

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу

ПІДГАЙНОЇ ВІРИ ОЛЕКСІЇВНИ

«Програмування фізкультурно-оздоровчих занять для юнаків 16-17 років з використанням засобів аква-рекреації», представлену на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт

Актуальність обраної теми

Аналіз літературних джерел свідчить, що вивчення проблеми організації оздоровчо-рекреаційних занять з різними верствами населення, спрямованих на підвищення показників здоров'я та фізичного стану, привертає увагу досить широкого кола як українських, так і зарубіжних дослідників.

Так, у роботах Т.Ю. Круцевич, О.В. Андрєєвої, О.М. Ярмач проаналізовано проблеми розробки та впровадження нових фізкультурно-оздоровчих занять під час дозвілля, визначено основні мотиви, що спонукають юнаків до занять та пріоритети у виборі різних форм активності; А.В. Воробйова (2012), М.М. Саїнчук (2011), Н.В. Ковальова (2013), Д.С. Єлісеєва (2015) розглянули інноваційні підходи до організації роботи старшокласників з фізичного виховання у позаурочний час; D. Kirk, D. Macdonald (2006), С. Hopper (2008) вивчили різноманітні аспекти використання занять видами рухової активності на воді для розв'язання завдань оздоровлення, активного відпочинку, підвищення рівня фізичного стану різних верств населення.

Аналіз науково-методичної літератури показує, що багато аспектів організації рекреаційних занять для юнаків досліджені досить широко і багатосторонньо. В той же час, практично відсутні дослідження з обґрунтування програм аква-рекреації, спрямованих на вмотивоване залучення до рухової активності юнаків, підвищення рівня здоров'я та

рухової активності. Викладені положення і обумовлюють актуальність обраної автором теми дисертаційного дослідження.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих в дисертації, їх достовірність

Наукові положення дисертації та висновки достатньою мірою обґрунтовані теоретичними даними, відповідають меті, завданням, об'єкту та предмету дослідження.

Ступінь їх вірогідності забезпечується:

- кількістю використаних літературних джерел, яка склала 250;
- використанням документальних матеріалів, законодавчих та нормативних документів України та інших країн, сучасної навчальної літератури та наукових статей;
- використанням адекватних методів наукового пізнання;
- тривалістю виконання дисертаційного дослідження (2016-2020 рр.);
- кількістю наукових публікацій та представленням наукових досліджень на конференціях різного рівня;
- результатами впровадження в навчальний процес державних освітніх установ.

Повнота викладення наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях

За матеріалами дисертації опубліковано 24 наукові праці: серед яких 8 статей надруковані у фахових виданнях за напрямом 017 – Фізична культура і спорт, 1 – у закордонному фаховому виданні; 14 публікацій апробаційного характеру та 1 додаткова публікація у фаховому виданні за напрямом педагогічні науки.

Результати наукових досліджень були представлені і обговорені на Міжнародних та Всеукраїнських наукових конференціях, зокрема:

Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура і спорт: досвід та перспективи» (Чернівці, 6-7 квітня 2017 р.); X Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух» (Київ, 24-25 травня 2017 р.); XI Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух» (Київ, 10-12 квітня 2018 р.); II Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура і спорт: досвід та перспективи» (Чернівці, 4-5 квітня 2019 р.); XII Міжнародна конференція «Молодь та Олімпійський рух» (Київ, 17 травня 2019 р.); науково-методичних конференціях кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ (Київ, 2016 – 2020 рр.).

Проблематика, зміст, кількість публікацій за дисертаційним дослідженням повністю відповідає вимогам МОН України. Теоретичне оприлюднення наукових досліджень на конференціях повною мірою засвідчує належну апробацію результатів.

Оцінка змісту дисертації та її основні положення

Дисертаційна робота має усі необхідні структурні елементи, а саме анотацію, зміст, перелік умовних скорочень, основну частину, яка складається з 5 розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних джерел, додатків. Дисертаційна робота представлена на 248 сторінках, має 43 таблиці, 14 рисунків, 250 літературних джерел.

У вступі дисертанткою наведено:

- *обґрунтування актуальності обраної теми;*
- *зв'язок роботи з науковими планами, темами:* дослідження було проведено згідно теми науково-дослідної роботи кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ 3.9 «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630);

- *мету дослідження,* яка спрямована на теоретичне обґрунтування та розробку програми фізкультурно-оздоровчих занять з використанням засобів аква-рекреації для юнаків 16-17 років, спрямованої на підвищення показників

фізичного стану, залучення до регулярних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю, було досягнуто;

- *завдання дослідження*, що полягають у аналізі результатів наукових здобутків вітчизняних та зарубіжних фахівців з теоретичних основ програмування фізкультурно-оздоровчих занять для юнаків старших класів у процесі дозвіллевої діяльності; виявленні мотиваційних пріоритетів до видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, показників фізичного стану юнаків 16-17 років та оцінці ступеня їх відхилення від нормативних параметрів; розробці структури та змісту програми фізкультурно-оздоровчих занять з використанням засобів аква-рекреації для юнаків 16-17 років та оцінці її ефективності; визначенні впливу занять з використанням засобів аква-рекреації на показники фізичного стану учнів старших класів і обґрунтуванні раціональних рухових режимів та оптимальних параметрів фізкультурно-оздоровчих занять для юнаків;

- *об'єкт та предмет дослідження*;

- *методи дослідження*, що використовувалися для розв'язання поставлених завдань, а саме блок теоретичних, соціологічних, фізіометричних, соматометричних та статистичних методів;

- *наукову новизну дослідження*, яка полягає в тому, що автором: вперше визначено позитивний вплив фізкультурно-оздоровчих занять з використанням засобів аква-рекреації на показники фізичного стану, рівень залучення школярів до регулярних фізкультурно-оздоровчих занять руховою активністю юнаків 16-17 років; на основі даних про рівень розвитку показників морфо-функціонального стану юнаків 16-17 років вперше здійснено диференціацію фізичних навантажень у фізкультурно-оздоровчих заняттях з використанням засобів аква-рекреації залежно від ступеню відхилення від нормативних параметрів показників фізичного стану школярів;

- *практичну значущість результатів*, яка полягає у можливості їх впровадження в процес фізкультурно-оздоровчих занять учнів старших

класів. Використання у дисертаційному дослідженні програми фізкультурно-оздоровчих занять з елементами аква-рекреації дозволяє покращити рівень фізичної підготовленості, психоемоційного та функціонального стану організму та показники стану здоров'я юнаків. Практичні рекомендації та висновки можна використовувати в навчально-виховному процесі дитячо-юнацьких спортивних шкіл в розділі «Масовий спорт» або «Оздоровча робота» та в освітньому процесі закладів вищої освіти, під час вивчення відповідних дисциплін: «Інноваційні технології в рекреації» та «Аквафітнес»;

- *особистий внесок здобувача, який полягав у теоретичній розробці основних ідей і положень дисертаційного дослідження, узагальненні даних та їх інтерпретації, визначенні напрямів впровадження результатів, оформленні й написанні дисертаційної роботи, формулюванні висновків.*

- *апробація результатів, публікації, структура й обсяг роботи.*

У першому розділі дисертації – **«Теоретичні засади програмування фізкультурно-оздоровчих занять для юнаків старших класів»** проаналізовано та узагальнено відомості щодо сучасних підходів до обґрунтування рухових режимів юнаків 16-17 років в процесі фізкультурно-оздоровчих занять, тенденції у стані здоров'я, особливості показників фізичного стану юнаків 16-17 років та необхідність їх урахування в процесі фізкультурно-оздоровчих занять, особливості мотиваційних пріоритетів юнаків старших класів до видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, інноваційні технології зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку, використання засобів аква-рекреації під час фізкультурно-оздоровчих занять юнаків 16-17 років.

Обсяг розділу 1 – 38 сторінок, що складає 19% від основного обсягу дисертаційної роботи. Основні положення, що висвітлені у першому розділі, представлені у 7 наукових працях.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** подано опис основних методів, які використовувалися відповідно до мети, завдань, об'єкту та предмету дослідження, а також інформацію про організацію

дослідження. Воно здійснювалося упродовж 2016–2020 рр. у чотири етапи.

У процесі виконання дисертаційної роботи, відповідно до мети і завдань дослідження, були використані такі методи: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, документальних матеріалів, фізіометричні методи, соматометричні методи, педагогічні методи, психологічні методи, Фремінгемський метод вимірювання рухової активності, експрес-скринінг соматичного здоров'я за Г.Л. Апанасенком, статистичні методи.

У третьому розділі **«Характеристика мотиваційних пріоритетів до видів рухової активності та складових фізичного стану юнаків 16-17 років»** подано результати власних досліджень автора щодо аналізу мотивів до фізкультурно-оздоровчих занять під час дозвілля та загальнокультурних інтересів юнаків 16-17 років, схарактеризовано їх рівень рухової активності.

Автором були вивчено рівень здоров'я та захворюваності юнаків старших класів, подано характеристику показників фізичної підготовленості юнаків 16-17 років та показники їх фізичного стану.

В повній мірі автором були розкриті особливості показників біологічного віку юнаків 16-17 років.

Розділ 3 викладено на 46 сторінках дисертації, а результати досліджень представлені у 9 наукових працях автора.

У четвертому розділі **«Обґрунтування структури і змісту програми фізкультурно-оздоровчих занять з використанням засобів аква-рекреації для юнаків 16-17 років»** наведено результати, які висвітлюють програму занять з використанням засобів аква-рекреації для юнаків 16-17 років, надається обґрунтування раціональних рухових режимів та оптимальних параметрів фізкультурно-оздоровчих занять для старшокласників.

Розроблена програма включає в себе три етапи впровадження в практичну діяльність: підготовчий (спрямований на те, щоб сформувати стійкий інтерес, позитивне ставлення та потребу в систематичних заняттях, спланувати фізкультурно-оздоровчі заняття з елементами аква-рекреації, враховуючи індивідуальні показники фізичного стану старшокласників,

ознайомити з правилами техніки безпеки); основний, що сприяє покращенню рівнів фізичного здоров'я та фізичної підготовленості в процесі регулярних занять, раціональній організації дозвілля юнаків, підвищенню рівня рухової активності; заключний, спрямований на підтримання на належному рівні показників фізичного стану організму, належного рівня рухової активності.

Фізкультурно-оздоровчі заняття з елементами аква-рекреації включали: специфічні засоби фізкультурно-оздоровчого тренування, неспецифічні засоби тренування веслярів-початківців (вправи, спрямовані на вдосконалення рухових якостей – швидкості, сили, спритності, витривалості, гнучкості та швидко-силових якостей, такі як силові вправи з використанням власної ваги, плавання, ігри на воді, рекреаційні ігри).

Ефективність фізкультурно-оздоровчої програми з елементами аква-рекреації для старшокласників визначено через аналіз динаміки показників рухової активності, фізичної підготовленості, фізичного здоров'я та психоемоційного стану юнаків 16-17 років на початку та після завершення педагогічного експерименту.

Розділ 4 викладено на 43 сторінках тексту і отримані результати висвітлено у 5 публікаціях автора.

Наприкінці 3 та 4 розділів представлені висновки, які розкривають ступінь вирішення поставлених завдань.

У п'ятому розділі **«Аналіз і узагальнення результатів дослідження»** охарактеризовано повноту вирішення завдань досліджень та узагальнено результати наукової роботи.

Стосовно джерельної бази дисертації, вона складається з різноманітних груп джерел і є цілком репрезентативною.

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

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

1. Потребує більш глибокого обґрунтування актуальність проблеми дослідження для закладів освіти та місцевостей, де відсутні умови для аква-рекреації, спеціальне обладнання та працюючі відділення з веслування.

2. За логікою та змістом викладеного матеріалу підрозділ 1.1 «Сучасні підходи до обґрунтування рухових режимів юнаків 16-17 років в процесі фізкультурно-оздоровчих занять» доцільно об'єднати із підрозділом 1.4 «Інноваційні технології зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку».

3. У тексті роботи автор допускає некоректне посилання на Інтернет-ресурс Wikipedia, який не вважається науковим джерелом.

4. Використані у роботі методи дослідження є адекватними, однак у анотації автор згадує про аналіз практичного досвіду фахівців (стор. 4, абзац 2), а у підрозділі 2.2 декларує проведений на першому етапі дослідження контент-аналіз (метод формалізовано кількісного аналізу текстів) документальних матеріалів, однак результатів дослідження, отриманих з використанням цих методів ми не знайшли у роботі.

5. У структурі розробленої програми фізкультурно-оздоровчих занять для юнаків 16-17 років останній етап її організації, виходячи з його поставлених завдань, доцільно назвати не «заключний», а «підтримуючий».

6. В процесі організації перетворювального експерименту відсутня група порівняння, і це дозволяє нам передбачити, що статистично достовірні позитивні зміни показників фізичної підготовленості, рухової активності, соматичного здоров'я та психоемоційного стану, зафіксовані автором в процесі експерименту, мають випадковий характер і є наслідком сторонніх факторів, наприклад процесу фізіологічного дозрівання, самостійних занять або успішно організованого фізичного виховання у школі.

7. Особливої уваги заслуговують практичні рекомендації, подані автором, але дискусійним є їх спрямування на тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл, тому що за чинною «Навчальною програмою для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та

спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Веслування академічне» (2011) серед завдань підготовки для юнаків 16-17 років (6-7 роки навчання) на переході від етапу попередньої базової до спеціалізованої базової підготовки відсутні оздоровчо-рекреаційні.

Проте, представлені зауваження не знижують позитивного враження від науково-теоретичного рівня проведеного дослідження, його актуальності та практичної значущості.

Висновок про відповідність дисертації вимогам.

На підставі наведеного вище вважаю, що дисертаційна робота Підгайної Віри Олексіївни «Програмування фізкультурно-оздоровчих занять для юнаків 16-17 років з використанням засобів акварекреації» за актуальністю, науковою новизною, практичним значенням, обсягом проведених досліджень відповідає вимогам п.10 «Порядку проведення експерименту з присудження ступеня доктора філософії», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 167 від 6 березня 2019 року, а її автор заслуговує присудження ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт.

Офіційний опонент:

доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор, завідувач кафедри теорії та методики
фізичної культури Сумського
державного педагогічного університету
імені А.С.Макаренка



О.А. Томенко

