

Відгук
офіційного опонента кандидата наук з фізичного виховання і спорту,
доцента кафедри теорії та методики фізичної культури Сумського
державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка
Дубинської Оксани Яківни
на дисертаційну роботу Задворного Богдана Руслановича
«МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ГНУЧКОСТІ ДІВЧАТ
СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ СТРЕТЧИНГУ»
подану на здобуття наукового ступеня доктора філософії у галузі
знань 01 – освіта/педагогіка за спеціальністю 014 «Середня освіта (Фізична
культура)».

Актуальність обраної теми.

Недооцінка важливості рухової діяльності під час навчання в школі призводить до подальшого зниження фізичної активності в студентські роки. Одним з механізмів вирішення такої ситуації є переосмислення дітьми життєвої необхідності рухової активності, розвитку фізичних якостей, формування свідомої фізичної культури. За даними дослідження ВООЗ, у всьому світі прослідковується тенденція до зниження фізичної активності молоді, при цьому відзначається, що у дівчат фізична активність значно нижча, ніж у ровесників хлопців.

Крім того, дівчата старшого віку не отримують достатньої інформації про вплив фізичних вправ на формування репродуктивного здоров'я. А їх залучення до позакласних форм занять із фізичного виховання, на думку дисертанта, дасть можливість ширше застосувати індивідуальний підхід з урахуванням специфічних особливостей формування жіночого організму.

З огляду на зазначене, проблема порушена у дисертаційному дослідженні Задворного Б. Р., виявляється у відсутності методики розвитку гнучкості засобами стретчингу, недостатністю спеціально направлених вправ щодо розвитку гнучкості в інваріантній складовій загальної фізичної підготовки та відсутністю стретчингу як варіативного модуля в шкільній програмі з фізичної культури.

Аналіз дисертаційної роботи свідчить, що здобувачем доведено актуальність обраної теми, яку підтримує коректно побудований науковий апарат та завдання, виконані поетапно на вагомій джерельній базі.

Зв'язок роботи з науковими темами та планами:

Дисертацію виконано згідно з тематичним планом науково-дослідної роботи Волинського національного університету імені Лесі Українки за темою «Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізичної активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0115U002344 (2015-2017 рр.) та за темою «Вплив фізичної активності на якість життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0119U001191 (2019-2020 рр.) Роль автора як

співвиконавця теми полягає у розробці, обґрунтуванні та практичній реалізації методики розвитку гнучкості дівчат старшого шкільного віку.

Тема дисертації затверджена науковою радою Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (протокол № 17 від 16.11.2016 р.)

Ступінь обґрунтованості і достовірність наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертаційній роботі.

Основні наукові положення, методичні підходи, висновки і рекомендації дисертації Б. Р. Задворного достатньою мірою обґрунтовані, базуються на аналізі фундаментальних праць відомих вітчизняних і зарубіжних вчених та підтверджуються необхідним і достатнім обсягом фактичного матеріалу та обсягом вибірки. Зібраний у результаті педагогічних тестувань матеріал оброблено адекватними методами статистичного аналізу і представлено в роботі достатньою кількістю таблиць, дані яких дозволяють стверджувати про достовірність зроблених висновків. Автором логічно сформульовано структурні компоненти: мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, які відповідають темі дисертації.

Наукова новизна результатів дослідження полягає в тому, що: *вперше* теоретично обґрунтовано методику розвитку гнучкості дівчат старшого шкільного віку засобами стретчингу як педагогічний процес, який базується на взаємопов'язаних структурних компонентах: цільовому, теоретико-методологічному, змістово-технологічному та оціночно-результативному; визначено інтегральні показники фізичної підготовленості, активної гнучкості та рухливості старшокласниць і виокремлено найбільш вагомі фактори, які впливають на показники гнучкості; *удосконалено* підходи щодо підбору комплексу стретчинг-вправ для ліквідації асиметрії рухів у суглобах та розвитку загальних показників гнучкості тіла старшокласниць; *доповнено* відомості про фізичний розвиток та фізичну підготовленість дівчат старшого шкільного віку; *подальшого розвитку* набули наукові положення про особливості організації позаурочних занять стретчингом у закладах загальної середньої освіти.

Практичне значення отриманих результатів полягає в їхній достатній готовності до впровадження в освітній процес Львівського державного університету фізичного культури імені Івана Боберського, Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Хмельницького національного університету, Загальноосвітньої школи I-III ступеня м. Рожище, Комунального закладу загальної середньої освіти «Рожищенський ліцей» Рожищенської районної ради, Відокремленого структурного підрозділу «Волинський фаховий коледж Національного університету харчових технологій», що підтверджується відповідними актами впровадження.

Теоретико-методичні положення та практичні результати дослідження бути використані у процесі організації урочних та позаурочних форм фізичної культури у закладах загальної середньої освіти. Окремі положення проведеного дослідження можна застосовувати в освітньому процесі студентів факультету фізичної культури під час викладання дисциплін «Теорія і методика фізичного виховання», «Гімнастика та методика її викладання».

Повнота викладу наукових положень та висновків здобувача в опублікованих працях.

Результати дисертаційного дослідження відображено у 14 наукових праць, з яких 4 статті – у наукових фахових виданнях України (2 з них включено до міжнародних наукометричних баз), 1 публікація в іноземному індексованому виданні; 7 праць апробаційного характеру та 2 праці, які додатково відображають наукові результати дисертації.

Апробація результатів дослідження. Основні практичні та теоретичні результати проведеного дослідження представлені на міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференціях, а саме: II Всеукраїнській науково-практичній інтернет-конференції «Проблеми здоров'я людини та фізичної реабілітації» (26 грудня, 2016 р., м. Суми); I, II, III Міжнародних науково-практичних конференціях «Фізична активність і якість життя людини» (14-16 червня 2017 р., 22-24 травня 2018 р., 11-13 червня 2019 р., м. Луцьк); II Міжнародній науково-практичній конференції «Третій рівень освіти в Україні: становлення та тенденції» (17-19 листопада 2017., Луцьк); III, IV науково-практичних конференціях «Медико-біологічні проблеми фізичного виховання різних груп населення, ерготерапії, інклюзивної та спеціальної освіти» (31 січня 2018 р., 13 лютого 2019 р., м. Луцьк); XI Міжнародній науковій інтернет-конференції «Спорт та сучасне суспільство» (29 березня 2018 р., м. Київ); XIX Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології» (4-5 жовтня 2018 р., м. Одеса); науково-практичній онлайн-конференції «Сучасна наука та освіта Волині» (20 листопада 2020 р., м. Луцьк). Основні результати дослідження обговорено на засіданнях кафедри теорії фізичного виховання, фітнесу та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Структура та обсяг дисертації

Дисертація відповідає логіці наукового дослідження і складається з анотації, вступу, 3 розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг дисертації становить 241 сторінка, з яких 175 сторінок основного тексту; список використаних джерел складає 165 найменувань, з них – 48 латиницею. Робота містить 82 таблиці та 25 рисунки.

У вступі дисертантом обґрунтовано актуальність теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет дослідження, розкрито наукову новизну та практичне значення дисертаційної роботи, подано інформацію про сферу апробації отриманих результатів та публікації за матеріалами дослідження.

У **першому розділі** «Теоретичні засади розвитку гнучкості школярів засобами стретчингу» наведені сучасні шляхи подолання дефіциту рухової активності за рахунок пошуку нових форм та засобів навчання фізичної культури, розглянуті особливості розвитку гнучкості у дівчат старшого шкільного віку, як морфофункціональну властивість опорно-рухового апарату, проаналізована сутнісна характеристики спеціально розробленої системи фізичних вправ, спрямованих на розвиток гнучкості та вдосконалення рухливості в суглобах, та обґрунтовані сучасні підходи до застосування стретчингу у фізичному вихованні.

У **другому розділі** «Методичні засади розвитку гнучкості дівчат старшого шкільного віку засобами стретчингу» наведені методи дослідження та поетапна організація експерименту. У позитивному аспекті необхідно зазначити широту використаних методів дослідження для визначення початкових показників та динаміки гнучкості в результаті систематизованих занять стретчингом, обрані тести достатньо інформативні, доступні для дівчат старшого шкільного віку.

У розділі дисертантом представлено результати констатувального експерименту, що до визначення вихідного рівня фізичної підготовленості старшокласників. Цікавим є той, факт що переважна більшість дівчат (59,6%) мають середній рівень фізичної підготовленості, ще 6,2% старшокласниць результати оцінено як дуже добу фізичну підготовленість (рівень вищий середнього).

Заслуговує на увагу детальний опис методики розвитку гнучкості дівчат старшого шкільного віку яка базується на взаємопов'язаних структурних компонентах: цільовому, теоретико-методологічному, змістово-технологічному та оціночно-результативному. Цільовий компонент охоплює мету і завдання, які окреслюють вектор впливу усіх складових розробленої методики; теоретико-методологічний компонент висвітлює основні методологічні підходи (індивідуальний, диференційований, гендерний) і принципи (загальнодидактичні; фізичного виховання; організаційні) процесу розвитку гнучкості дівчат старшого шкільного віку засобами стретчингу; змістово-технологічний компонент включає функції та програму розвитку гнучкості, яка базується на диференційованому підході і складається з відповідно підібраних засобів, методів, методичних прийомів, режимів та етапів, які спрямовані на поступовий і цілеспрямований розвиток гнучкості як однієї з основних фізичних якостей людини; оціночно-результативний компонент включає застосування комплексу оцінювальних методик та кількісної і якісної

статистичної оцінки отриманих результатів, їх аналіз та інтерпретацію, а також окреслює підсумковий результат.

У **третьому розділі** «Експериментальна перевірка ефективності методики розвитку гнучкості дівчат старшого шкільного віку засобами стретчингу» наведений аналіз показників фізичної підготовленості старшокласниць, які були залучені до реалізації методики розвитку гнучкості засобами стретчингу.

За допомогою кластерного аналізу отриманих результатів комплексного дослідження різних показників гнучкості на початку формувального педагогічного експерименту дисертантом було сформовано три групи старшокласниць. До *першої групи* були віднесені дівчата, які мали асиметрію в рухах тулуба та великих суглобів кінцівок, низькі або середні показники резерву гнучкості. До *другої групи* увійшли старшокласниці, у яких асиметрія рухів була зафіксована лише в одній з локомоторних ланок ОРА, середні показники резерву гнучкості. Ученицям *третьої групи* були властиві симетричні рухи у всіх досліджуваних площинах, середні або високі показники резерву гнучкості.

Заявлений контингент займався за розробленою методикою розвитку гнучкості засобами стретчингу з використанням диференційованого підходу щодо підбору комплексу вправ для кожної експериментальної групи з метою відновлення симетричності рухів у суглобах та розвитку загальних показників гнучкості тіла.

Підтвердженням результативності авторської методики розвитку гнучкості засобами стретчингу є статистично значима різниця між показниками, отриманими на початку і наприкінці експерименту щодо динаміки показників активної гнучкості та рухливості у великих суглобах та суглобах хребта; щодо рухливості суглобів верхніх та нижніх кінцівок: рухи у всіх площинах в суглобах правих та лівих кінцівок були симетричними, вихідна асиметрія була скорегована системою вправ та організованих рухів.

Дискусійні положення та побажання щодо вдосконалення змісту дисертації.

Позитивно оцінюючи наукове і практичне значення результатів проведеного дослідження, вважаємо за необхідне висловити деякі зауваження та побажання, зокрема:

1. З огляду на розвиток оздоровчих технологій за кордоном був би доцільним опис практичного досвіду іноземних науковців і практиків з означеної проблематики для виокремлення кращих методик.

2. Додаткового пояснення вимагають окремі положення організації експерименту. Хто проводив педагогічний експеримент в експериментальних групах? Чи відрізнялася заняття за змістом, інтенсивністю, дозуванням в різних експериментальних групах.

3. На наш погляд, доречніше було б при визначенні впливу авторської методики розвитку гнучкості засобами стретчингу в усіх досліджуваних показниках фізичної підготовленості та фізичного розвитку порівняння проводити у кожній експериментальній групі окремо.

4. Обґрунтованість достовірності змін в експериментальних групах доцільно було б підсилити наявністю групи порівняння.

Водночас, варто зазначити, що висловлені зауваження не є принциповими, вони мають рекомендаційний характер і суттєво не впливають на загальну позитивну оцінку наукового дослідження.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.

Аналіз рецензованої дисертації і опублікованих робіт дає право зробити наступний висновок: дисертаційне дослідження *Задвального Богдана Руслановича «Методика розвитку гнучкості дівчат старшого шкільного віку засобами стретчингу»*, подане на здобуття ступеня доктора філософії у галузі 01 – освіта/педагогіка за спеціальністю 014 – «Середня освіта (Фізична культура)» є самостійно виконаним, завершеним дисертаційним дослідженням, яке за своїми актуальністю, науково-теоретичним рівнем, обґрунтованістю висновків, новизною постанови, розв'язанням проблем, практичним значенням відповідає вимогам пунктів 9, 11-14 «Порядку присудження наукових ступенів», затвердженого Постановою Кабінетів Міністрів України від 24 липня 2013 р. №567 (із змінами, внесеними згідно з Постановами Кабінету Міністрів України № 656 від 19.08.2015, № 1159 від 30.12. 2015, № 567 від 30.12.2015, № 943 від 20.11.2019, № 607 від 15.07.2020) та Порядку Проведення експерименту з присудження доктора філософії, який затверджено Постановою Кабінету Міністрів України від 6 березня 2019 р. № 167. Тому, Задвальный Богдан Русланович заслуговує на присудження йому наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 014 – «Середня освіта (Фізична культура).

Офіційний опонент

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри теорії та методики
фізичної культури Сумського державного
педагогічного університету імені А. С. Макаренка

 О.Я. Дубинська

