

РЕЦЕНЗІЯ

доцента кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації національного університету фізичного виховання та спорту України Єракової Любові Анатоліївни на дисертаційну роботу Іванік Оксани Борисівни на тему «**ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИХ ПРІОРИТЕТІВ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ ДО ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ**», подану на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 – фізична культура і спорт (01 Освіта/Педагогіка)

Актуальність теми дисертації. Останні роки держава робить рішучі кроки для створення умов реалізації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних верств населення, що проявляється у розвитку спортивної інфраструктури, створення методичного забезпечення та навіть державних програм, наприклад «Активні парки» під патронатом Президента. Незважаючи на це, Україна досі на останніх місцях щодо відсоткового співвідношення залучення дорослого населення до рухової активності оздоровчої спрямованості. Питання пошуку зовнішніх та внутрішніх чинників, які спонукають до регулярного використання засобів фізичної культури у способі життя осіб зрілого віку з врахуванням гендерних особливостей є актуальним та своєчасним.

За результатами сучасних досліджень, представлених у вітчизняній та зарубіжній літературі визначено, що найбільш дієвим важелем залучення до регулярної спеціальноорганізованої рухової активності є підвищення мотивації та створення конкретних позитивних цінностей, що обумовлює певні складності скрізь призму побутових звичок, попереднього рухового досвіду, рівня освіти, культурних та сімейних обставин життя чоловіків та жінок зрілого віку.

Останні десять років система оздоровчо-рекреаційної рухової активності в Україні отримала суттєві трансформації в бік доступності оздоровчих послуг у розрізі форматів занять (он-лайн), збільшення інформації про користь оздоровчих занять, розповсюдження програм outdoor та фітнесу без використання додаткового обладнання, що відповідно потребує нових підходів до формування ціннісних орієнтацій різних верств населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Здобувачкою був запропонований варіант визначення мотиваційно-ціннісних орієнтацій, обумовлених не тільки віковими та статевими факторами, а й такою характеристикою, як гендер, що на наш погляд є перспективним та сучасним.

Варто відзначити, що ця тематика має не лише теоретичну, але й практичну значущість для оптимізації процесу формування позитивної мотивації дорослого населення до регулярних фізичних вправ, що у перспективі забезпечить профілактику хронічних неінфекційних захворювань, покращення якості життя та профілактику стресу.

Зв'язок роботи з науковим планами, темами. Актуальність роботи підтверджено і виконанням її 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 полягала у організації дослідження, збору та обробки отриманих даних й відповідно обґрунтуванні організаційно-методичних умов, які сприятимуть залученню осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Ступінь обґрунтованості наукових досліджень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації. Ретельний аналіз дисертації О.Б. Іваник дає підстави стверджувати, що підхід здобувача до наукової роботи відзначається фундаментальністю та ґрунтовністю дослідження. Варто відзначити чітку структуру роботи та логічність її викладу, обґрунтованість наведених висновків, які базуються на використанні різних сучасних та адекватних методів наукового пошуку. Справляє позитивне враження кількість залучених у дослідженні респондентів (297 осіб) працівників закладів освіти м. Києва. Автором належним чином визначено мету, об'єкт, предмет і завдання дослідження, яким відповідають адекватно підібрані методи наукового пошуку, що уможливили наукове обґрунтування теоретичних положень.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що:

- уперше визначені організаційно-методичні умови формування мотивації до систематичних оздоровчо-рекреаційної рухової активності з урахуванням гендерних особливостей чоловіків і жінок зрілого віку для підвищення їх 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 яких є інформаційні, мотиваційні та діагностичні компоненти;
- уперше встановлено взаємозв'язок між психологічною статтю, потребово-мотиваційною сферою, руховою активністю осіб зрілого віку та їх фізичним станом;
- уперше з'ясовані лімітуючі і стимулюючі фактори формування мотивації до самовдосконалення засобами фізичного виховання чоловіків і жінок зрілого віку в різні вікові декади залежно від гендерних особливостей;
- уперше систематизовані мотиваційні установки чоловіків та жінок щодо занять різними видами рухової активності та надані рекомендації до їх використання;

- доповнено дані про мотиваційно-ціннісні пріоритети осіб зрілого віку у виборі виду рухової активності залежно від гендерних особливостей.

Практичне значення отриманих результатів дослідження полягає в розробці технології визначення мотивації, інтересів і потреб осіб зрілого віку до занять різними видами рухової активності та рекомендації фахівцям сфери фітнесу та рекреації щодо ефективного їх використання для залучення різних груп населення до здорового способу життя.

Представлені в дисертації пропозиції впроваджено у практику роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України у вигляді лекційних матеріалів з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» та в оздоровчо-тренувальний процес навчально-оздоровчого комплексу «Олімпійський стиль» у вигляді рекомендацій для тренерів щодо ефективного залучення клієнтів до здорового способу життя.

За результатами дисертаційного дослідження автором сформульовано методичні рекомендації щодо гендерних особливостей формування мотивації у сфері фізичної культури осіб зрілого віку, які успішно впроваджено у педагогічний процес Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету ім. Г.С. Сковороди.

Оцінка змісту дисертації та її основних положень. Дисертація складається зі анотації українською та англійською мовами, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел (212 найменувань), додатків. Повний обсяг роботи становить 219 сторінок. Дисертація містить 57 таблиць і 6 рисунків, що комплексно візуалізують результати дослідження.

У вступі обґрунтовано актуальність обраної теми, вказано на зв'язок роботи з науковими планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичну значущість одержаних результатів, означено особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві наукових працях; подано інформацію про апробацію і впровадження результатів дослідження, наведено дані про кількість публікацій автора за темою дисертації.

У першому розділі **«Теоретико-методичні засади формування мотивації осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності»** здійснено аналіз, систематизацію і узагальнення науково-методичної літератури, документальних матеріалів із досліджуваної проблеми. Автором проаналізовано залучення осіб зрілого віку до рухової активності оздоровчої спрямованості, охарактеризовано мотиваційні пріоритети та ціннісні орієнтації чоловіків та жінок; представлено підходи до реалізації гендерного підходу залучення до занять руховою активністю оздоровчої спрямованості.

Здобувачем виявлено значну прогалину в науковому обґрунтуванні підходів формування позитивної мотивації та ціннісних пріоритетів осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності скрізь призму реалізації гендерного підходу.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** наведено методи дослідження, етапи та відомості про контингент учасників дослідження. Проведений теоретичний аналіз фахової літератури, настановного й узагальненого фактичного матеріалу, сучасного практичного досвіду дали змогу розкрити актуальність дослідження, уточнити і конкретизувати мету, завдання і спрямованість педагогічного дослідження, розробити зміст комплексної програми дослідження мотивів, інтересів і потреб осіб зрілого віку до занять різновидами рухової активності.

Варто зазначити, що здобувачем було використано адекватні методи дослідження: визначення психологічного типу осіб зрілого віку було використано статево-рольовий опитувальник Сандри Бем «Маскулінність-фемінінність»; оцінка ризику серцево-судинних захворювань (за методикою А. З. Запісочного); опитувальник «Самоопис фізичного розвитку», методика оцінювання якості життя – SF-36.

Анкетування та педагогічне спостереження проводилися з метою отримання об'єктивної та цілісної інформації про дотримання факторів здорового способу життя, мотивацію до рухової активності та змісту дозвілля

чоловіків та жінок зрілого віку. Статистична обробка отриманих даних здійснювалася із використанням пакетів програм Excel – 2016 та Statistika – 10.0. Організація дослідження представлена логічною послідовністю етапів, які реалізовувались протягом 2017 – 2023 років.

У третьому розділі **«Мотиваційно-ціннісні пріоритети осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності з урахуванням гендерних особливостей у віковому аспекті»** представлено дані соціологічного опитування. Автором здійснювався ретельний аналіз організаційних аспектів мотивації та реалізації програм оздоровчо-рекреаційної рухової активності осіб зрілого віку за статево-віковими групами по декадах, що дало можливість виявити конкретні відмінності.

Виявлено, що провідні мотиви жінок та чоловіків до реалізації програм рухової активності відрізняються, в чоловіків на першому місці – підвищення фізичної підготовленості (33%), в жінок – покращення здоров'я (34,5%); при цьому домінування тих чи інших мотивів змінюється у період від 30 до 50 років; спільним є факт, що мотив спілкування та самоствердження займають останні позиції в обох гендерних групах.

Для вирішення завдань дослідження автором визначено фактори, які спонукають осіб зрілого віку до занять рухової активністю та навпаки перешкоджають реалізації її. Вивчено фактори здорового способу життя, яких дотримуються респонденти, розглянуто сутність та зміст дозвільної діяльності дорослого населення, яке взяло участь у дослідженні. Негативна тенденція щодо проведення дозвілля жінок та чоловіків проявилася в перевазі пасивної рекреації такої як, читанню художньої літератури, перегляду телевізора, домашнім справам у віці після 50 років.

За результатами методики визначення ризику розвитку серцево-судинних захворювань та опитувальника SF-36 для визначення якості життя виявленню стійку тенденцію до погіршення результатів із віком в обох статевих групах, що пов'язано зі зниженням рухової активності, збільшення

кількості респондентів із надлишковою масою тіла, наявністю шкідливих звичок.

Четвертий розділ **«Особливості впливу гендерних характеристик на формування мотивації до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю»** присвячений вивченню особливостей поведінкової реакції осіб зрілого віку чоловіків та жінок у розрізі залучення до рухової активності в залежності від психотипів (маскулінність, фемінінність та андрогінність) за певними критеріями.

Розподіл чоловіків та жінок по психотипам показав домінування андрогінного типу як серед жінок – 77%, так й серед чоловіків – 58% при незначних маскулінному в жінок – 11%, та фемінному в чоловіків – 5%. Автором доведено, що серед андрогінів ($\chi^2=0,064$; $df=1$; $p=0,800$), маскулінів ($p=0,318$) та фемінінів ($p=0,274$) відвідування фізкультурно-оздоровчих занять не залежить від статі, а визначається саме відповідним психотипом.

Було виділено основні мотиви до занять оздоровчо-рекреаційної рухової активністю, такі як підвищити фізичну підготовленість, покращити здоров'я, нормалізувати масу тіла, активно проводити дозвілля, брати участь у змаганнях та інші, за допомогою методів математичної статистики визначено їх домінування при різних психотипах осіб зрілого віку, що було покладено в основу розробки технології.

Серед факторів, які спонукають до рухової активності оздоровчої спрямованості є спільні погляди, як в чоловіків так і жінок: серед маскулінного психотипу домінує знання про користь вправ; андрогінних інформація у медіа просторі та фемінінних – знання про користь вправ, проте спостерігаються й відмінності, такі як участь у змаганнях та поради друзів.

З метою більш ретельного розкриття отриманих результатів автором було проведено факторний аналіз отриманих показників чоловіків та жінок у віковому аспекті по декадах. У кожній віковій групі було виділено від двох до чотирьох факторів (фізичний розвиток, зовнішній вигляд, фізична підготовленість, здоров'я) із різним дисперсним вкладом. Відповідно до

запропонованого фактору й було розроблено рекомендації щодо використання засобів фізичного виховання для осіб відповідного віку та статі.

За сукупністю результатів дослідження Іваник О.Б. запропонувала дієву технологію формування позитивної мотивації осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності, яка включала принципи, які лягли в основу; організаційний, мотиваційно-ціннісний та методичний компоненти та відповідні критерії ефективності. Комплексний підхід, який використовувався дисертанткою й включав вивчення різноманітних показників, що формують мотиваційну сферу людини, таких як спосіб життя, якість життя, ризик розвитку серцево-судинних захворювань, лімітуючи та стимулюючи фактори, особливості психотипу дозволив виявити спільні риси та відмінності у формуванні ціннісно-мотиваційних орієнтацій дорослого населення до рухової активності що має суттєву наукову та практичну значущість.

У п'ятому розділі **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** представлено три групи даних: ті, які підтверджують, доповнюють наявні розробки та абсолютно нові результати з проблеми дослідження, які окреслюють ступінь вирішення завдань дисертаційної роботи. Зокрема підтверджено наукові дані А. І. Ткачової, Н.В. Ковальнової, О.Л. Благій, С. Дудіцької, А. Гакман, О. В. Андрєєвої, А. Ю. Нагорної та інших про те, що із віком спостерігається зниження рухової активності дорослого населення в поєднанні з порушенням факторів здорового способу життя та відповідно підсилює тенденції зниження можливостей організму та збільшенні ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань.

Дисертанткою доведено вміння логічно аналізувати, творчо підходити до вирішення наукових завдань, узагальнювати, зіставляти та порівнювати власні результати із даними сучасної наукової літератури та практичного досвіду. Дисертація характеризується глибоким розкриттям досліджуваної проблеми, самостійністю у підходах до її висвітлення, суттєвою теоретичною та практичною значущістю.

Порушень академічної доброчесності не виявлено

Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендації здобувача в опублікованих працях. Наукова активність дисертантки підтверджується участю в міжнародних конференціях, а основні положення дисертаційної роботи, які опубліковані в 13 наукових працях, з яких 4 статті представлено у фахових виданнях України, одне з яких проіндексоване в базі даних Scopus (Q2); 1 стаття в періодичному науковому виданні Румунії, проіндексованому в базі даних Scopus (Q4), що свідчить про достатній рівень професійних знань і активну наукову позицію в області проведення наукових досліджень. За матеріалами дослідження також опубліковано 4 праць апробаційного характеру та 4, які додатково висвітлюють результати роботи.

Результати дисертаційного дослідження пройшли апробацію на міжнародних і всеукраїнських конференціях, вивчення публікацій за темою дисертації свідчить про те, що в опублікованих працях у повній мірі висвітлено основні результати дисертаційного дослідження.

Зауваження та дискусійні питання щодо змісту дисертації. Позитивно оцінюючи дисертаційне дослідження О.Б. Іваник, вважаємо за необхідне висловити такі зауваження та побажання:

1. При формулюванні мети, завдань роботи та змісту розділів автор оперує, аналізує та розглядає наступні категорії: сфера фізичної культури, фізкультурно-оздоровчі заняття, фізичне виховання, в той час як в назві роботи вказано оздоровчо-рекреаційна рухова активність, хотілось би отримати додаткові пояснення чи ототожнюються ці поняття у підходах автора, тому що на наш погляд, їх необхідно уніфікувати відповідно до назви роботи.

2. У розділі 3 проаналізовано відповіді респондентів про організаційні умови реалізації оздоровчо-рекреаційної рухової активності й зроблено акцент на локалізації занять (фітнес-клуб, робота, майданчик) без врахування формату, наприклад самостійні, персональні групові, он-лайн, що не дає можливості оцінити якість реалізації цієї рухової активності.

Характеризуючи інформаційні джерела з яких особи зрілого віку отримують інформацію, мова йде про перегляд ТБ та публікації в газетах, журналах, на наш погляд треба було врахувати інші джерела отримання інформації, такі як соціальні мережі, Ютуб.

3. Відповідно до завдань роботи вами було виявлено фактори, що спонукають осіб зрілого віку до фізкультурно-оздоровчих занять, чи є сенс враховувати відмінності в залежності від гендера в чоловіків та жінок, коли майже в усіх на першому місці виступає фактор - знання про користь фізичних вправ.

В рамках наукової дискусії варто отримати відповіді на наступні запитання:

1. Які саме організаційно-методичні умови, що сприяють залученню до систематичних занять осіб зрілого віку було виділено за результатами дослідження й як при цьому було враховано гендерні особливості осіб зрілого віку.

2. Підрозділ 4.7 має назву технологія формування мотивації осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності, що саме ви вкладаєте в термін «технологія» в контексті Вашого дослідження.

Питання, які виникли при ознайомленні та аналізі дисертаційної роботи не несуть принципової спрямованості та не знижують позитивної оцінки наукової праці, а більше відносяться до побажань і дискусії.

Загальний висновок. Дисертаційна робота Іванік Оксани Борисівни на тему «Формування мотиваційно-ціннісних пріоритетів осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності» є самостійною закінченою науково-дослідною роботою кваліфікаційного характеру, яка відповідає вимогам наказу МОН України №40 від 12.01.2017 р. «Про затвердження вимог до оформлення дисертації» (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки №759 від 31.05.2019 р) 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 січня 2022 р. №44), а її автор Іваник Оксана Борисівна заслуговує на присудження їй ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта/Педагогіка за спеціальністю 017 – фізична культура і спорт.

Рецензент

доцент кафедри здоров'я, фітнесу та
рекреації Національного
університету фізичного виховання і
спорту України, кандидат наук з
фізичного виховання та спорту,
доцент



Л. А. Єракова

Вчений секретар Національного
університету фізичного виховання і
спорту України



Г. С. Машеренкова