

Відгук

офіційного опонента – доктора наук з фізичного виховання та спорту,
професора Чеховської Любові Ярославівни на дисертаційну роботу
Максименко Аліни Олександрівни «Корекція фізичного стану дівчат-
підлітків з дефіцитом маси тіла засобами оздоровчого фітнесу», подану до
захисту на здобуття ступеня доктора філософії з галузі знань
01 – Освіта/Педагогіка за спеціальністю
017 Фізична культура і спорт

Актуальність обраної теми.

Проблему порушення маси тіла людей різного віку і статі висвітлюють як вітчизняні, так і зарубіжні науковці. Однак, більшість із них пропонують програми, орієнтовані на профілактику ожиріння та боротьбу з ним. Зазначимо, що проблема дефіциту маси тіла особливо підлітків, є не менш актуальною. Це підтверджують турецькі (недостатня маса тіла є у 11,1 % дівчат і 14,4 % хлопців 12-17 років), німецькі (недостатня маса тіла є у 19,1 % дівчат і 12,6 % хлопців), польські (недостатня маса тіла є у 11,6 % дівчат-підлітків та 9,8 % хлопців), угорські (недостатня маса тіла є у 16,8 % дівчат і 15,1 % юнаків), італійські (недостатня маса тіла є у 8,7 % п'ятнадцятирічних дівчат) науковці у своїх дослідженнях.

Вітчизняними та зарубіжними науковцями звертається також увага на необхідність корекції маси тіла та її взаємозв'язок із руховою активністю.

Саме тому є актуальними дослідження, які спрямовані на підвищення фізичного стану дівчат-підлітків і корекція/нормалізація їхньої маси тіла. Дисертаційна робота Максименко Аліни Олександрівни спрямована на вирішення викладених проблем

Дисертаційну роботу виконано відповідно Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2016–2020 рр. 3.15. «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630) та Плану науково-дослідної роботи Національного університету

фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. 3.1. «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534), що також підтверджує її актуальність.

Роль автора як співвиконавиці даних тем полягала в обґрунтуванні та розробці комплексної програми занять з оздоровчого фітнесу для дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла, спрямованої на корекцію їх фізичного стану.

Обґрунтованість наукових положень і висновків, сформованих у дисертації обумовлена:

- висвітленням актуальної проблеми, яка відповідає спеціальності 017 – фізична культура і спорт;
- наявністю логічного зв'язку між темою дисертації та поставленими метою, завданнями, об'єктом, предметом дослідження, а також обраними методами і організацією дослідження;
- поетапним вирішенням чотирьох завдань, що дозволило досягнути мету дослідження;
- сучасними, інформативними і відповідними, обґрунтованими методами дослідження, що вирішили поставлені завдання;
- належною організацією дослідження, яка сприяла отриманню необхідних теоретико-емпіричних даних;
- достатнім масивом сучасних вітчизняних і зарубіжних джерел наукової інформації за темою дослідження;
- апробацією результатів дослідження здобувачки під час різних наукових заходів.

Усі наукові положення та висновки дисертаційної роботи достатньою мірою обґрунтовані експериментальними даними, відповідають меті та завданням дослідження.

Достовірність і новизна отриманих наукових результатів обумовлена:

- проведенням чотирьох етапного дослідження, що дозволило в логічній послідовності вирішити поставлені завдання упродовж 2020-2023 рр.;
- достатнім науковим і методичним рівнем досліджень із застосуванням

адекватних методів наукового пошуку, зокрема, використані: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури і документальних матеріалів; антропометричні та фізіологічні методи дослідження; соціологічні методи (анкетне опитування); педагогічні методи (спостереження; тестування, експеримент); психодіагностичні методи дослідження; методи математичної статистики. Застосування методів математичної статистики (середнє арифметичне значення (\bar{x}); стандартне відхилення (SD); багатofакторний дисперсійний аналіз та ін.) і задані рівні надійності $P = 95\%$ (рівень значущості $p = 0,05$), $P=99\%$ (рівень значущості $p = 0,001$) підвищили надійність та об'єктивність висновків;

- залученням до дослідження 138 дівчат віком 12–13 років; 9 експертів – фахівців у сфері оздоровчого фітнесу, спортивної дієтології, психології.

У ході проведеного дослідження автором отримані результати, що мають відповідну наукову новизну:

– вперше теоретично обґрунтовано та розроблено комплексну програму занять оздоровчим фітнесом для дівчат-підлітків 12–13 років з недостатньою масою тіла, відмінними рисами якої є урахування особливостей факторної структури їх фізичного стану та рухової активності, на основі якого було визначено розподіл та зміст педагогічних засобів в процесі занять з використанням засобів оздоровчого фітнесу;

– вперше обґрунтовано можливість корекції показників фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла за допомогою поєднаного впливу засобів оздоровчого фітнесу, психологічної корекції, мотиваційного навчання, зміни харчової поведінки;

– вперше визначено відмінності у ціннісних орієнтаціях, мотиваційних пріоритетах дівчат 12 – 13 років з різною масою тіла.

Отже, здобувачка отримала нові та достовірні наукові знання, що мають важливе теоретичне та прикладне значення.

Практична значущість дисертаційної роботи полягає у розробленні рекомендацій, спрямованих на корекцію фізичного стану дівчат підліткового віку з дефіцитом маси тіла в процесі занять оздоровчим фітнесом. Сформульовані в дисертації висновки і пропозиції використано для впровадження в матеріали навчальних дисциплін підготовки студентів «Інноваційні технології у фітнесі» (акт впровадження від 4.09.2023), «Фітнес та рекреація» (акт впровадження від 4.09.2023) Національного університету фізичного виховання і спорту України, а також у практику роботи школи І–ІІІ 31 ступеня № 25 Шевченківського району м. Києва (акт впровадження від 29.09.2023) та навчально-тренувальний процес Комунального закладу Маловільшанської сільської ради «Дитячо-юнацька спортивна школа» (акт впровадження від 7.09.2023), що підтверджено відповідними актами

Повнота викладу матеріалів дисертації в наукових публікаціях, захищених за темою дисертації.

Наукові результати дисертації висвітлені в 14 наукових публікаціях: 10 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України; 4 публікації апробаційного характеру.

Аналіз змісту публікацій та дисертаційної роботи свідчить, що її основні положення в повному обсязі є репрезентовані. У кінці кожного розділу дисертації здобувачка дає посилання на власні наукові праці, де викладені його основні положення.

Характеристика основних положень дисертаційної роботи.

Дисертаційна робота є завершеною і викладена українською мовою на 221 сторінці, з яких 184 (7,66 авторських аркушів) – основного тексту. Має усі необхідні структурні елементи: титульний аркуш; анотації; зміст; вступ; 5 розділів; висновки; список використаних джерел; додатки.

В анотації подано короткий виклад українською та англійською мовами основних наукових положень дисертаційної роботи та її ключових слів, а також список опублікованих праць за темою дисертації. Робота ілюстрована 51 таблицею та 35 рисунками. Усього використано 193 джерела наукової та спеціальної літератури.

У **вступі** здобувачкою обґрунтовано актуальність теми роботи, подано зв'язок дисертаційного дослідження з науковими програмами, планами й темами; визначено об'єкт, предмет, мету; сформульовано завдання обґрунтовано методи дослідження; розкрито положення наукової новизни і практичної значущості отриманих результатів, розкрито особистий внесок здобувачки у спільних публікаціях; описано апробацію та сферу впровадження результатів дослідження; вказано кількість публікацій за темою дисертаційного дослідження.

У **першому розділі** «Сучасні підходи до корекції фізичного стану дівчат підлітків з недостатньою масою тіла засобами оздоровчого фітнесу» представлено результати аналізу науково-методичної літератури та інформаційних джерел Інтернету для встановлення розробленості проблеми.

У даному розділі подано сучасні тенденції стану здоров'я та проблеми дефіциту маси тіла у підлітковому віці; характеристику рухової активності, сутність емоційного стану та харчової поведінки дівчат підліткового віку у формуванні недостатньої маси тіла.

Здобувачка вдало обґрунтовує використання засобів оздоровчого фітнесу у корекції фізичного стану дівчат-підлітків з недостатньою масою тіла як наукову проблему.

У **другому розділі** «Методи та організація дослідження» обґрунтовано доцільність застосування методів відповідно до мети, завдань, об'єкта та предмета дослідження.

Теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури і документальних матеріалів здійснювався з метою ґрунтовного аналізу досліджуваної проблеми, визначення її новизни, формулювання мети та завдань дисертаційного дослідження. Бібліосемантичний аналіз застосовувався для вивчення та аналізу даних вітчизняних та іноземних наукових джерел, міжнародних та національних галузевих статистично-довідникових матеріалів, рекомендацій міжнародних стратегічних документів з рухової активності, галузевих нормативно-правових актів. Цей метод дозволив розглянути сучасні теоретичні та практичні підходи до вирішення проблеми корекції фізичного

стану дівчат-підлітків з недостатньою масою тіла засобами оздоровчого фітнесу.

Антропометричні обстеження дітей проводилися стандартним обладнанням за загальноприйнятими і уніфікованими методиками.

Для визначення добової рухової активності школярів було застосовано методику Фремінгемського дослідження (хронометраж - реєстрація діяльності дівчат-підлітків протягом доби).

Аналіз особливостей харчової поведінки дівчат 12–13 років здійснювався на основі опитувальника ЕАТ-26.

Фізіологічні методи дослідження застосовувалися для оцінки функціонального стану кардіо-респіраторної системи, оцінки фізичної працездатності, адаптаційно-резервних можливостей організму дівчат 12–13 років.

Педагогічне спостереження проводилося з метою вивчення особливостей рухової активності, способу життя, харчової поведінки дівчат-підлітків 12–13 років.

Педагогічне тестування застосовано для оцінки показників фізичної підготовленості, зокрема використовувалися 7 контрольних вправ: біг 30 м, біг 60 м, біг 4x9 м, стрибок у довжину з місця, нахил тулуба із положення сидячи, піднімання тулуба в сід за 30 с.

Вивчення особливостей формування ціннісних орієнтацій дітей шкільного віку здійснювали за методикою Рокича.

Метод експертних оцінок застосовано з метою оцінки особливостей методичного обґрунтування використання засобів оздоровчого фітнесу, психокорекції, корекції харчової поведінки у комплексній програмі, спрямованій на покращення показників фізичного стану для дівчат з недостатньою масою тіла.

Здобувачка для визначення мотиваційних пріоритетів у видах занять руховою активністю використала опитування з дотриманням принципів біомедичної етики.

Педагогічний експеримент (тривалістю 9 місяців) проводився з метою оцінки впливу комплексної програми занять на корекцію показників фізичного стану дівчат з дефіцитом маси тіла.

Для обробки і аналізу результатів, отриманих в процесі дослідження, використовувалися методи математичної статистики.

Розкрито сутність 4 етапів проведення дисертаційного дослідження.

У **третьому розділі** «Особливості показників фізичного та емоційного стану дівчат підліткового віку з дефіцитом та нормальною масою тіла» здобувачка представляє середні показники фізичного розвитку, особливості функціонального стану дівчат 12–13 років залежно від маси тіла ($n = 138$); подано аналіз інструментальних і термінальних цінностей дівчат 12–13 років з різною масою тіла. Охарактеризовано мотиви та інтереси дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла до занять оздоровчим фітнесом і представлено факторну структуру їхнього фізичного стану та рухової активності.

У **четвертому розділі** «Розробка та обґрунтування комплексної програми занять оздоровчим фітнесом для дівчат підліткового віку з дефіцитом маси тіла» здобувачка розкриває зміст корекційних заходів з підвищення фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла, а також комплексну програму занять оздоровчим фітнесом, спрямовану на корекцію фізичного стану дівчат підліткового віку з дефіцитом маси тіла.

У **п'ятому розділі** «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» здобувачка зацентрувала увагу на загальній значущості проблеми, що вирішувалася у дисертаційному дослідженні.

У розділі А. Максименко обговорює отримані результати дослідження та результати досліджень вітчизняних і іноземних науковців, що були підтверджені, доповнені та вдосконалені.

Висновки висвітлюють результати дослідження, є обґрунтованими та відповідають змісту дисертаційної роботи, поставленим завданням і підтверджують досягнення мети. Висновки мають важливе значення для теорії та практики сфери фізичної культури і спорту.

Список використаних джерел оформлено відповідно до ДСТУ

8302:2015.

Дисертаційна робота містить **додатки**, до яких включені перелік наукових праць автора за темою дисертації, відомості про апробацію результатів дослідження, лист експертної оцінки щодо формування системи корекційних заходів з підвищення фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла засобами оздоровчого фітнесу. Представлено акти впровадження результатів дослідження.

Порушень академічної доброчесності не виявлено.

Зауваження та дискусійні питання щодо змісту дисертації.

Попри позитивну оцінку рецензованої дисертації висловлюємо окремі **зауваження і побажання, що потребують відповідей і пояснень здобувачки.**

1. У роботі дисертант використовує термін «підлітковий вік» для характеристики контингенту досліджуваних, водночас ця категорія охоплює віковий діапазон ширший, ніж розглядає здобувач.
2. Питання термінологічного характеру. У меті роботи зазначено, що програма спрямована на корекцію фізичного стану, однак автор не тлумачить у 1 розділі, що він розуміє під цим поняття?
3. У розділі «Методи та організація дослідження» автором надається характеристика педагогічного спостереження, однак, на нашу думку, автору слід було б детальніше описати, що було об'єктом спостереження, яким був його обсяг, яка програма спостереження, яким було за поінформованістю і тривалістю тощо.
4. Дисертант застосував мотиваційне навчання для зміни стереотипу харчування дівчат 12–13 років з недостатньою масою тіла. На нашу думку, доречним було б включення у цю програму підвищення рівня залученості до рухової активності тощо.
5. В роботі вивчався зв'язок індексу маси тіла та ціннісних орієнтацій у дівчат 12–13 років, однак автор не зазначає які саме відмінності у ціннісних орієнтаціях виявлені у підлітків з нормативною та недостатньою масою тіла?

Зазначене не знижує актуальності, наукової цінності та практичної значущості дисертації та не суперечить загальному позитивному висновку.

Висновок. Дисертаційна робота Максименко Аліни Олександрівни «Корекція фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла засобами оздоровчого фітнесу», є кваліфікаційною науковою працею, яка виконана здобувачем особисто, відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт та 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) 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 Максименко Аліна Олександрівна заслуговує присудження ступеня доктора філософії в галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Офіційний опонент:

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор,
професор, завідувач кафедри фітнесу та рекреації
Львівського державного університету фізичної культури
імені Івана Боберського

Чеховська Л. Я.

Проректор з науково-педагогічної роботи та міжнародних зв'язків
Львівського державного університету фізичної культури
імені Івана Боберського
кандидат біологічних наук, професор



Вовканич А.С.