

ВІДГУК

**офіційного опонента на дисертаційну роботу
Кучер Тетяни Василівни на тему: «Оптимізація фізичної підготовленості
студентів гуманітарного вузу з різним типом автономної нервової
системи» на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного
виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне
виховання різних груп населення**

Актуальність теми. Навчання у вищому навчальному закладі це напружена розумова праця, яка виконується в умовах дефіциту часу на фоні різкого зниження рухової активності. Дієвою мірою підвищення розумової працездатності студентів є збільшення їх рухової активності шляхом виконання фізичних вправ у процесі занять фізичним вихованням і спортом. Прогнозування функціонального стану організму людини, а також управління процесом адаптації вимагає знань динаміки пристосування і розкриття механізмів адаптації у всьому різноманітті її компонентів. Під час занять фізичними вправами в організмі людини відбувається комплекс морфологічних та функціональних змін, які обумовлюють значне розширення функціональних можливостей органів. Це у свою чергу підвищує специфічну і неспецифічну стійкість, опірність організму людини до несприятливих факторів зовнішнього середовища, покращує пристосовуваність до різних фізичних навантажень.

Проблему вдосконалення системи фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах досліджувала низка вчених (Канішевський С. М., 2007; Круцевич Т. Ю., 2011; Магльований А. В., 2014 та ін.). Розробкою структурно-функціональної моделі теоретико-методичного забезпечення фізичного виховання студентів та організаційну модель студентської спортивно-оздоровчої діяльності вищих навчальних закладів займалися Білогур В. Є., 2002; Базильчук В. Д., 2004; Драчук А. І., 2005. Сформована проблемна ситуація вказує на актуальність вивчення чинників, що забезпечують високий рівень розумової і фізичної працездатності в процесі навчання у ВНЗ, на необхідність вивчення закономірностей і взаємозв'язку між рівнем рухової активності і характеристиками розумової діяльності

студентів. Відсутність наукових робіт, присвячених детальному вивченню морфофункціональних змін організму під дією фізичних навантажень в залежності від вихідного стану автономної нервової системи та нерозкриті при цьому можливі особливості реагування організму на фізичні навантаження різного виду та інтенсивності і актуалізують дане дослідження.

З огляду на вищесказане, автору вдалося визначити наукову проблему, яка є актуальною у сфері фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення.

Робота виконана відповідно до теми 3.2.3 «Формування і відновлення здоров'я осіб різного віку в процесі фізичного виховання» Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2006–2010 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту (номер державної реєстрації 0107U001056), теми 4.4 «Вдосконалення організаційних та методичних засад програмування процесу фізичної реабілітації при дисфункціональних порушеннях у різних системах організму людини» Зведеного плану НДР у галузі фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України (номер державної реєстрації 0111U001737) та теми НДР кафедри здоров'я людини і фізичної реабілітації Національного університету водного господарства та природокористування «Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини» на 2014–2016 рр. (номер державної реєстрації 0114U001366), у розробленні яких здобувач був співвиконавцем. Роль автора полягає в оцінці фізичної підготовленості студентів Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії імені Тараса Шевченка, розробці та впровадженні комплексної програми фізичного виховання для її оптимізації з урахуванням переважання типу автономної нервової системи.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків та рекомендацій, сформульованих у дисертації. Аналіз матеріалів дисертації з позиції обґрунтованості свідчить про логічний зв'язок назви наукового напрямку з поставленою метою і завданнями дослідження. Чітко визначені

теоретична і методична основи дослідження, мета якого – розробити, науково обґрунтувати та перевірити ефективність комплексної програми фізичного виховання студентів гуманітарного вузу з різним типом автономної нервової системи, спрямованої на підвищення фізичної підготовленості. Об'єкт та предмет дослідження вибрані адекватно та відповідають темі дисертаційної роботи. Використані методи дослідження дали змогу досягти поставлених завдань, а застосування в комплексі з традиційним педагогічним також фізіологічного дослідження підвищило наукову цінність отриманих результатів.

Досягнення мети дослідження забезпечено поетапним вирішенням чотирьох завдань, що дозволило отримати необхідні емпіричні дані, а коректне застосування методів математичної статистики – підвищити надійність і об'єктивність сформульованих висновків. Зокрема, на основі опрацювання 223 наукових літературних джерел з яких 40 – закордонних, автору вдалося узагальнити відомості щодо проблеми рухової активності та вдосконалення фізичної підготовленості студентської молоді, а також літературні дані щодо виявлення реакції систем організму студентів на фізичне навантаження.

У ході вирішення поставлених завдань дисертанту вдалося вивчити і узагальнити теоретико-методичні підходи до оптимізації фізичної підготовленості студентів, визначити типи автономної нервової системи, вихідний рівень фізичної працездатності, фізичного здоров'я та фізичної підготовленості в залежності від переважання типу автономної нервової системи в обстежуваних студентів, опрацювати комплексну програму оптимізації фізичної підготовленості студентів гуманітарного вузу з різним типом автономної нервової системи, експериментально перевірити ефективність впливу фізичних навантажень запропонованих у комплексній програмі на показники фізичної підготовленості студентів з урахуванням переважання типу автономної нервової системи. Основні наукові положення

викладені в тексті роботи, що складається зі вступу, шести розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків.

У першому розділі дисертації («Фізична підготовленість – необхідна умова підготовки висококваліфікованих кадрів»), на підставі аналізу літературних першоджерел, досліджено особливості рухової активності студентської молоді та необхідність вдосконалення фізичної підготовленості студентів, реакції систем організму студентів на фізичне навантаження. Матеріал проаналізований на відповідному науковому рівні, систематизація та узагальнення одержаних даних відображають належну дослідницьку кваліфікацію дисертанта.

У другому розділі («Методи та організація дослідження») автор навів перелік методів дослідження, здійснив їх детальний опис, представив методики для визначення фізичної підготовленості, фізичної працездатності, (проба Руфф'є, Гарвардський степ-тест), функціонування вегетативної нервової системи (ортостатична та кліноstaticчна проба), рівень здоров'я визначали (експрес-система оцінки рівня здоров'я за Апанасенком Г. Л., 1992). Також визначали тип автономної нервової системи (за методикою Баєвського Р. М.) з допомогою комп'ютерного багатоканального електрокардіографа „Кардіо”, ортостатичної та кліноstaticчної проб та представив логіку проведення дослідження, яке проводилося у чотири етапи з 2010 по 2014 рік.

Особливо відзначимо, що автором чітко конкретизовані використані методи наукового дослідження для розв'язання завдань дисертаційної роботи.

У третьому розділі дисертації («Визначення рівня фізичного здоров'я, фізичної працездатності та фізичної підготовленості студентів на початку дослідження») дисертант навів результати переважання типу автономної нервової системи студентів, визначив рівень фізичного здоров'я та фізичної працездатності студентів на початку дослідження. Також в даному розділі наведено результати виконання рекомендованих тестів фізичної підготовленості студентів на початку дослідження.

У четвертому розділі («Комплексна програма фізичного виховання для оптимізації фізичної підготовленості студентів») викладено обґрунтування комплексної програми оптимізації фізичної підготовленості студентів.

У даній програмі визначались наступні положення: до побудови процесу фізичного виховання активно залучали студентів, з усвідомленням ними цінності занять фізичними вправами для всебічного розвитку; при вивченні вправ використовували різні форми наочності для формування уявлення та кращого їх сприйняття студентами; у процесі навчання забезпечували доступність запропонованих фізичних, координаційних та психічних навантажень кожному студентові; при плануванні роботи формували чітку систему занять та забезпечували наступність у засвоєнні вправ; у процесі занять постійно підвищували вимоги до студентів, надійно закріплювали засвоєне на заняттях.

У п'ятому розділі («Оцінка ефективності впровадження комплексної програми фізичного виховання студентів з різним типом автономної нервової системи») подано результати експериментальної перевірки комплексної програми фізичного виховання для оптимізації фізичної підготовленості студентів гуманітарного вузу з урахуванням переважання типу автономної нервової системи.

Завдяки запропонованій програмі та індивідуалізованому підходу, в студентів основної групи, видно, що ефективність запропонованої методики оптимізації фізичної підготовленості студентів з урахуванням переважання типу автономної нервової системи виражається в більш високих результатах її оцінки за допомогою визначення фізичної працездатності, рівня фізичного здоров'я та виконання рекомендованих тестів фізичної підготовленості.

Основні наукові результати розділу опубліковані у працях [47, 98-101, 194, 195].

У шостому розділі «Аналіз і узагальнення результатів дослідження» автор зробив узагальнення отриманих наукових результатів дисертаційної роботи та охарактеризував їх з відомими науковими роботами у даній сфері,

підсумував підтверджувальні, доповнюючі наявні знання і нові результати з обраного напрямку.

Сформульовані висновки є ґрунтовними та виваженими, вони у повній мірі відображають результати дослідження та підтверджують повноту вирішення поставлених завдань і досягнення мети, об'єктивні та належним чином аргументовані. На наш погляд, важливою для галузі фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення є доведена автором ефективність та необхідність впровадження в навчальний процес ВНЗ комплексної програми фізичного виховання для оптимізації фізичної підготовленості студентів гуманітарного вузу з урахуванням переважання типу автономної нервової системи.

Отже, наукові положення опонованої роботи мають достатній рівень обґрунтованості результатами досліджень, які визначили новизну, відповідну достовірність та об'єктивність висновків.

Достовірність результатів та їх новизна. Достовірність отриманих результатів підтверджується достатньою кількістю обстежених студентів-юнаків (у констатувальному експерименті - 98 осіб, формувальному – 98 осіб), обраною методикою організації формувальної та констатувальної частини експерименту, коректним використанням методів математичної статистики.

За такого підходу дисертанту вдалось встановити наступну наукову новизну: уперше науково обґрунтовано та розроблено комплексну програму фізичного виховання студентів гуманітарного вузу з урахуванням переважання типу автономної нервової системи; уперше експериментально обґрунтовано доцільність формування програми фізичного виховання студентів, спрямованої на підвищення фізичної працездатності, фізичного здоров'я та фізичної підготовленості з урахуванням типу автономної нервової системи; розширено уявлення про вплив фізичних навантажень різної інтенсивності на фізичну працездатність, рівень фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів в залежності від переважання типу автономної нервової системи; набули подальшого розвитку загальні

принципи застосування фізичних навантажень різної інтенсивності для вдосконалення фізичної підготовленості.

Отримані дисертантом наукові положення, висновки підтверджені шляхом математичної обробки та статистичного аналізу, що забезпечує їх обґрунтованість і достовірність.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що на підставі результатів дослідження розроблено та впроваджено комплексну програму фізичного виховання для оптимізації фізичної підготовленості студентів гуманітарного вузу з урахуванням переважання типу автономної нервової системи. Визначено шляхи вдосконалення фізичної підготовленості студентів гуманітарного ВНЗ.

Результати дослідження впроваджені у навчальний процес Кременецького обласного гуманітарно-педагогічного інституту імені Тараса Шевченка, Тернопільського державного медичного університету імені І. Я. Горбачевського, Національного університету водного господарства та природокористування.

Практичну значущість розробленої автором програми доводять наявні у додатках 3 актів впроваджень.

Повнота викладення результатів роботи в опублікованих працях і авторефераті. Результати дослідження представлено у 8 публікації, з яких 6 – у спеціалізованих фахових виданнях України, 2 – у періодичному науковому виданні Польщі. Аналіз змісту цих публікацій, його порівняння із даними вивчених літературних джерел, підтверджують новизну отриманих автором результатів і сформульованих положень, що виносяться на захист. Також вони засвідчують повне відображення в них результатів дослідження.

Зміст автореферату відповідає тексту дисертації, а основні наукові результати приведені дослівно. Дисертація написана українською мовою, оформлені згідно вимог встановлених МОН України.

Принципових зауважень до роботи немає. Зустрічаються окремі фразеологічні та стилістичні неточності, але вони суттєво не впливають на зміст роботи.

Позитивно оцінюючи результати проведеного дослідження в цілому, до змісту роботи є певні зауваження:

1. У першому підрозділі першого розділу (1.1 Особливості рухової активності студентської молоді) подано достатньо матеріалу про навчання та фізичне виховання студентства у вищих навчальних закладах, але дуже мало подано інформації саме про рухову активність. І у першому розділі необхідно подавати матеріал, використовуючи науковий стиль мовлення та хотілось би ширше побачити виклад результатів дослідження авторів, які досліджували дану проблематику.

2. На сторінці 63 другого розділу у таблиці 2.4 відсутня інформація, що показує загальну суму балів із державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості студентів, за якою можна би було визначити рівень фізичної підготовленості. Окрім того незрозуміло, для чого автором подаються у даній таблиці нормативи контрольного тестування жінок, адже у дослідженнях приймали участь тільки юнаки. Таблиця 2.5 другого розділу є недостатньо інформативна і потребує корекції.

3. У другому розділі як і у тексті дисертаційного дослідження не достатньо відображено як проходили заняття з фізичного виховання у основній і контрольних групах, за яким розкладом, як вони комплектувались, чим відрізнялись заняття у цих групах.

4. Потребує пояснення, для чого автор у таблиці 3.1 здійснює поділ студентів на 1 і 2 курси (не подано скільки 1 курсу а скільки 2), а у подальшому, у табл. 3.2, 3.3, 3.4., подача результатів іде усіх курсів разом (98 осіб).

5. Висновки до розділів необхідно подавати ширше, відображати не тільки оцінку, а й результати контрольних випробувань (у висновку третього розділу стосується показника Гарвадського степ-тесту, фізичної підготовленості, яку також хотілось би оцінити за рівнем).

6. У комплексній програмі оптимізації фізичної підготовленості студентів гуманітарного вузу з різним типом автономної нервової системи хотілось би побачити комплекси чи набір вправ, які сприяли чи то розвитку, чи, як у

роботі подано, «підтяжці» відстаючих якостей. Також потребує пояснення як пошукач визначав, якому типу автономної нервової системи необхідно покращувати ті чи інші якості.

Наведені зауваження носять характер побажань і спонукають до дискусії, формою якої й є офіційний захист наукової праці.

ВИСНОВОК

Дисертаційна робота Кучер Тетяни Василівни «Оптимізація фізичної підготовленості студентів гуманітарного вузу з різним типом автономної нервової системи» виконана у Кременецькій обласній гуманітарно-педагогічній академії імені Тараса Шевченка, є самостійним, закінченим науковим дослідженням, що вирішує актуальне завдання галузі фізичної культури та фізичного виховання різних груп населення.

Тому, виходячи з актуальності роботи, проведеного об'єму досліджень, ступеня його аргументованості, наукової новизни та практичного значення робота Кучер Тетяни Василівни повністю відповідає пункту 11 «Порядку присудження наукових ступенів і присвоєння вченого звання старшого наукового співробітника», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 567 від 24 липня 2013 року, а її автор заслуговує на присудження наукового ступеня кандидата наук із фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.

Офіційний опонент:

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивно-педагогічних дисциплін ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»



РИМИК Р. В.

