

## **ВІДГУК**

**офіційного опонента на дисертаційну роботу Куц-Бурдейної Олександри Олександрівни «Комплексний підхід до вдосконалення фізичної підготовленості студентів з порушенням постави у процесі фізичного виховання», представлену на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення**

**Актуальність обраної теми дисертації.** Одним з основних завдань, визначених у Національній стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, є формування гармонійно розвиненої, морально і фізично здорової особистості, яка з відповідальністю ставиться до свого здоров'я. В умовах соціокультурних і соціально-економічних перетворень сучасного суспільства, що динамічно розвивається, особливого значення набуває модернізація освітніх парадигм, які в сукупності зумовлюють інноваційні процеси у вищій школі.

Сучасний етап реформування системи вищої освіти характеризується значною інтенсивністю навчального процесу. За останні роки в Україні багатьма фахівцями спостерігається зниження обсягу рухової активності студентів. Така тенденція негативно позначається на фізичному розвитку, фізичній підготовленості та функціональному стані молоді, що обумовлює особливу соціальну значущість збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді. Одним із чинників, який негативно впливає на функціональні можливості організму, а також сприяє виникненню деяких хронічних захворювань, виступає дисбаланс розвитку опорно-рухового апарату, який може проявлятися порушенням постави.

Аналіз оприлюднених результатів емпіричних досліджень засвідчує, що, незважаючи на наявність численних наукових здобутків, присвячених розробці технологій, підходів і методик профілактики та корекції порушень постави студентської молоді у процесі фізичного виховання, залишаються невирішеними питання щодо розробки комплексного підходу до

вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів, які мають порушення постави.

Дисертаційна робота виконана відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту на 2006–2010 рр. за темою 3.2.4 «Корекція аеробної та анаеробної продуктивності організму учнівської та студентської молоді шляхом застосування різних режимів фізичних впливів» (№ державної реєстрації 0107U007149) і відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання і фізичної реабілітації Вінницького державного педагогічного університету ім. Михайла Коцюбинського на 2013–2017 рр. за темою «Оптимізація процесу вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості учнівської та студентської молоді фізичними навантаженнями різного спрямування» (№ державної реєстрації 0113U007491).

**Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна, повнота їх викладу в опублікованих працях.** Результати дисертаційного дослідження носять об'єктивний характер, опираються на достатню кількість дослідницького матеріалу, отриманого завдяки використанню комплексу сучасних методів, що відповідають поставленій меті та завданням дисертації. Отримані показники обчислені з використанням методів математичної статистики.

Аналізуючи обґрунтованість наукових положень, висновків необхідно, перш за все, відзначити логічний взаємозв'язок мети і завдань дослідження.

Основні положення дисертації викладено у 13 наукових працях, з них 6 праць опубліковано у фахових виданнях України, з яких 2 включено до міжнародної наукометричної бази, 7 публікацій апробаційного характеру.

**Наукова новизна** роботи полягає в тому, що:

– уперше теоретично обґрунтовано та реалізовано комплексний підхід до вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави в процесі фізичного виховання, який включає єдність цілей, завдань, змісту, методів і форм фізичного виховання та їх взаємодії з позицій цілісності і системності;

– уперше, базуючись на результатах проведеного факторного аналізу, здійснено диференціацію фізичних навантажень, встановлено співвідношення засобів загальної та спеціальної спрямованості у процесі позанавчальних занять з фізичного виховання, спрямованих на підвищення фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушеннями постави.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає у можливості застосування запропонованої програми в системі фізичного виховання студентів з порушенням постави. Використання програм із біговими навантаженнями та вправами для зміцнення м'язового корсета дозволить фахівцям одночасно впливати на фізичну та функціональну підготовленість студентів і морфофункціональні можливості опорно-рухового апарату.

Основні положення та результати дослідження впроваджено в навчальний процес Вінницького державного педагогічного університету ім. Михайла Коцюбинського, Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна», Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. К.Д. Ушинського. Також результати дослідження впроваджено в оздоровчо-тренувальний процес спортивного клубу «Патріот» м. Вінниця та Вінницького центру кінезітерапії.

**Оцінка змісту дисертації, її завершення в цілому та ідентичності змісту автореферату й основних положень дисертації.** Дисертаційна робота складається із анотацій, вступу, переліку умовних позначень, шести розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг

роботи становить 236 сторінок. Дисертація містить 81 таблицю та ілюстрована 23 рисунками. У роботі використано 226 наукових джерел.

У **вступі** обґрунтовано актуальність досліджуваної проблеми, визначено об'єкт і предмет дослідження, сформульовано мету і завдання дисертації, розкрито наукову новизну і практичну значущість роботи, показано особистий внесок здобувача у спільно опубліковані праці, подано інформацію про апробацію основних положень, результатів роботи і впровадження їх у практику, визначено кількість публікацій.

У **першому розділі** «Сучасні підходи до процесу вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави засобами фізичного виховання» виконано теоретичний аналіз науково-методичної та спеціальної літератури, здійснено систематизацію і узагальнення даних літературних джерел з проблеми дослідження.

За результатами аналізу даних наукових відомостей та документальних матеріалів встановлено, що порушення постави є поширеною вадою опорно-рухового апарату серед студентської молоді. На думку науковців, основною причиною розповсюженості порушень постави серед студентської молоді є низька ефективність процесу фізичного виховання та зниження рухової активності.

Порушення постави призводять до зниження фізичної та функціональної підготовленості людини, негативно впливають на фізичний розвиток та можливість прояву основних фізичних якостей. Разом з тим, у молоді порушення постави часто поєднується з погіршенням діяльності серцево-судинної й дихальної систем. Існують дані, що вказують на негативний вплив порушення постави на процеси енергозабезпечення та фізичну працездатність.

Для вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів рекомендують застосовувати різноманітні вправи. Окремі автори рекомендують застосовувати вправи: за методикою Пілатеса, вправи силової

спрямованості, стретчингу, оздоровчого фітнесу. Позитивно на функціональні можливості студентів впливають заняття з плавання. Питання вдосконалення фізичної підготовленості студентів з порушенням постави ще не отримало достатньо поглибленої наукової розробки.

У **другому розділі** «Методи та організація дослідження» наведено методи, етапи дослідження та відомості про контингент учасників дослідження.

Автором було використано такі методи: теоретичний аналіз фахової науково-методичної літератури та документальних матеріалів; метод вкопіювання з медичних карт, фотозйомка й визначення типу постави студентів, педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент), методи оцінки рівня здоров'я, фізіологічні методи, методи математичної статистики. У дослідженні прийняли участь 291 студент.

У **третьому розділі** «Порівняльна характеристика фізичної та функціональної підготовленості студентів з різними типами постави» наведено результати дослідження стану постави, фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням та без порушення постави.

Автором встановлено, що функціональні порушення постави є досить поширеною патологією, серед дівчат зустрічаються частіше, ніж серед юнаків. Проведені дослідження показали, що, незалежно від статі, у студентів з порушенням постави показники фізичної підготовленості виявилися вірогідно гіршими, ніж у студентів без порушенням постави. У юнаків ці відмінності більші, ніж у дівчат, оцінка фізичної підготовленості дівчат, в середньому, виявилася нижчою, ніж у юнаків. Дисертантом встановлені вірогідні відмінності показників м'язової сили, статичної силової витривалості м'язів-розгиначів спини та сідничних м'язів у студентів з порушенням і без порушення постави.

Дослідження фізичної працездатності й максимального споживання

кисню юнаків переконливо засвідчило, що існують вірогідні відмінності аеробної продуктивності організму за абсолютними та відносними значеннями таких показників як  $PWC_{170}$ , та  $VO_{2max}$  у осіб з порушенням і без порушення постави. Оцінюючи аеробну продуктивність організму за відотною величиною  $VO_{2max}$ , у студентів з порушенням і без порушення постави, використовуючи при цьому критерії Я.П. Пярната (1983), автором виявлено статеві відмінності розподілу обстежених за рівнем аеробної продуктивності. Як зазначає здобувач рівень аеробної продуктивності дівчат виявився набагато кращим, ніж у юнаків, незалежно від наявності чи відсутності порушення постави. Також у дівчат незалежно від наявності порушення постави, рівень аеробної продуктивності організму відповідав «високому». Середні величини показників  $MKЗMP_{абс}$  та  $MKЗMP_{відн.}$  студентів з порушенням постави вірогідно нижчі за середні величини показників студентів без порушення постави.

Результати комп'ютерної спірографії засвідчили, що показники максимальної вентиляції легень, об'єму форсованого видиху за 1 секунду та індексу Тифно у студентів з порушенням вірогідно менша, ніж у їх однолітків без порушення постави. Середні величини об'ємного показника ЖЄЛ відрізнялись лише у студенток з порушенням постави від показників дівчат без її порушення.

У **четвертому розділі** «Обґрунтування програм, спрямованих на вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави» викладено теоретичне обґрунтування програми занять для вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави в процесі фізичного виховання.

З огляду на особливості фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави автором було розроблено, теоретично обґрунтовано та впроваджено комплексний підхід до вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави в процесі

фізичного виховання, який включає єдність цілей, завдань, змісту, методів і форм фізичного виховання та їх взаємодії з позицій цілісності і системності.

При розробці програми занять автор дотримувався загальнометодичних принципів тренування, а саме: систематичності, послідовності, неперервності, поступовості та індивідуалізації та спеціальні принципи методики Пілатеса.

Факторний аналіз фізичної підготовленості юнаків та дівчат з порушенням постави виділив фактори, які визначили співвідношення вправ. З огляду на результати факторизації вивчених показників студентів зі сколіотичною поставою, як зазначає автор, при розробці програми занять варто дозувати вправи у такому співвідношенні: вправи, спрямовані на розвиток витривалості – близько 35 %; вправи для вдосконалення анаеробних можливостей – 27 %; вправи для розвитку силової статичної витривалості м'язів спини та сідничних м'язів мають складати близько 23 %; вправи, які сприятимуть вдосконаленню швидко-силових якостей – 15 %. Результати факторизації вивчених показників студенток вказують на необхідність дозувати вправи у наступному співвідношенні: спрямовані на розвиток витривалості та аеробних можливостей мають складати близько 42 %; вправи, переважно спрямовані на розвиток силової статичної витривалості м'язів спини – близько 22 %; вправи зі стимуляцією анаеробних можливостей організму – 21 %, дихальні вправи – близько 15 %.

Програми занять склалися з чотирьох модулів: два з них спрямовані на розвиток аеробних можливостей у юнаків та дівчат (відповідно модуль I та II), два – на стимуляцію анаеробних можливостей організму (відповідно модуль III та IV).

У **п'ятому розділі** «Дослідження впливу бігових навантажень зі стимуляцією та без стимуляції анаеробних процесів енергозабезпечення на фізичну та функціональну підготовленість студентів з порушенням постави» представлено аналіз оцінки ефективності розроблених програм для студентів з порушенням постави.

Заняття за типовою програмою закладів вищої освіти суттєво не вплинули на фізичні та функціональні можливості студентів з порушенням постави.

У студентів (юнаків та дівчат), які застосовували навантаження в аеробному режимі енергозабезпечення відбулися позитивні зміни фізичної та функціональної підготовленості. У юнаків вірогідно покращились показники загальної та швидкісної витривалості, а у дівчат - лише за показником загальної витривалості. Показник максимального споживання кисню у юнаків вірогідно зріс через 16 тижнів від початку занять, а у дівчат лише через 28 тижнів. Рівень аеробної продуктивності у юнаків та дівчат не змінився протягом всього періоду занять.

Заняття в анаеробному режимі енергозабезпечення сприяють зростанню швидкісної витривалості. Незалежно від програми автором спостерігалось вірогідне зростання статичної силової витривалості м'язів розгиначів спини та сідничних м'язів. Анаеробні (лактатні) процеси енергозабезпечення ефективніше впливають на приріст аеробної продуктивності організму, що проявляється швидшим зростанням абсолютних і відносних показників  $PWC_{170}$  і  $VO_{2max}$ , ніж заняття, які спрямовані на активізацію лише аеробних метаболічних процесів. Заняття у такому режимі енергозабезпечення ефективніше впливають на показники зовнішнього дихання та відновлення ЧСС як у дівчат, так і у юнаків. Однак, суттєве зростання анаеробних можливостей організму за абсолютними та відносними показниками зовнішньої механічної роботи спостерігається лише у юнаків.

Для вдосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави доцільно застосовувати бігові навантаження в аеробному та анаеробному режимах енергозабезпечення. Причому заняття в анаеробному режимі енергозабезпечення є більш ефективними, ніж в аеробному режимі, оскільки сприяють покращенню фізичної підготовленості деяких фізичних якостей, аеробної та анаеробної продуктивності студентів.



У шостому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» представлено три групи даних, отриманих шляхом експериментального дослідження та їх зіставлення з даними науково-методичної літератури.

Результати проведеного дослідження підтвердили та доповнили вже відомі розробки, а також сприяли одержанню нових даних щодо проблеми, яка вивчалася здобувачем.

Роботу завершують висновки, в яких відображено основні наукові досягнення виконаного дослідження. Висновки сформульовані у вигляді узагальнюючих і конкретних положень і свідчать про вирішення поставлених завдань.

Автореферат відповідає змісту дисертації і відображує головні положення роботи.

#### **Зауваження та дискусійні питання щодо змісту дисертації:**

1. В актуальності роботи здобувач, на нашу думку, не в повній мірі висвітлив досягнення багатьох фахівців щодо організації корекційно-профілактичних заходів зі студентами з порушеннями постави.

2. В меті роботи автор декларує розробку комплексного підходу, в 3-му завданні дослідження - розробку комплексної програми з фізичного виховання для студентів з порушенням постави. Так що все ж таки розробляв дисертант?

3. Назва підрозділу 1.1 «Розповсюдженість та причини виникнення порушень постави серед молоді різного віку» і його окремі фрагменти не стосуються проблеми, обраної автором. У той же час в даному підрозділі, на нашу думку, не знайшов свого відображення великий пласт знань по даному напрямку.

4. У підрозділі 1.2. «Функціональний стан та фізична підготовленість молоді з порушенням постави» так само зустрічається інформація, яка не має відношення до предмету дослідження.

5. У підрозділі 1.3. в недостатній мірі систематизовані методологічні

основи корекції фізичної та функціональної підготовленості студентів фізичними навантаженнями різного спрямування.

6. В розділі 2 «Методи та організація дослідження» не доцільно було детально описувати ряд загальновідомих методів.

7. Здобувач вказує, що у дівчат середній рівень біогеометричного профілю зустрічався на 9,5 % частіше, ніж у юнаків. Крім того, у дівчат при круглій та сутулій спині низький рівень біогеометричного профілю зустрічається відповідно частіше на 3,5 % та 8,3 %, ніж у юнаків. Як дисертант може прокоментувати ці факти?

8. У підрозділі 3.1 автор отримав цікаві дані, що характеризують стан біогеометричного профілю постави студентів різних типів. Логічно подальші дослідження в констатувальному експерименті диференціювати згідно стану біогеометричного профілю постави студентів.

9. Дані констатувального експерименту вказують, що у юнаків з порушенням постави порівняно зі студентами без порушення постави загальна витривалість виявилася вірогідно нижчою на 14 %, швидкісна витривалість – на 12 %, силова динамічна витривалість м'язів плечового пояса – на 12 %, швидкісна силова витривалість м'язів черевного преса – на 14 %. Як отримані дані співвідносяться з даними спеціальної літератури?

10. У шостому висновку дисертаційної роботи здобувач вказує, що у студентів, які займалися за типовою програмою закладів вищої освіти, спостерігалось погіршення, яке проявлялось у зниженні рівня стану біогеометричного профілю постави. Як фахівець бачить вихід із цієї ситуації?

11. З огляду на отриманий величезний практичний матеріал автор, на наш погляд, недостатньо аргументовано сформулював перспективи подальших досліджень.

**Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.** За актуальністю порушеної проблеми, новизною отриманих результатів та практичним значенням дисертація Куц-Бурдейної Олександри Олександрівни

«Комплексний підхід до вдосконалення фізичної підготовленості студентів з порушенням постави у процесі фізичного виховання» відповідає вимогам п.11 Порядку присудження наукових ступенів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 24.07.2013 № 567, а її автор заслуговує присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.

**Офіційний опонент:**

доктор наук з фізичного виховання

та спорту, доцент, завідувач кафедри спортивної медицини

Національного університету фізичного

виховання і спорту України

С.М. Футорний

Проректор

з науково-педагогічної роботи НУФВСУ

О.В. Борисова

Підпис гр.

**ЗАСВІДЧУЮ**

200\_р.



Відгук отримано 24.04.2018 р.

МБМ