

**ВИСНОВОК**  
**ПРО НАУКОВУ НОВИЗНУ, ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ПРАКТИЧНЕ**  
**ЗНАЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ**  
**Руденко Юлії Василівни**  
**«Корекція порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків**  
**зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом»**  
**на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань «Освіта»**  
**за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»**

Комісія, створена згідно з Наказом ректора Національного університету фізичного виховання і спорту України № 328-заг. від 01.12.2020 р., у складі: кандидата наук з фізичного виховання і спорту, заступника завідуючого кафедри біомеханіки та спортивної метрології, доцента Носовій Н. Л. (голова) та рецензентів: доктора наук з фізичного виховання та спорту, завідувача кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ Андрєєвої О. В., кандидата наук з фізичного виховання та спорту, доцента кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ Хрипко І.В., проаналізувала результати та повноту виконання здобувачем ступеня доктора філософії, аспірантом кафедри біомеханіки та спортивної метрології Руденко Юлії Василівни освітньо-наукової програми, індивідуального плану наукових досліджень, ознайомила з текстом дисертації та опублікованими науковими статтями і тезами за напрямом дисертації, Експертним метрологічним висновком № 003-68/20 від 19.11.2020 р., а також заслухала доповідь основних положень дисертаційної роботи здобувача у вигляді презентації на фаховому семінарі та відповіді здобувача на запитання учасників фахового семінару.

**Актуальність теми дисертації.** На сучасному етапі розвитку українського суспільства теоретики та практики галузі фізичного виховання і спорту наголошують на безсумнівній актуальності такої проблеми, як відчутне погіршення фізичного стану та здоров'я осіб зрілого віку через фізіологічні зміни, спричинені природним процесом старіння. Загальноновизнаним у науковій спільноті є бачення детермінантами зниження функціональної працездатності та зростання ризику виникнення серцево-судинних захворювань у осіб зрілого віку, зокрема чоловіків, саме накопичення надлишкової маси тіла чи зменшення рухової активності на тлі дії інших негативних факторів і зрубних звичок. Посилює нагальність вищеназваної проблеми вагоме значення процесу збереження життя та здоров'я осіб зрілого віку як категорії населення із найбільшим трудовим і життєвим досвідом, що постає особливою цінністю для суспільства загалом.

Сучасні умови життєдіяльності, позначені недостатньою практикою м'язових напружень, значно увиразнюють роль у зміцненні здоров'я фізичних вправ як таких, що, на переконання фахівців, уможливають виконання комплексу оздоровчих завдань, серед яких – покращення функціонування м'язового апарату, серцево-судинної, дихальної й інших систем організму.

Відомо, що фактором зниження функціонального потенціалу організму та виникнення низки хронічних хвороб є віковий дисбаланс опорно-рухового апарату (ОРА), що має своїми виявами порушення у стані біогеометричного профілю постави. З огляду на вищевикладене та на основі узагальнення й систематизації напрацювань учених із проблеми порушення біогеометричного профілю постави постає очевидним брак у теорії фізичного виховання і спорту технології корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом. Наукова доцільність розроблення такої технології пов'язана з висновками вчених про те, що на сьогодні проблема старіння людства стає дедалі більш дотичною до суспільно-економічного життя соціуму: виразне зниження рівня народжуваності, спадний природний приріст населення слугують реальним підґрунтям слушності демографічних прогнозів про досягнення до 2025 року частки, яку складають люди віком від 60 років, чисельності в 1 млрд., що становитиме 15 % від усього населення земної кулі. Тому виконання пропонованої роботи важливе в контексті не тільки корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави та зміцнення м'язового апарату чоловіків другого зрілого віку зокрема, а й посилення рухової активності та покращення здоров'я значної частки населення загалом. Представлена до розгляду дисертаційна робота Руденко Ю. В. саме спрямована на теоретичне та практичне вирішення викладених вище питань.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Роботу виконано на кафедрі біомеханіки та спортивної метрології Національного університету фізичного виховання і спорту України, відповідно до теми 3.13 «Теоретико-методичні основи здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання різних груп населення», номер державної реєстрації 0116U001615, керівник д.фіз.вих., професор Кашуба В.О.

**Наукова новизна одержаних наукових результатів** полягає в тому, що в роботі вперше теоретично обґрунтовано та перевірено ефективність технології корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави

чоловіків другого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом, яка базується на принципах системності, єдності теорії і практики, детермінізму, оздоровчої спрямованості, а також гуманістичному, аксіологічному, особистісно-орієнтованому, діяльнісному та технологічному підходах; складається з трьох етапів, структурних компонентів (концептуального, організаційного діагностичного), передбачає використання ізотонічного кільця, ролів, мініболів, фітболів, спеціального обладнання («Реформер») і оцінювання ефективності корекційно-профілактичних заходів за дібраними критеріями; уперше визначено особливості функціональної оцінки рухів (Functional Movement Screen, FMS), а саме: «Deep Squat – присідання», «Hurdle Step – переступання через бар'єр», «In-Line Lung – випад», «Shoulder Mobility – рухливість плечового пояса», «Active Straight Leg Raise – підйом прямої ноги», «Trunk Stability Push Up – віджимання», «Rotary Stability – ротаційна стабільність» і фізичної підготовленості (витривалість м'язів живота, гнучкість тазостегнового суглоба та поперекового відділу хребта) чоловіків другого періоду зрілого віку, які займаються оздоровчим фітнесом, із різними типами постави та рівнем стану її біогеометричного профілю; уперше визначено показники загального рівня стану біогеометричного профілю постави, а також у фронтальній та сагітальній площинах, чоловіків 36–45 років з різними типами постави.

**Теоретичне значення отриманих результатів.** Отримані у роботі результати дозволяють суттєво розширити підходи до організації та проведення занять оздоровчим фітнесом на засадах диференціації відповідно особливостей рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку.

Беручи до уваги значення представленого дисертаційного дослідження, що визначило ключові положення технології корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом, робота може стати основою розгляду даної проблематики, в той самий час окреслені теоретичні положення та практичні результати експериментальних досліджень впроваджені у навчальний процес закладів вищої освіти та практичну діяльність оздоровчих фітнес клубів.

**Практичне значення отриманих результатів.** Практична значущість роботи полягає у можливості застосування її теоретико-методичних положень у процесі організації фізкультурно-оздоровчих занять чоловіків другого періоду

зрілого віку. Матеріали дослідження знайдуть використання у практиці роботи різних типів фітнес-клубів, закладів дозвілля, під час проведення самостійних занять і розроблення практичних рекомендацій для фахівців сфери фітнесу та рекреації.

Результати досліджень упроваджено в навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України, Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, фітнес – клубів GYMMAXX (м. Київ), «Wish club» (м. Київ). Упровадження підтверджено відповідними актами.

**Ступінь обґрунтованості і достовірності положень та висновків, сформульованих у дисертації.** Методологія дослідження базувалася на актуальній засадах наукової проблеми корекції порушень рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом. Визначення сфери та напрямів її вивчення органічно супроводжується подальшим поглибленням і конкретизацією предмета та об'єкта дослідницької діяльності, адекватних теоретичних і практичних завдань та методів їх вирішення.

Розв'язування поставлених у роботі завдань ґрунтується на використанні комплексу взаємозв'язаних сучасних валідних методів дослідження, яке було проведено на достатньому фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків.

Дисертаційна робота Руденко Ю. В. оформлена за загальноприйнятою схемою і складається з анотації, вступу, п'яти розділів власних досліджень та їх аналізу, рекомендацій щодо наукового і практичного використання здобутих результатів, висновків, списку використаних джерел, який містить 304 літературних найменувань та додатків.

Текстовий матеріал дисертації наочно проілюстровано 28 таблицями і 43 рисунками, які повною мірою відображають зміст проведеної роботи. Цифрові дані статистично оброблені і відповідно до логіки викладення адекватно проаналізовані.

У вступі обґрунтовано актуальність досліджуваної теми, показано зв'язок роботи з науковими планами, визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, розкрито наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів, їх впровадження у практику, зазначено особистий внесок здобувача в опубліковані спільно праці, наведено інформацію про

апробацію роботи та вказано кількість публікацій автора за темою дисертації.

У першому розділі відповідно до теми дисертаційного дослідження представлено аналіз і узагальнення науково-методичної літератури українських і закордонних фахівців. У широкого кола дослідників стан здоров'я сучасного населення викликає серйозну стурбованість. Учені відзначають, що найбільш високий показник захворюваності у класі хвороб системи кровообігу, друге місце в структурі захворюваності займають хвороби органів, третє рангове місце займають хвороби ОРА. Про актуальність проблеми усвідомлення феномена просторової організації тіла людини свідчать: в кінці ХХ і початку ХХІ століть особливо гостро стоїть питання про зростаючу тенденції порушень просторової організації тіла людини, зокрема, зниження рівня стану біогеометричного профілю постави. Це найбільш актуально для умов життя людини в мегаполісах; підвищення цінності людської індивідуальності в сучасному світі і загострене сприйняття всього, що пов'язано з особистісним самовираженням, а біогеометричний профіль постави є однією з характеристик цієї індивідуальності; формування просторової організації тіла в умовах сучасної цивілізації як однієї з характеристик фізичного здоров'я – символічної цінності; підвищена значущість в умовах сучасного суспільства питань іміджу як вміння уявити себе соціуму в належному стані просторової організації тіла чоловіків. Розглядалися питання щодо факторів, які впливають на стан просторової організації тіла чоловіків.

В другому розділі представлено опис методів, які використовувалися під час проведення дослідження відповідно до його мети, завдань, об'єкту, предмету та охарактеризовано доцільність їх застосування. Дисертаційна робота виконувалась поетапно з 2017 по 2021 роки і включала 4 етапи дослідження.

Основна частина дисертації викладена у 3, 4 та 5 розділах роботи.

У третьому розділі роботи представлено дані, які створюють уявлення про особливості досліджуваного контингенту, оцінку їх фізичного розвитку та характеристику фізичної підготовленості. В рамках проведення дослідження, на основі проведеного анкетування вивчено їх уподобання та мотиви до занять оздоровчим фітнесом. Порівняльний аналіз показників функціональної оцінки рухів чоловіків показав зниження рухових якостей за всіма тестовими вправами, яке спостерігається з віком. Застосування дисперсійного аналізу дозволило встановити статистично значущий ( $p < 0,05$ ) вплив рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків 36–

45 років на витривалість м'язів живота та гнучкість тазостегнового суглоба і поперекового відділу хребта. Встановлено, що зниження рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків обох підгруп обумовлює зниження витривалості м'язів живота.

У четвертому розділі детально розглянуто дані послідовного перетворювального експерименту. Технологія, яка базується на принципах системності, єдності теорії і практики, детермінізму, оздоровчої спрямованості, а її концептуальною основою стали гуманістичний, аксіологічний, особистісно-орієнтований, діяльнісний та технологічний підходи. Технологія має три етапи: втягуючий, корекційний, підтримуючий, включає концептуальний, організаційний діагностичний компоненти та містить оцінку ефективності корекційно-профілактичних заходів за визначеними критеріями.

Автором доведено та перевірено ефективність запропонованої технології, що підтверджено результатами експериментальної перевірки, а саме покращення динаміки показників зміни типу постави у чоловіків другого зрілого віку, рівня стану біогеометричного профілю постави, функціональної оцінки їх руху, позитивні зміни рухливості тазостегнового суглоба і поперекового відділу хребта у чоловіків, що прийняли участь у експерименті.

П'ятий розділ роботи посвячений аналізу і узагальненню отриманих результатів. Його зміст дозволяє оцінити отримані результати через призму загальновідомих теоретичних і методичних положень, дати їм обґрунтування та оцінити їх наукову новизну та практичну значущість.

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, список використаної літератури та додатки.

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

**Повнота викладення матеріалів дисертації в опублікованих працях.** Основні наукові положення дисертації опубліковані в наукових журналах та представлено в тезах на науково-практичних конференціях. У опублікованих наукових роботах зі співавторами та без, дисертант самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати.

За матеріалами дисертації 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.

**Конкретний особистий внесок дисертанта в одержання наукових результатів, що виносяться на захист.** Метою та завданням дослідження було сформульовано із науковим керівником. Автором самостійно проведено патентний пошук, проаналізовано літературні посилання, передовий досвід. Також здобувач самостійно виконував розробку технології диференційованих занять оздоровчим фітнесом жінок першого періоду зрілого віку з урахуванням показників просторової організації їх тіла, проводив статистичну обробку матеріалу, проаналізував отримані результати. Всі розділи власних досліджень, висновки та аналіз отриманих результатів дисертації оформлені автором самостійно. Здобувачем сформульовано висновки, які повністю відповідають поставленим завданням. Дисертантом підготовлено матеріали для наукових публікацій та для впровадження наукових розробок.

**Апробація результатів дисертації.** За рішенням Вченої ради Національного університету фізичного виховання і спорту України та наказу ректора НУФВСУ (№ 326-заг. від 01.12.2020 р.) фаховий семінар з попередньої експертизи дисертації відбувся 12.01.2021 р. на кафедрі біомеханіки та спортивної метрології під головуванням заступника завідуючого кафедри біомеханіки та спортивної метрології, доцента Носовій Н. Л. (голова) та за участю призначених рецензентів (д.фіз.вих., професора Андрєєвої О. В., к.фіз.вих. Хрипко І.В.) а також запрошених співробітників кафедр біомеханіки та спортивної метрології, спортивної медицини, здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України МОН України.

**Недоліки дисертації щодо її змісту та оформлення.**

Дисертаційна робота Руденко Юлії Василівни «Корекція порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом» є закінченим науковим дослідженням, у якому отримані нові наукові результати. Принципових зауважень щодо дисертації немає, окремі незначні помилки не зменшують загальну цінність дисертації.

**Відповідність дисертації вимогам, що пред'являються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії.** Дисертаційна робота Руденко Юлії Василівни «Корекція порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом» (науковий керівник – д.фіз.вих., професор Кашуба В.О.), є закінченою науково-дослідною роботою, яка містить нове вирішення актуального наукового завдання процесу фізичного виховання та сфери оздоровчого фітнесу. За оформленням і структурою дисертаційна робота відповідає основним вимогам, представленим до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії.

### **ВИСНОВОК**

Розглянувши дисертацію Руденко Юлії Василівни «Корекція порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом» та наукові публікації по темі дисертації, визначивши особистий внесок у всіх зарахованих за темою дисертації наукових публікаціях, опублікованих із співавторами (додаток 1), а також за результатами попередньої експертизи (фахового семінару), вважаємо, що робота є актуальною, являє собою повністю закінчену наукову працю, проведеною із застосуванням сучасних методів досліджень, має наукову новизну, практичне значення, адекватна поставленій меті та містить висновки, які відповідають завданням. В роботі відсутні порушення академічної доброчесності, видано Експертний метрологічний висновок № 003-68/20 від 19.11.2021 р. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим п. 10 «Порядку проведення експерименту з присудження ступеня доктора філософії», затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України № 167 від 6 березня 2019 року, відносно дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії та може бути рекомендована до офіційного захисту в спеціалізованій вченій раді.

Комісія рекомендує ректору НУФВСУ порушити клопотання перед МОН України про утворення спеціалізованої вченої ради для розгляду та проведення разового захисту дисертації Руденко Юлії Василівни:

**Голова спеціалізованої вченої ради:** Футорний Сергій Михайлович, завідувач кафедри спортивної медицини Національного університету фізичного виховання і спорту України, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор; м. Київ.

**Рецензент:** Андрєєва Олена Валеріївна, завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і



спорту України, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор; м. Київ.

**Рецензент:** Хришко Інна Василівна, доцент кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України, кандидат наук з фізичного виховання та спорту; м. Київ.

**Опонент:** Захаріна Світлана Анатоліївна, завідувач кафедри теоретичних основ фізичного та адаптивного виховання Класичного приватного університету, доктор педагогічних наук, професор; м. Запоріжжя.

**Опонент:** Гакмак Анна Вікторівна, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент; м. Чернівці.

**Голова комісії та фахового семінару з неперервної експертизи дисертації,**  
доцент кафедри біомеханіки  
та спортивної метрології НУФВСУ;  
к.фіз.вих., доцент

Н. Л. Носова

**Рецензенти:**

професор кафедри  
здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ,  
д.фіз.вих., професор

О. В. Андреева

доцент кафедри  
здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ,  
к.фіз.вих.

І. В. Хришко

*Хришко І.В., Андреева О.В., Захаріна С.В.*  
  
*В. а. м. о. п. л. м. ж. о. В. К.*

*Г. Г. Гудзенко*

27.11.20

**СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**  
**Наукові праці, в яких опубліковано основні наукові**  
**результати дисертації**

1. Руденко Ю, Хабинець Т, Ватаманюк С. Соціально-педагогічна структура чоловіків 36-45 років, котрі займаються оздоровчим фітнесом. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2018;30:82-92. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, в постановці мети та завдань роботи, визначенні методів, узагальненні даних щодо соціально-педагогічної структури чоловіків 36-45 років, котрі займаються оздоровчим фітнесом, формулюванні висновків. Внесок співавторів – допомога в проведенні дослідження.*

2. Кашуба В, Імас Є, Руденко Ю, Хабинець Т, Лопацький С, Ватаманюк С. Стан біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку що займаються оздоровчим фітнесом Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2018;31:38-44. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в постановці завдань дослідження, у математичній обробці даних щодо рівня стану біогеометричного профілю постави чоловіків 36-45 років, котрі займаються оздоровчим фітнесом, співавторів розроблення стратегії дослідження.*

3. Кашуба В, Імас Є, Руденко Ю, Лопацький С, Ватаманюк С, Хабинець Т. Скринінг фізичного розвитку чоловіків зрілого віку які займаються оздоровчим фітнесом Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2018;32:31-8. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в постановці завдань дослідження, аналізі й інтерпретації отриманих даних щодо фізичного розвитку чоловіків зрілого віку. Внесок співавторів – допомога в проведенні дослідження.*

4. Кашуба ВО, Імас ЄВ, Руденко ЮВ, Хабинець ТО, Ватаманюк СВ, Данильченко ВА. Функціональна оцінка рухів чоловіків зрілого віку що займаються оздоровчим фітнесом Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2019;10(118)19:60-7. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Здобувачеві належить проведення, аналіз і узагальнення результатів дослідження щодо функціональної оцінки рухів чоловіків 36-45 років, співавторів – допомога в проведенні дослідження.*

5. Кашуба ВО, Руденко ЮВ, Хабинець ТО, Ватаманюк СВ, Данильченко ВА. Ефективність технології корекції порушень стану біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку у процесі занять оздоровчим фітнесом Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2019;11(93):94-100. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Здобувачеві належить проведення*

*послідовно перетворювального експерименту, аналізі та узагальненню результатів дослідження. Внесок співавторів – допомога в проведенні дослідження.*

6. Руденко Ю, Литвиненко Ю, Хабінець Т, Ватаманюк С. Рівень здоров'язбережувальних знань чоловіків зрілого віку що займаються оздоровчим фітнесом Вісник Прикарпатського університету. 2019;34:33-8 Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок здобувача полягає в постановці завдань дослідження, аналізі й інтерпретації даних щодо рівня здоров'язбережувальних знань чоловіків зрілого віку що займаються оздоровчим. Внесок співавторів – допомога в проведенні дослідження.*

7. Руденко Ю, Ватаманюк С, Івченко В. Оцінка ефективності корекційно-профілактичних заходів з людьми зрілого віку на основі показників фізичної підготовленості Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2019. – Вип. 36:73-80. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в визначенні методів та узагальненні даних що стосуються фізичної підготовленості чоловіків 36-45 років. Внесок співавторів співавторів редагуванні статті.*

8. Kashuba V, Rudenko Y, Khabynets T, Nosova N. Use of correctional technologies in the process of health-recreational fitness training by men with impaired biogeometric profile of posture. *Pedagogy and Psychology of Sport*. 2020;6(4):45-55. eISSN 2450-6605. DOI <http://dx.doi.org/10.12775/PPS.2020.06.04.005>. Доступно: <https://apcz.umk.pl/czasopisma/index.php/PPS/article/view/PPS.2020.06.04.005> Видання Польщі, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Здобувачеві належить проведення послідовно перетворювального експерименту, аналізі та узагальненню результатів дослідження. Внесок співавторів – допомога в проведенні та редагуванні статті.*

### **Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації**

1. Кашуба В, Алешина А, Прилуцкая Т, Руденко Ю, Лазько О, Хабінець Т. К вопросу использования современных занятий профилактико-оздоровительной направленности с людьми зрелого возраста. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2017;29:50-8. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в систематизації джерел інформації щодо сучасних профілактично-оздоровчих занять, формулюванні висновків.*

2. Кашуба В, Альошина А, Бичук О, Лазько О, Хабінець Т, Руденко Ю. Характеристика мікроергономіки системи «людина-комп'ютер» як передумова розробки корекційно-профілактичних заходів із використанням вправ різної біомеханічної спрямованості. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

2017;28:С.17-27. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в обробці матеріалів щодо мікроергономіки системи «людина-комп'ютер», оформленні публікації, співавторів розроблення стратегії дослідження.*