

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу

Голод Наталії Романівни

**«ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ СТУДЕНТОК СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ З
ВРАХУВАННЯМ ПОРУШЕНЬ РУХОВОЇ ДІЄЗДАТНОСТІ»**, подану на здобуття
наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю
24.00.03-фізична реабілітація

Актуальність обраної теми.

За даними Державної служби статистики України за період з 1990 по 2014 роки чисельність постійного населення зменшилось на 12,2 % (з 51556,5 тис. осіб до 45245,9 тис. осіб), причому дітей у віці народження до 17 років зменшилось аж на 39,8% (з 13305 тис. осіб до 8009,9 тис. осіб), а осіб у віці 18 років і старше зменшилось на 2,7 % (з 38251,5 тис. осіб до 37236 тис. осіб). Вивчаючи стан здоров'я підлітків, науковці констатують, що за основними показниками захворюваності здоров'я підлітків та молоді в Україні погіршується і складає значну соціальну проблему.

Як свідчать дослідження останніх років, у наших студентів «біологічний» вік перевищує паспортний на 10-15 років. У зв'язку з цим, одним із головних стратегічних завдань національної освіти є виховання молоді в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності, а провідним напрямком сучасної медицини повинен стати профілактичний, який має бути спрямований на підвищення інформованості молоді щодо наслідків нездорового способу життя, раннє виявлення його наслідків та швидку повноцінну корекцію виявлених порушень немедикаментозними методами.

У вищих навчальних закладах України навчається велика кількість студенток, які за станом здоров'я займаються фізичним вихованням у складі спеціальних медичних груп. На даний момент науковими працями обґрунтовано рівні фізичних навантажень та тривалість етапів занять фізичним вихованням відповідно до рівня фізичної підготовленості і функціонального стану студенток спеціальних медичних груп із захворюваннями серцево-судинної системи. Проте досвід практичної роботи свідчить про те, що часто у складі однієї спеціальної групи об'єднують студенток з різними патологічними відхиленнями, що спонукає до подальшого пошуку спільного критерію оцінки їхнього вихідного функціонального стану, а також розробки програм для його покращення.

Однією з умов покращення здоров'я осіб, які складають спеціальну медичну групу є проведення занять з фізичної реабілітації. Але при їх організації необхідно враховувати

ступінь порушення їх рухової дієздатності. При такому підході ефективність та результативність занять буде підвищуватись. Тому на сьогоднішній день особливої актуальності набувають питання наукового обґрунтування, розробки та впровадження ефективних програм фізичної реабілітації студентів спеціальних медичних груп.

Враховуючи вищенаведене, тема дисертаційного дослідження Голод Наталії Романівни «**Фізична реабілітація студенток спеціальної медичної групи з врахуванням порушень рухової дієздатності**» є актуальною для фізичного виховання, фізичної реабілітації, має суттєве теоретичне, практичне і соціальне значення для збереження, підтримки і зміцнення здоров'я підростаючого покоління.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційна робота виконана згідно плану науково-дослідних робіт ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» і є фрагментом дослідження на тему: «Використання немедикаментозних засобів і природних факторів для покращення фізичного розвитку, функціональної і фізичної підготовленості організму» (№ державної реєстрації 0110U001671). Роль автора у виконанні теми полягає в розробці та апробації програми реабілітації студенток спеціальної медичної групи з врахуванням порушень рухової дієздатності.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, підтверджується обсягом фактичного матеріалу та обсягом вибірки. У дослідженні брали участь 48 студенток спеціальної медичної групи і 24 студентки контрольної групи.

Здобувачка у своєму дисертаційному дослідженні використовувала відповідні до мети та завдань дослідження методи: аналіз наукової та спеціальної літератури, опитування та анкетування, педагогічне тестування, апробовані методи визначення показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості і функціонального стану.

Методично правильно здобувачкою були організовані формувальний та констатувальний експерименти. Автор визначала t-критерій Стьюдента для статистичної перевірки гіпотези про вірогідність розбіжностей між досліджуваними параметрами.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що уперше визначено ступінь порушень рухової дієздатності студенток основної та спеціальної медичної груп із застосуванням програми тестувань Functional Movement Screen; обґрунтовано доцільність комплексного включення до програми фізичної реабілітації студенток модифікації їхнього стилю життя. фітнес-йоги, функціональних та аеробних тренувань (оздоровчої ходи, бігу підтюпцем, плавання, оздоровчої аеробіки), масажу; доведено ефективність розробленого комплексу реабілітаційних заходів щодо зменшення кількості факторів ризику виникнення хронічних

захворювань, зменшення ступеня порушень рухової дієздатності, покращення фізичного розвитку, функціональної та фізичної підготовленості студенток СМГ. Удосконалено інформацію про фізичний розвиток, функціональний стан і фізичну підготовленість студенток спеціальної медичної та основної груп. Набули подальшого розвитку знання про методи фізичної реабілітації студенток СМГ, у тому числі за рахунок пошуку нового підходу до оцінювання їх фізичного стану.

Значущість наукової праці для науки і практики полягає у теоретичній розробці та експериментальній перевірці реабілітаційної програми для студенток спеціальної медичної групи, яка направлена на зменшення факторів ризику хронічних неінфекційних захворювань. Її реалізація дозволяє зменшити ступінь порушення рухової дієздатності та досягнути підвищення рівня фізичного розвитку, фізичної та функціональної підготовленості студенток. Запропонована програма є придатною для застосування у практичній діяльності фізичними реабілітологами, викладачами фізичного виховання, тренерами загальноосвітніх закладів, реабілітаційних установ та центрів.

Представлена програма була впроваджена у навчальний процес ВНЗ та практичну діяльність лікувально-профілактичних закладів: «Івано-Франківський національний медичний університет», «Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка», «Харківська державна академія фізичної культури», «Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича», «Тернопільський національний економічний університет», «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», «Івано-Франківський національний технічний університет нафти і газу», Івано-Франківського обласного лікувально-оздоровчого центру «Здоров'я», «Київський національний університет будівництва і архітектури», що підтверджується відповідними актами впровадження.

Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувачки в опублікованих працях. Основні результати дисертації опубліковані у 18 наукових працях, з яких 9 – у фахових виданнях України, одна - в періодичному науковому виданні Польщі. Основні положення роботи були апробовані на міжнародних конференціях, семінарах.

Дисертаційна робота Голод Н. Р. складається зі змісту, списку умовних скорочень, вступу, шести розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку використаних джерел (225 праць: кирилицею – 148 і латиною – 77), десяти додатків, містить 33 таблиці та ілюстрована 20 рисунками. Загальний (повний) обсяг дисертації 278 сторінок друкованого тексту державною мовою.

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми, визначено об'єкт, предмет дослідження, мету і завдання дослідження, розкрито наукову новизну одержаних

результатів, практичну значущість роботи, особистий внесок здобувача, описано сферу апробації результатів досліджень, їхнє впровадження.

У першому розділі **«Сучасні погляди на стан здоров'я студентської молоді та методи його корекції засобами фізичної реабілітації»** проведено огляд наукової літератури з проблем стану здоров'я студентської молоді та шляхи їх вирішення. Проаналізовано вплив хронічних неінфекційних захворювань як визначного фактору формування здоров'я. Автор акцентує увагу, що «...внесок профілактичних заходів, істотно менш витратних в порівнянні з лікувальними, обумовлює успіх більш ніж на 50%». Узагальнюючи дані чисельних досліджень, дисертантка розглядає вісім основних факторів ризику, що обумовлюють виникнення хронічних неінфекційних захворювань: підвищений рівень артеріального тиску, дисліпідемія, гіперглікемія, куріння, нераціональне харчування, низький рівень фізичної активності, надмірна маса тіла і ожиріння, надмірне вживання алкоголю. Вивчаючи напрацювання сучасників щодо питання стану здоров'я молоді, автор зазначає, що «...головним стратегічним завданням національної освіти повинно стати виховання молоді в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я...». В розділі також висвітлено дані про сучасні погляди на принципи проведення фізичної реабілітації студентів, які навчаються у спеціальних медичних групах.

У другому розділі **«Методи та організація досліджень»** описано та обґрунтовано комплекс методів дослідження, які автор вибрала для досягнення мети і розв'язання завдань дисертації: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та спеціальної літератури; анкетне опитування студентів; антропометричні методи дослідження; фізіологічні методи дослідження; педагогічне тестування з метою визначення порушень рухової дієздатності, детально описана методика оцінки екрану функціонального руху.

З організації дослідження впливає, що автор своє дослідження проводила протягом 2011-2015 років з виділенням чотирьох послідовних етапів.

У третьому розділі **«Параметри фізичного розвитку, фізичної і функціональної підготовленості та стан рухової дієздатності студенток спеціальної медичної групи»** автор подає інформацію про самооцінку стану здоров'я студентками, наявність скарг. Для їх систематизації дисертантка виділила кардіалгічний, гіпервентиляційний, диспепсичний, цефалічний, нейроендокринний, поліартричний, астено-невротичний синдроми. Вивчаючи особливості стилю життя студенток, було з'ясовано, що для більшості опитаних було притаманне порушення режиму харчування, вживання спиртних напоїв, куріння та недостатня фізична активність. З метою детальнішого вивчення звичної для досліджуваних рухової активності, автор аналізувала (за даними анкет) спортивну рухову активність,

побутову рухову активність студенток в шкільні роки, рухову активність за міжнародним опитувальником IPAQ.

Наведено дані щодо фізичного розвитку студенток: антропометричні показники, результати динамометрії. Проведена оцінка параметрів функціонального стану органів дихання, серцево-судинної системи, функціональної спроможності вегетативної нервової системи, результати проведення ортостатичної проби. На основі проведених тестувань дисертантка оцінює рухову дієздатність студенток спеціальної медичної групи, порівнює отримані дані у КГ і СМГ.

У четвертому розділі **«Теоретико-методичне обґрунтування програми фізичної реабілітації студенток спеціальної медичної групи з урахуванням порушень рухової дієздатності»** викладено теоретичні обґрунтування та методичні основи створення програми фізичної реабілітації. Автор виділяє основні засоби фізичної реабілітації, базові принципи фізичного виховання, завдання кожного етапу реабілітації. Дисертантка подає комплекс заходів з модифікації стилю життя студенток: модифікація харчування, модифікація шкідливих звичок. Аналізує особливості програми кінезітерапії: ранкової гігієнічної гімнастики, фітнес-йоги, функціонального тренування, аеробного тренування (оздоровча ходьба, біг підтюпцем), плавання, аеробіки, а також масажу (самомасажу аплікатором Ляпко). Автор зазначає, що програма фізичної реабілітації адаптована до індивідуальних особливостей студенток спеціальної медичної групи з врахуванням рухової дієздатності та функціонального стану. Комплексний характер програми спрямований на модифікацію стилю життя, корекцію порушень рухової дієздатності, підвищення рівня функціональних можливостей, розвиток фізичних якостей та покращення працездатності студенток спеціальної медичної групи. Необхідно відмітити, що подані структурні схеми сприяють кращому сприйняттю матеріалу.

П'ятий розділ **«Оцінка ефективності програми фізичної реабілітації студенток спеціальної медичної групи з порушенням рухової дієздатності»** присвячений аналізу ефективності запропонованої програми фізичної реабілітації на основі динаміки показників стану здоров'я та стилю життя студенток. Автор вивчала самооцінку стану здоров'я студентками. Було відмічено, що під впливом реабілітації покращилось самопочуття, підвищилась стресостійкість студенток, зменшення шкідливих звичок. Причинами такої позитивної динаміки можна вважати дотримання студентками рекомендацій щодо здорового способу життя та підвищення рівня фізичної активності. Запропонована автором реабілітаційна програма позитивно вплинула на стан фізичного розвитку та функціональний стан внутрішніх органів та систем у студенток спеціальної медичної групи: покращилась дихальна функція легень, збільшились респіраторні резерви, зменшилась кількість

вісцерального жиру, підвищились параметри силової підготовки, нормалізувались показники нервової системи. Щодо цілеспрямованого впливу на рухову дієздатність, то впровадження розробленої програми позитивно відобразилось на всіх досліджуваних показниках: силових якостях, витривалості, швидкості, спритності, гнучкості, а також на оцінці екрану функціонального руху.

У шостому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» дисертантка виділила основні, базові моменти дисертації. Автор наголосила на проблемі погіршення демографічної ситуації в Україні, на заходи ООН по боротьбі з неінфекційними захворюваннями, на недосконалість традиційної форми занять з фізичної культури в ВНЗ, на основних етапах свого дослідження та їх ключових результатах. Засобом діагностування рухової дієздатності студенток дисертантка обрала Екран функціонального руху. Позитивним моментом є порівняння власних результатів з даними інших авторів.

Окремим пунктом дисертації є практичні рекомендації.

Загальні висновки повністю характеризують виконання поставлених завдань та досягнення мети дослідження, водночас, є лаконічними та змістовними.

Зміст автореферату повністю відображає основні положення представленої на захист дисертаційної роботи.

Позитивно оцінюючи представлену дисертаційну роботу, необхідно виділити деякі зауваження та дискусійні питання:

1. Не подано даних щодо наявності чи відсутності статистично значущої різниці між досліджуваними показниками у СМГ1 і СМГ2 на початку експерименту (при первинному обстеженні), для встановлення однотипності первинних показників.
2. В тексті дисертації автор зазначає про проведення проби Руф'є-Діксона і результати проби Руф'є. Було б бажано уточнити яка ж проба проводилась?
3. Чи були студентки, які не вміли плавати? Якщо так, то які вправи проводились з ними в басейні?
4. В авторефераті не зазначено кількість сторінок основного тексту дисертації.
5. Дискусійним є подання списку (переліку) наукових праць в кінці кожного розділу, яких викладені результати дослідження. Можливо їх подавати у списку викорисних джерел, а кінці розділу вказали лише порядковий номер джерела.

Висловлені зауваження принципово не знижують позитивної оцінки дисертації Голод Наталії Романівни, результати якої доповнюють теоретико-методичні основи фізичної реабілітації та мають самостійне практичне значення.

ВИСНОВОК

Представлена робота є самостійною та завершеною, має актуальність, наукову новизну, теоретичне і практичне значення. Дисертація на тему «Фізична реабілітація студенток спеціальної медичної групи з врахуванням порушень рухової дієздатності» відповідає вимогам «Порядку присудження наукових ступенів і присвоєння вченого звання старшого наукового співробітника», а її автор Голод Наталія Романівна заслуговує на присудження наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.03 – фізична реабілітація.

Офіційний опонент,
 професор кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації
 Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки
 доктор наук з фізичного виховання та спорту
 (24.00.03 – фізична реабілітація) доцент



О. Я. Андрійчук



Підпис: *Голод Наталія Романівна*
 ЗАСНД
 Освітній експерт у
 "03" 03 16 *Голод Наталія Романівна*

Прикарпатський національний університет ім. Василя Стефанива
 ВА. НДОР № *03.02.11/86*
 14. 03 20 16