

**ВИСНОВОК**  
**ПРО НАУКОВУ НОВИЗНУ, ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ПРАКТИЧНЕ**  
**ЗНАЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ**  
**Максименко Аліни Олександрівни**  
**«Корекція фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла засобами**  
**оздоровчого фітнесу» на здобуття ступеня доктора філософії**  
**з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка**  
**за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

У відповідності до п. 11 Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44 на кафедрі здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України 27 вересня 2023 року Максименко А. О. було проведено публічну презентацію наукових результатів дисертації на тему: «Корекція фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла засобами оздоровчого фітнесу» та її обговорення (науковий керівник – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Андреева О. В.).

За результатами проведення публічної презентації та обговорення дисертації на засіданні кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації було прийнято рішення надати здобувачу Максименко Аліні Олександрівні позитивний висновок про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації.

**ВИСНОВОК**

**Актуальність теми дисертації.** Проблема порушення маси тіла є актуальною для людей різної статі і віку, незалежно від соціальної і професійної належності. У більшості випадків науковцями досліджуються особи з ожирінням та надлишковою масою тіла, в той же час особливо небезпечним для здоров'я підростаючого покоління є дефіцит маси тіла, який може мати значні негативні наслідки для фізичного стану. Особливо вразливим, на думку дослідників, є підлітковий вік. Науковцями наголошується, що не зважаючи на значну поширеність недостатньої маси тіла серед дівчат-підлітків, співставну з частотою надмірної ваги у розвинутих країнах, більшість програм, пов'язаних із здоров'ям, орієнтовані на профілактику ожиріння та боротьби з ним, у той час, як проблема дефіциту маси тіла в цих програмах зазвичай не розглядається. З огляду на значну поширеність та негативні наслідки недостатньої маси тіла для дівчат-підлітків, актуальним видаються

дослідження, спрямовані на підвищення рівня фізичного стану та нормалізацію маси тіла даного контингенту.

Представлена до розгляду дисертаційна робота Максименко Аліни Олександрівни спрямована на теоретичне та практичне вирішення викладених вище проблем.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. згідно з темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації 3.15 «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630), керівники теми – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Дутчак М. В., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Андрєєва О. В., та Плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2021–2025 рр. згідно з темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації 3.1 «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способі життя різних груп населення (номер держреєстрації 0121U107534), керівники теми – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Дутчак М. В., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Андрєєва О. В. Автор – співвиконавець тем. Внесок здобувача полягав у обґрунтуванні та розробці комплексної програми занять з оздоровчого фітнесу для дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла, спрямованих на корекцію їх фізичного стану.

**Наукова новизна одержаних наукових результатів** полягає в тому, що в роботі:

- вперше теоретично обґрунтовано та розроблено комплексну програму занять оздоровчим фітнесом для дівчат-підлітків 12–13 років з недостатньою масою тіла, відмінними рисами якої є врахування 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 поєданого впливу засобів оздоровчого фітнесу, психологічної корекції, зміни харчової поведінки;
- вперше визначено відмінності у ціннісних орієнтаціях, мотиваційних пріоритетах дівчат 12–13 років з різною масою тіла;
- доповнено та розширено дані щодо основних чинників ризику розвитку недостатньої маси тіла дівчат-підлітків, визначено розповсюдженість недостатньої маси тіла та її зв'язок з мотиваційною та психоемоційною сферами дівчат підліткового віку;

– доповнено інформацію про наявність статистично значущих зв'язків між індексом маси тіла та показниками й індексами фізичного розвитку, функціонального стану, показниками фізичної підготовленості, рухової активності дівчат 12–13 років, а також чинниками, які лімітують їхнє відношення до занять руховою активністю;

– доповнено дані щодо мотиваційних пріоритетів дівчат-підлітків з недостатньою масою тіла до видів рухової активності, загальнокультурних інтересів, їх рівня здоров'я та самооцінки, взаємозв'язку показників фізичного розвитку, рухової активності і поведінкових стереотипів;

– розширено інформацію про вплив недостатньої маси тіла дівчат 12–13 років на появу ризику розладів харчової поведінки.

**Практичне значення** полягає в тому, що на основі виявлених особливостей фізичного розвитку, фізичної підготовленості, харчової поведінки та рухової активності дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла розроблені рекомендації, спрямовані на корекцію фізичного стану в процесі занять оздоровчим фітнесом.

Сформульовані в дисертації висновки і пропозиції використано для впровадження в матеріали навчальних дисциплін підготовки студентів «Інноваційні технології у фітнесі», «Фітнес та рекреація» Національного університету фізичного виховання і спорту України та інших закладів вищої освіти.

**Теоретичне значення отриманих результатів.** Отримані в роботі результати дозволяють систематизувати масив наукової і науково-методичної інформації, розширити існуючі уявлення щодо корекції фізичного стану дівчат-підлітків з недостатньою масою тіла.

Результати, отримані у ході дослідження, можуть стати методичною основою для подальшої розробки проблематики із деталізацією теоретичних положень для впровадження у практику роботи фітнес-центрів, забезпечення високої якості фітнес-послуг.

**Ступінь обґрунтованості і достовірності наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації.** Наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені у дисертаційній роботі, повною мірою відповідають меті і завданням та обґрунтовані наведеними даними згідно з результатами дослідження. Розв'язання поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних валідних методів дослідження.

Отримані результати дослідження базуються на достатньому фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній

висновків. Ступінь вірогідності отриманих кількісних даних забезпечений значним обсягом дослідження, кількістю випробовуваних, отриманими цифровими даними, використанням у роботі сучасних методів дослідження та застосуванням адекватних методів математичного опрацювання матеріалів.

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

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

**Апробація результатів дисертації.** Матеріали дисертаційного дослідження оприлюднені у матеріалах конференцій та доповідях на XII–XIII Міжнародних конференціях молодих вчених «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2019, 2020), Міжнародній науково-практичній інтернет-конференції, приуроченій Всесвітньому дню науки «Оздоровчо-рекреаційна рухова активність у сучасному суспільстві» (Чернівці, 2020), V–VI Міжнародних науково-практичних конференціях «Сталий розвиток і спадщина у спорті» (Київ, 2021, 2022), XIII Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення» (Львів, 2022), II Всеукраїнській електронній конференції «Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні» (Вінниця, 2019), науково-методичних конференціях кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України (2019–2023).

**Конкретний особистий внесок дисертанта в одержання наукових результатів, що виносяться на захист.** Мету та завдання дослідження було сформульовано із науковим керівником. Автор самостійно проаналізовано літературні посилання та передовий досвід. Також здобувачка самостійно виконувала розробку комплексної програми, відмінними рисами якої є врахування особливостей факторної структури фізичного стану та рухової активності дівчат-підлітків, на основі якого було визначено розподіл та зміст педагогічних засобів у процесі занять з використанням засобів оздоровчого фітнесу. 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 у практику.

**Оцінка мови та стилю дисертації.** Дисертацію викладено грамотною українською мовою. Структура дисертації та стиль її подання відповідають вимогам МОН України. Побудова логічна. Адекватно використано наукові терміни. Цифровий матеріал структуровано в таблицях та рисунках, що полегшує сприйняття змісту матеріалу, представленого в розділах.

**Відповідність змісту дисертації спеціальності, за якою вона подається до захисту.** Дисертаційна робота Максименко Аліни Олександрівни на тему: «Корекція фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла засобами оздоровчого фітнесу» є завершеним науковим дослідженням і за змістом повністю відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

**Рекомендація дисертації до захисту.** Розглянувши дисертацію Максименко Аліни Олександрівни «Корекція фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла засобами оздоровчого фітнесу» та наукові публікації за темою дисертації, визначивши особистий внесок у всіх зарахованих за темою дисертації наукових публікаціях, опублікованих зі співавторами, а також за результатами публічної презентації здобувачем наукових результатів дисертації та її обговорення вважаємо, що робота є актуальною, виконана здобувачем ступеня доктора філософії особисто, являє собою повністю завершену наукову працю, під час підготовки якої застосовувалися сучасні методи досліджень, має наукову новизну, практичне значення, містить нові науково обґрунтовані результати проведених здобувачем досліджень, нове розв'язання актуального наукового завдання, пов'язаного з корекцією фізичного стану дівчат 12–13 років з недостатньою масою тіла засобами оздоровчого фітнесу, адекватна поставленій меті та містить висновки, які відповідають завданням. Було проведено метрологічну експертизу дисертаційного дослідження. У роботі відсутні порушення академічної доброчесності. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим пп. 6–7 Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 року № 44, що висуваються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії, та рекомендується до захисту з метою присудження здобувачу Максименко Аліні Олександрівні ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Комісія рекомендує ректору НУФВСУ утворити спеціалізовану вчену раду для розгляду та проведення разового захисту дисертації Максименко Аліни Олександрівни з метою присудження їй ступеня доктора філософії у

такому складі:

**голова спеціалізованої вченої ради: Марченко Оксана Юріївна**, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, декан факультету здоров'я, фізичного виховання і туризму, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**рецензент: Трачук Сергій Васильович**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**рецензент: Пальчук Марія Борисівна**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**опонент: Чеховська Любов Ярославівна**, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фітнесу та рекреації Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського;

**опонент: Ярмак Олена Миколаївна**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, провідний науковий співробітник науково-дослідного центру проблем фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського.

Висновок підготувала комісія у складі:

Д.фіз.вих., професор

О. Ю. Марченко

К.фіз.вих., доцент

С. В. Трачук

К.фіз.вих., доцент

М. Б. Пальчук

Голова засідання,  
к.пед.н., професор

О. Л. Благій

Підписи, Марченко О. Ю., Трачука С. В., Пальчук М. Б., Благій О. Л. засвідчую

*Чеховська В.К. Ярмак О.Л. Благій О.Л.*

*28.09.2023*

