчим фітнесом для чоловіків 36 – 40 та 41 – 45 років; про соціально-педагогічну структуру особистості чоловіків другого періоду зрілого віку; про результати дослідження щодо вивчення показників фізичного розвитку чоловіків 36–45 років із різними типами постави у процесі занять оздоровчим фітнесом.

У першому розділі дисертації «Аналіз наукового і практичного розроблення питань корекції порушень постави чоловіків зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом» автором проведено ґрунтовний аналіз окресленої проблеми, опрацьовано 304 джерела, з них 70 іноземною мовою.

В результаті встановлено недостатність вивчення стану просторової організації тіла людей зрілого віку в процесі занять фізичними вправами, також питання розробки технології корекції порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого зрілого віку засобами оздоровчого фітнесу.

Основні положення, що висвітлені у першому розділі, представлені у наукових працях автора.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» подано комплекс оптимальних та адекватних методів науково-педагогічного дослідження, які взаємно доповнювали один одного, які використовувалися відповідно до мети, завдань, об'єкту та предмету дослідження, а також інформацію про організацію дослідження, яке здійснювалося упродовж 2017-2020 рр. у чотири етапи.

У третьому розділі «Соціально-педагогічна структура особистості, мотивація, рівень здоров'язберезувальних знань, морфо-функціональні особливості чоловіків 36-45 років, котрі займаються оздоровчим фітнесом» подано результати власних досліджень автора щодо профілю відвідувача фітнес-клубу (чоловік віком 40 років, службовець з вищою освітою, одружений і такий, що має вільний для тренувань час переважно ввечері). В залежності від віку у чоловіків, як вказує дисертантка, змінюється соціально-педагогічна структура особистості та ціннісні орієнтири і мотиви до занять оздоровчим фітнесом.

Авторкою досліджено рівень знань з питань здоров'я, вивчено які порушення постави переважають у чоловіків зрілого віку. Також дисертантка за результатами аналізу розвитку фізичних якостей чоловіків другого періоду зрілого віку, стверджує, що відбувається зниження рухових якостей за всіма тестовими вправами, яке спостерігається з віком. Результати досліджень представлені у 4 наукових працях автора.

У четвертому розділі «Структура і зміст технології корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом та оцінка її ефективності» авторкою наведено результати, які висвітлюють науково-методичне обґрунтування технології корекції порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом, яка складалася з трьох етапів: втягуючого, корекційного, підтримуючого; включала концептуальний, організаційний діагностичний, інформаційний, корекційний, програмно-методичний компоненти та містила оцінку ефективності корекційно-профілактичних заходів за визначеними критеріями (тип постави, рівень стану біогеометричного профілю постави, рівень функціональної оцінки рухів, показники фізичного розвитку, фізична підготовленість чоловіків 36 – 45 років).

Після впровадження авторської технології в процес занять оздоровчим фітнесом у чоловіків другого періоду зрілого віку спостерігалось збільшення як показників стану біогеометричного профілю постави у сагітальній і фронтальній площинах чоловіків 36 – 45 років, так і загальної оцінки стану їх біогеометричного профілю постави; покращення функціональної оцінки їх руху та фізичної підготовленості.

Дисертанткою експериментально підтверджено ефективність авторської технології корекції порушень стану біогеометричного профілю постави, що надало підстави рекомендувати її для практичного впровадження у процес занять оздоровчим фітнесом чоловіків зрілого віку.

Результати досліджень представлені у 2 наукових працях автора.

У п'ятому розділі «Аналіз і узагальнення результатів дослідження» дисертанткою представлена систематизація наукових даних за результатами напрацювань інших авторів та власних, що дозволило сформулювати ключові положення, окреслити дискусійні питання, визначити основні результати дисертаційної роботи, їхню наукову та практичну значущість.

Детальне ознайомлення з матеріалом дисертації, аналіз основних її положень та висновків дозволяють нам констатувати, що авторці дослідження вдалося успішно вирішити основні завдання та досягти мети науково-педагогічного пошуку.

За темою дисертаційної роботи опубліковано 10 наукових праць. Основні положення дисертації викладено в 8 статтях: 7 праць опубліковано у фахових виданнях України (2 внесено до міжнародної наукометричної бази), 1 публікацію подано в науковому періодичному виданні іншої держави (Польща), внесеному до міжнародної наукометричної бази, 2 роботи мають апробаційний характер.

Слід відзначити також практичну значущість роботи, можливість використання її теоретико-методичних положень у процесі організації занять оздоровчим фітнесом чоловіків другого періоду зрілого віку.

Матеріали дослідження знайшли використання у практиці роботи фітнес-клубів різних типів, закладів дозвілля, під час проведення самостійних занять і розроблення практичних рекомендацій для фахівців сфери фітнесу та рекреації та упроваджені в навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України, Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, фітнес – клубів GYMMAXX (м. Київ), «Wishclub» (м. Київ), що підтверджено відповідними актами.

Порушень академічної доброчесності не виявлено.

Позитивно оцінюючи в цілому рівні наукової новизни і практичного значення дослідження, доцільно звернути увагу на деякі зауваження та побажання:

1. У ході констатувального експерименту, дисертантка оцінювала рівень

здоров'язберезувальних знань чоловіків другого періоду зрілого віку та виявила їх недостатній рівень щодо корекції порушень постави, впливу фізичних навантажень на організм людини, особливостей фітнес-тренувань для чоловіків другого періоду зрілого віку, а також засобів самоконтролю у процесі фітнес-тренувань.

По перше: аналіз отриманих даних не відображається у висновках до розділу. По друге: не знайшли свого відображення рівень здоров'язберезувальних знань, як критерію ефієктивності корекційно-профілактичних заходів в авторській технології.

2. В розробленій автором програмі занять незрозуміло яким чином враховувалися особливості фізичної підготовленості та мотиви, відповідно до рівня порушень постави та стану біогеометричного профілю постави.

3. Додаткового пояснення потребує уточнення параметрів фізичних навантажень в процесі занять, а саме: тривалість відпочинку між вправами та блоками, характер відпочинку.

4. Хотілося уточнити авторське бачення застосування інноваційних підходів під час занять, які використовувалися для стимулювання відвідування тренувань чоловіками.

5. Одним із завдань авторської технології було «формування теоретичних знань....корекційно-профілактичних заходів у процесі занять оздоровчим фітнесом.....», однак вирішення цього питання не знайло відображення у тексті роботи.

6. В розроблених автором практичних рекомендацій щодо використання сучасних оздоровчих технологій не відображено урахування мотивів чоловіків 36-45 років.

У порядку дискусії варто отримати відповіді на такі запитання:

1) які саме додаткові заходи використовувалися для залучення чоловіків 36-45 років до оздоровчої діяльності; яким чином підсилювалася їх мотивації до продовження тренувань?

2) які корективи через кожні 2-3 місяця вносились в програму занять відповідно до результатів самоконтролю?

Проте вказані недоліки не впливають на загальне позитивне враження від роботи та не знижують наукову і практичну значущість отриманих результатів дослідження.

Загалом, дисертаційна робота Руденко Юлії Василівни «Корекція порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом» є самостійною, завершеною кваліфікаційною науковою працею на правах рукопису, яка за актуальністю, науковою новизною, теоретичним та практичним значенням, обсягом проведених досліджень, відповідає спеціальності 017 - Фізична культура і спорт, вимогам до оформлення дисертацій, затвердженим наказом Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017 р. №40 (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки України № 759 від 31.05.2019 р.) та п.10 «Порядку проведення експерименту з присудження ступеня доктора філософії», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 167 від 06 березня 2019 року (із змінами, внесеними згідно з Постановою КМ Міністерства освіти і науки України № 979 від 21.10.2020 р.), а її автор Руденко Юлія Василівна заслуговує присудження ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 - Фізична культура і спорт.

Офіційний опонент: доктор педагогічних наук, професор завідувач кафедри теоретичних основ фізичного та адаптивного виховання Класичного приватного університету

Є.А. Захаріна

Перший проректор з наукової та науково-педагогічної роботи Класичного приватного університету



О.В. Покатаєва



