

Відгук
офіційного опонента на дисертаційну роботу П'ятничук Галини Олексіївни
«Формування психофізіологічних якостей студентів засобами легкої
атлетики в процесі фізичного виховання», представлену на здобуття
наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за
спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп
населення

1. Актуальність обраної теми дисертації.

Наукові публікації останніх років свідчать про відсутність тенденції до покращення здоров'я населення України. Причиною такого явища є негативний вплив екологічних, соціальних, економічних та інших чинників. Певна частина науковців основною причиною даного феномену вважають недостатню ефективність системи фізичного виховання населення. При цьому особливого значення набуває проблема покращення фізичного здоров'я студентської молоді, оскільки навчання у вищому навчальному закладі супроводжується впливом стресових ситуацій, розумовим перенапруженням, нерациональним розподілом часу навчання та відпочинку, а також переходом на нову кредитно-трансферну систему навчання. Слід відзначити, що інтенсифікація навчального процесу у вищому навчальному закладі супроводжується так званою гіпокінезією через те, що необхідний обсяг фізичних навантажень, який забезпечує нормальне протікання фізіологічних процесів, не забезпечується достатніми енерговитратами під час занять фізичною культурою в період навчання у вищому навчальному закладі. Тому постає питання модернізації системи фізичного виховання шляхом застосування новітніх технологій, які б сприяли вдосконаленню психофізіологічних якостей студентів. При виборі засобів фізичного виховання з метою удосконалення психофізіологічних якостей студентів чинне місце посідають легкоатлетичні вправи як потужний чинник гармонізації індивідуального розвитку молодої людини. Отже, з огляду на це дисертаційне дослідження П'ятничук Галини Олексіївни є актуальним і своєчасним.

2. Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна, повнота їх викладу в опублікованих працях.

Результати досліджень носять об'єктивний характер, базуються на достатній кількості дослідницького матеріалу, отриманого завдяки використанню сучасних інформативних методів досліджень, що відповідають поставленій меті та завданням дисертаційної роботи. Отримані показники обчислені статистичним методом.

Висновки впливають зі змісту дисертаційного дослідження. Їх об'єктивність і новизна не викликають сумніву.

За матеріалами дисертаційних досліджень опубліковано 12 наукових праць, серед яких 9 у фахових наукових виданнях України, 1 у виданні України, що зареєстроване International Centre і міститься в міжнародній наукометричній базі Index Copernicus, 2 методичних рекомендацій. Структура та зміст статей відповідають вимогам МОН України.

3. Теоретичне і практичне значення результатів дослідження.

Дисертантка обґрунтувала, розробила й застосувала програму занять з фізичного виховання студентів, яка включали легкоатлетичні вправи, що доповнило існуючі уявлення про можливості вдосконалення психофізіологічного стану студентів засобами фізичного виховання.

Результати досліджень Галини Олексіївни дозволили сформувати комплекс високоінформативних, простих і доступних тестів для встановлення рівня психофізіологічних якостей студентів при застосуванні в процесі фізичного виховання комплексної програми занять із використанням легкоатлетичних вправ.

4. Оцінка змісту дисертації, її завершення в цілому та ідентичності змісту автореферату й основних положень дисертації.

Дисертація побудована за типовою схемою, визначеною МОН України, основний текст викладено на 178 сторінках, список використаних наукових джерел нараховує 172 джерела. Ілюстрована 27 рисунками і 44 таблицями.

Вступ відображає стан наукової проблеми; її значущість; підстави та вихідні дані для розробки теми; обґрунтування необхідності проведення дослідження; зв'язок роботи з науковими програмами і темами; мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження; методи дослідження; наукову новизну й практичне значення одержаних результатів; особистий внесок здобувача; апробацію результатів дисертаційної роботи; публікації.

Розділ 1 «Особливості психофізіологічних якостей студентів та можливість їх корекції засобами фізичного виховання». Аналізуючи спеціальну та науково-методичну літературу з теми наукового дослідження, дисертантка встановила, що близько 50% студентів вищих навчальних закладів мають відхилення в стані здоров'я через недостатній обсяг рухової активності. Разом з тим, враховуючи, що праця студентів пов'язана з нервовоемоційним напруженням, для оптимізації вищої нервової діяльності фізичні навантаження необхідно дозувати з урахуванням функціонального стану організму кожного індивідуума.

Психофізіологічний стан студентів визначається об'єктивними та суб'єктивними чинниками. До об'єктивних відносять середовище життєдіяльності та навчання, вік, стать, стан здоров'я, відпочинок, а до суб'єктивних – рівень знань, професійні здібності, мотивацію до навчання, працездатність, нервово-психічну стійкість, ущільненість навчальної діяльності, стомлюванність, психофізичні можливості, особистісні якості, здатність адаптуватися до соціальних умов навчання у вищому навчальному закладі. Підкреслюється, що параметри розумової працездатності визначаються рівнем загальної та спеціальної фізичної підготовленості.

Численні наукові роботи свідчать про необхідність систематичного застосування фізичних вправ студентів ВНЗ за умов інтенсивної навчальної діяльності, що зменшує нервово-психічну напругу, і разом з тим, підвищуючи

психологічну, розумову й емоційну стійкість організму до напруженої інтелектуальної роботи. При цьому підкреслюється, що організована рухова активність стимулює рівень розумової працездатності студентів та поліпшує увагу. Розглядаючи проблеми фізичного вдосконалення студентів у контексті покращення їх психофізіологічних якостей, підкреслюється, що засоби легкої атлетики можуть стати не лише потужним чинником гармонізації індивідуального розвитку студентів, але й сприяти залученню їх в процес самовдосконалення та самовиховання.

Розділ 2 «Методи й організація дослідження» стосується контингенту, умов проведення дослідження та описанню методів досліджень, використаних у роботі.

Дисертантка застосовує у роботі методи, що не лише адекватні поставленим завданням, але й доповнюють один одного: аналіз наукової і спеціальної літератури; педагогічні методи (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, тестування (визначення сили, швидкості, спритності, гнучкості, витривалості, швидкісно-силових здібностей (Тест К30)); фізіологічні методи (визначення індексу Руф'є, проведення проб із затримкою дихання на вдиху та видиху, розрахунок життєвого індексу, обчислення індексу Кердо, визначення фізичної працездатності); психологічні методи (визначення емоційного стану студентів за допомогою опитувальника: визначення самопочуття, активності та настрою, ступеня концентрації, стійкості і перемикання уваги респондентів на основі проведення проби Бурдона); методи математичної статистики.

У розділі 3 «Оцінка зміни психофізіологічних якостей студентів упродовж навчального року» описано результати констатувального експерименту, які свідчать про те, що у студентів вищого навчального закладу спостерігається недостатній рівень фізичної підготовленості. Рівень прояву фізичних якостей з більшості використаних тестів оцінюється як задовільний, причому зареєстровані оцінки у дівчат є нижчими порівняно з хлопцями.

Простежується динаміка зниження фізичної підготовленості від молодших до старших курсів.

Виявлено також статеві відмінності динаміки змін функціонального стану студентів у період навчання у ВНЗ. Функціональний стан студентів протягом чотирьох років навчання поступово погіршується за результатами зменшення середніх величин дихальних проб, а також за зменшенням кількості студентів із «відмінними» та «добрими» показниками життєвого індексу. При цьому число осіб чоловічої статі із «задовільним» значенням життєвого індексу зростає у 5,6 разів, а число студенток у 2 рази.

Застосування методики з визначення індексу Кердо у студентів 1-4 курсів дозволило встановити, що в період екзаменаційних сесій у студентів 1-го курсу максимально підвищується тонус симпатичного відділу вегетативної нервової системи в той час як у студентів 2-3-го курсів рівень тону симпатичного відділу нервової системи помірний, а у студентів 4-го курсу коливається від нормального до максимального рівня.

Дослідження фізичної працездатності у студентів усіх курсів засвідчило його найвищий рівень у третьокурсників порівняно з першо-, друго- та четвертокурсниками.

Галина Олексіївна встановила, що існує три варіанти змін функціональної підготовленості студентів у залежності від терміну навчання у вищому навчальному закладі.

Досліджуючи компоненти емоційного стану студентів протягом навчального року, дисертантка встановила, що динаміка таких змін залежить від року навчання. У першокурсників в період екзаменаційних сесій кількість осіб з добрим самопочуттям і настроєм зменшується майже на половину, серед студентів 2-3-го курсів добре самопочуття і настрої не змінюється впродовж року за винятком червня. У цьому місяці кількість студентів 2-3-го курсу з погіршенням самопочуття і настроєм збільшується. У студентів 4-го курсу самопочуття і настрої залежать від сесії – в період сесії число студентів з поганим самопочуттям і настроєм збільшується. Кількість осіб з почуттям

поганої активності серед студентів 1-3-го курсів поступово наростає з наближенням зимової та літньої сесій, а серед студентів 4-го курсу – лише з наближенням сесії.

У процесі дослідження встановлено, що протягом навчального року продуктивність уваги у студентів 1-3-го курсів є стабільною з незначним погіршенням під час сесії, а для студентів 4-го курсу притаманне поступове зниження продуктивності уваги впродовж року з деяким покращенням перед сесією. Встановлено, що стійкість уваги у студентів 3-4-го курсів є вірогідно кращою порівняно із такою у студентів 1-2-го курсів. Показник перемикання уваги у студентів 1-го курсу достовірно погіршується в період першого семестру та в період екзаменаційних сесій, а у студентів 2-3-го курсів – поступово наростає у період екзаменаційних сесій, що свідчить про зниження ефективності уваги у цей період.

Дослідження рівня взаємозв'язку між компонентами емоційного стану показало, що у студентів 1-3-го курсів існує прямий кореляційний зв'язок між самопочуттям та настроєм. У студентів 4-го курсу він відсутній, що свідчить про незалежний рівень їх активності від самопочуття та настрою. Статична обробка показників ефективності функціонування уваги свідчить про підвищення здатності студентів старших курсів до перемикання уваги.

Дисертанткою встановлено залежність прояву фізичних якостей студентів від самопочуття, настрою і в певній мірі від активності, стійкості уваги та якості перемикання уваги. Зростання показників індекса Кердо до рівня, який свідчить про підвищення тонуусу симпатичного відділу вегетативної нервової системи, збігається із покращенням самопочуття, зниженням активності, стійкості уваги, настрою й ефективності функціонування уваги у студентів 1-го курсу. У студентів 2-3-го курсів при зростанні значень індекса Кердо погіршується емоційний стан та ефективність функціонування уваги, а у студентів 4-го курсу – самопочуття, настрою та ефективність перемикання уваги. Однак при цьому встановлено, що погіршення самопочуття, настрою, стійкості уваги мало впливає на активність студентів.

У четвертому розділі «Програма формування психофізіологічних якостей студентів у процесі фізичного виховання засобами легкої атлетики» дисертантка, враховуючи особливості впливу легкоатлетичних вправ на організм та результати констатувального експерименту, склала програму занять, використання якої власне лягло в основу формувального експерименту. Впровадження у процес фізичного виховання студентів засобів легкої атлетики впродовж року сприяло позитивним змінам прояву їх фізичних якостей. Серед студентів основної групи вірогідно збільшилась кількість тих, у кого сила, швидкість, спритність, гнучкість та витривалість зросли.

Дисертантка приділила увагу аналізу динаміки швидкісно-силових здібностей студентів. Зокрема простежила тижневу динаміку швидкісно-силових здібностей студентів 1-4-го курсів. У студентів основної групи порівняно зі студентами контрольної групи швидкісно-силові здібності утримувались на одному рівні протягом тижня.

Вивчення функціонального стану студентів до і після проведення формувального експерименту засвідчило, що у представників основної групи в кінці навчального року не виявлено осіб із «поганим» та «задовільним» станом функціонування серцево-судинної системи, а кількість студентів 4-го курсу із «добрими» та «відмінними» показниками функціонування серцево-судинної системи збільшилась. Про покращення функціонального стану студентів, які застосовували засоби легкої атлетики, свідчить також збільшення часу затримки дихання при проведенні проб Штанге і Генча.

Як у юнаків, так і у дівчат покращилось у середньому також значення життєвого індексу. Дослідження тонусу симпатичного та парасимпатичного відділів вегетативної нервової системи на різних етапах формувального експерименту дав можливість дійти висновку, що у студентів основної групи 1-го курсу підвищення тонусу симпатичного відділу починається з лютого місяця, в той час як у студентів контрольної групи підвищення тонусу симпатичного відділу спостерігається протягом усього навчального року. Встановлено, що застосування засобів легкої атлетики у фізичному вихованні

студентів позитивно впливає на вегетативну регуляцію внутрішніх органів, що проявляється через 6 місяців від початку регулярних занять.

Дисертанткою встановлено, що показники функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем з грудня перевищували вихідні значення, зареєстровані до початку формувального дослідження, а в другому семестрі утримувалися на високому рівні, не змінюючись в період літньої сесії. Застосування засобів легкої атлетики сприяло також збільшенню числа осіб з добрим настроєм, активності та самопочуттям в період зимової екзаменаційної сесії. Продуктивність уваги у студентів основної групи утримувалась у межах нормальних значень протягом усього навчального року, не змінюючись під час сесій.

П'ятий розділ «Аналіз і узагальнення результатів дослідження» присвячений комплексному науковому аналізу отриманих результатів. Підсумовуючи результати досліджень, авторка дисертаційної роботи стверджує, що застосування засобів легкої атлетики у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів сприяє стабілізації і навіть покращенню їх психофізіологічних якостей протягом навчального року.

5. Рекомендації щодо подальшого використання результатів дисертації у практиці.

Отримані результати дослідження впроваджено в навчальний процес і практичну діяльність кафедри фізичного виховання ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»; кафедри фізичного виховання Івано-Франківського національного технічного університету нафти і газу; кафедри фізичного виховання ДВНЗ «Івано-Франківський національний медичний університет»; кафедри фізичного виховання Дрогобицького державного педагогічного університету імені І. Франка.

6. Зауваження щодо змісту дисертації.

Разом з тим робота не позбавлена деяких недоліків, а саме:

1. У тексті зустрічаються не коректно побудовані фрази на кшталт: «тренувальний пульс» (ст. 114), «відновлювальний пульс» (ст. 114), «активність у ОГ і ГП» (ст. 151, ст. 153), «динамічна реакція» (ст. 157).
2. Головки деяких таблиць, які містять цифровий матеріал побудовані не за вимогами ВАК України.
3. Враховуючи те, що кількість обстежених студентів окремих варіаційних рядів налічувала незначну кількість осіб (в межах 9-11), для здійснення статистичного аналізу результатів дослідження, а саме для оцінки відмінностей середніх величин, на мій погляд слід було застосувати не t-критерій Стьюдента, а один з непараметричних методів, наприклад, критерій Вілкоксона. Разом з тим, якщо у дисертантки є впевненість у відповідності цифрових даних закону нормального розподілу можна застосувати t-критерій Стьюдента.
4. Не зрозуміло чому дисертантка у розділі 3 «Оцінка зміни психофізіологічних якостей студентів упродовж навчального року» особливу увагу приділяє аналізу динаміки змін швидкісно-силових здібностей студентів, присвятивши даному питанню цілий підрозділ (ст. 60-70). Вважаю, що на психофізіологічні якості людини впливає її здатність проявляти комплекс рухових якостей. Причому такі показники як концентрація уваги, стійкість і перемикання уваги, як на мене, більшою мірою залежать не від здатності проявляти швидкісно-силові здібності, а спритність.

Слід відзначити, що вказані недоліки є непринциповими, дискусійними та не знижують наукового рівня роботи.

7. Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.

Дисертаційна робота П'ятничук Галини Олексіївни «Формування психофізіологічних якостей студентів засобами легкої атлетики в процесі фізичного виховання» має належне теоретичне та практичне значення, є самостійним завершеним науковим дослідженням. За актуальністю порушеної

проблеми, новизною отриманих результатів дослідження та практичним значенням відповідає п. 11 «Порядку присудження наукових ступенів і присвоєння вченого звання старшого наукового співробітника», затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України від 24 липня 2013 р., №567 щодо кандидатських дисертацій, а її автор заслуговує присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.

Офіційний опонент – завідувач кафедри
медико-біологічних основ фізичного
виховання і фізичної реабілітації
Вінницького державного
педагогічного університету
імені М.Коцюбинського,
доктор біологічних наук, професор



Фурман Ю.М.

