

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційну роботу

Ільченка Сергія Сергійовича

«Вплив самоконтролю фізичного стану студентів упродовж навчального року на мотивацію до занять фізичним вихованням» на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Актуальність проблеми дослідження.

Проблема фізичної активності студентів та залучення учнівської молоді до занять фізичною культурою і спортом є проблемою сучасного суспільства, оскільки показники функціонального стану студентів дедалі погіршуються. У фізичному вихованні студентської молоді існує ряд проблем, таких як низький рівень фізичної підготовленості, низький рівень освіченості в галузі фізичної культури, необхідність покращення здоров'я студентів.

Сьогодні відзначається недостатня ефективність фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти. Зниження ефективності фізичного виховання зумовлено низкою об'єктивних причин: тенденцією погіршення стану здоров'я абітурієнтів і студентів; збільшенням кількості студентів, яких за станом здоров'я віднесено до спеціального відділення; відсутністю у більшості студентів сформованості потреби піклуватися про своє здоров'я; зменшенням кількості аудиторних занять з фізичного виховання у зв'язку з упровадженням Болонської системи із переорієнтацією освітнього простору і перенесення акцентів з обов'язкових аудиторних форм занять на факультативні; низьким рівнем мотивації до самостійних занять фізичними вправами; недостатнім рівнем спеціальних знань і практичних умінь у галузі фізичної культури; низьким рівнем використання новітніх технологій і сучасних технічних засобів під час позааудиторних занять; недостатнім фінансовим забезпеченням.

Фізичне виховання у закладі вищої освіти є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури особистості сучасного фахівця, системи гуманістичного виховання студентів. Як навчальна дисципліна, обов'язкова для всіх спеціальностей, воно є також засобом формування всебічно розвиненої особистості, оптимізації фізичного стану студентів у процесі професійної підготовки.

Дисертація присвячена складній і актуальній проблемі вдосконалення процесу фізичного виховання студентської молоді у закладах вищої освіти шляхом самоусвідомлення потреби фізичного вдосконалення і розвитку самим суб'єктом освітнього процесу.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертацію виконано відповідно до плану науково-дослідницької роботи кафедри теорії і методики фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини на 2012 – 2020 рр. «Формування свідомого ставлення особистості до занять фізичною культурою» (№ державної реєстрації 0111U007548). Роль автора як співвиконавця полягає у вивченні впливу методів самоконтролю студентів на мотивацію до рухової активності як засобу фізичного самовдосконалення в процесі фізичного виховання.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, їх достовірність і новизна, повнота викладення в опублікованих працях. Обґрунтованість та достовірність результатів дослідження обумовлені сукупністю теоретичного та методологічного апарату; аналізом сучасних підходів до вирішення проблеми; організацією експериментальної роботи з використанням комплексу методів дослідження, адекватних об'єкту і предмету, меті і завданням дисертаційного дослідження; статистичною обробкою отриманих результатів та позитивним ефектом від впровадження.

Здобувачем побудовано модель проведення дослідження, яка почергово вирішує конкретні завдання.

Мета та завдання дослідження, які сформульовані автором, а також відповідний підхід із використанням сучасних методів дослідження дозволили розкрити тему дослідження, що підтверджується науковим та практичним значенням отриманих результатів.

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

Оцінюючи ступінь обґрунтованості наукових досліджень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації Сергія Сергійовича Ільченка, слід зазначити, що значною мірою вона забезпечується структурою роботи, яка відображає концептуальну позицію автора.

До позитиву написання дисертації слід віднести чіткість, конкретність та логічність розкриття вихідних положень наукової роботи, що дає повне уявлення про зміст проведеного дослідження (експериментальна база дослідження, наукова новизна, теоретичне і практичне значення дослідження, особистий внесок тощо).

Загальні висновки в повному обсязі відображають зміст проведеного дослідження, вартісні здобутки дослідно-експериментальної роботи С.С. Ільченка, вирішення мети та всіх завдань. Висновки характеризуються виваженістю, чіткістю та послідовністю здобутих результатів.

Основні наукові результати дисертації висвітлено в 10 наукових працях, із яких – 5 у фахових виданнях України, з них 3 включено до міжнародних наукометричних баз, 5 публікацій апробаційного характеру.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що:

– вперше отримано дані про позитивну динаміку фізичного стану студентів упродовж навчального року через систему поточного самоконтролю, що ґрунтується на рефлексії і є позитивним стимулом для мотивації до занять різними формами фізичного виховання;

– вперше на основі факторного аналізу фізичного стану і психологічної сфери студентів визначено доступні, інформативні показники, що несуть не тільки об'єктивну інформацію про фізичні кондиції, а й підвищують

мотивацію до занять фізичними вправами, серед яких: фізичний розвиток, показники фізичної підготовленості і фізичного здоров'я, зовнішній вигляд;

– визначено динаміку мотиваційних пріоритетів до занять фізичними вправами студентів з 2-го по 4-й курс навчання, яка змінюється залежно від організаційно-методичних засад фізичного виховання в навчальному закладі з 3-го курсу після відміни обов'язкових занять із фізичного виховання;

– доведено ефективність поточного самоконтролю студентами фізичного стану п'ять разів на навчальний рік, що сприяє отриманню інформації про фактичні зміни в організмі для визначення прогресу своїх досягнень і корекції рухового режиму;

– подальший розвиток отримала теорія управління фізичним станом тих, хто займається фізичними вправами, за рахунок визначення значущості і змісту самоконтролю для нормативного прогнозування досягнення мети фізкультурно-оздоровчих занять.

Практична значущість роботи полягає в розробці «Листа самоконтролю» та обґрунтуванні відповідної організації педагогічного процесу з фізичного виховання студентів, яка забезпечує ефективне формування мотивації до занять фізичним вихованням. Отримані дані можна використовувати в процесі фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей для вироблення навичок самоконтролю за фізичним станом, що сприяє усвідомленню потреби в самовдосконаленні і саморозвитку.

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

Дисертаційна робота складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг дисертації становить 265 сторінок, з них 202 – основного тексту. Робота містить 62 таблиці і 3 рисунки, використано 270 джерел літератури.

У **вступі** обґрунтовано актуальність дослідження, науковий апарат, який, на нашу думку, визначено грамотно й коректно. Дисертант чітко визначив об'єкт, предмет і мету дослідження, окреслив завдання та етапність

роботи. У процесі розв'язання поставлених завдань було використано комплекс оптимальних методів науково-педагогічного дослідження, які взаємно доповнювали один одного; окреслені наукова новизна та практична значущість одержаних результатів, особистий внесок автора та дані про апробацію результатів.

У першому розділі **«Рухова активність і здоров'я студентської молоді»** подано огляд даних науково-методичної літератури, які стосуються висвітлення проблем організації та функціонування системи фізичного виховання у ЗВО в умовах європейської кредитно-трансферної системи (ECTS), коли зменшення годин для академічних занять і зростання частки самостійної роботи лише збільшує кількість хворих студентів, яких відносять до спеціальної медичної групи. Стан здоров'я студентів закладів вищої освіти України залишається на низькому, що вимагає відповідних змін в організації фізичного виховання на користь формування мотивації самовдосконалення через саморегуляцію активної поведінки

На основі аналізу літературних джерел автору вдалося визначити, що наразі бракує досліджень, які визначають вплив організаційно-методичних умов самоконтролю фізичного стану на мотивацію до занять фізичним вихованням протягом навчального року.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** описано комплекс методів дослідження, наведено обґрунтування доцільності їх використання, представлений порядок проведення основних етапів дисертаційного дослідження.

У роботі застосовувалися: теоретичний аналіз та узагальнення даних та узагальнення науково-методичних джерел літератури й інформаційної мережі Інтернет; анкетування, антропометричні методи, методи оцінки фізичного здоров'я, методи рухових тестів, психологічні методи, педагогічний експеримент (констатувальний і формувальний), методи математичної статистики.

Дослідження проводилися з 2012 по 2017 рр. у 3 етапи й містили

констатувальний експеримент, формувальний педагогічний експеримент для перевірки ефективності розробок автора, узагальнення результатів дослідження та їх упровадження у практику. У дослідженні брали участь студенти 2–4-го курсів Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

У третьому розділі **«Мотивація студентів 2–4-го курсів педагогічних спеціальностей до занять фізичним вихованням»** викладено результати констатувального етапу експерименту, де досліджувалися мотиваційні фактори до навчання, успіху та ціннісні орієнтації, а також суб'єктивні оцінки показників фізичного стану студентів 2 – 4-го курсів педагогічних спеціальностей. Анкетами студентів педагогічних спеціальностей 2 – 4-го курсів встановлено, що з кожним наступним роком навчання кількість студентів, що займаються фізичними вправами в позанавчальний час зменшується. На другому курсі фізичною культурою і спортом займаються 80 % хлопців і 70 % дівчат, на третьому курсі – 63,3 % хлопців і лише 13,3 % дівчат, а на четвертому – 40 % хлопців і 13,3 %. Мета фізкультурно-оздоровчих занять у більшості студентів 2 – 4-го курсів педагогічних спеціальностей не спрямована на досягнення спортивних успіхів. Виняток становлять тільки 4,2 % хлопців другого курсу, 10,5% хлопців 3-го курсу і 5 % дівчат 4-го курсу. Найчастіше метою фізкультурно-оздоровчих занять хлопці і дівчата називали: «підвищення фізичної підготовленості» (16,7 % – 28 % хлопців і 9,6 % – 25 % дівчат), «досягнення гармонійності будови тіла» (25 % хлопців і 35 % дівчат), «отримання задоволення від рухової активності» (20,8 % хлопців і 25 % дівчат).

Основною метою відвідування занять з фізичного виховання для значної частини студентів є «розуміння користі» від занять (46,6 % хлопців, 33,3 % дівчат). «Задля отримання заліку» на заняття ходили 26,7 % хлопців, 30 % дівчат. Практично для чверті хлопців 2-го курсу (23,3 %) і більше ні для кого метою відвідування занять було «отримання консультацій для самостійних занять фізичними вправами».

Ставлення хлопців і дівчат до предмета «Фізичне виховання» загалом позитивне, вони визнають фізичне виховання цікавим предметом, утім вважають, що його можна не любити через те, що воно не потрібне для майбутньої професії (хлопці 2,8 бали і дівчата 2,83 бали), на заняттях не потрібно думати (2,7 бали – хлопці і 2,8 бали – дівчата) і викладач не часто хвалить (2,7 бали – хлопці і 3,2 бали – дівчата).

Мотивація до навчання хлопців і дівчат 2 – 4-го курсів педагогічних спеціальностей показує, що переважна більшість із них (78,2 % у дівчат 2-го, 73 % дівчат 3-го і 74,8 % дівчат 4-го курсів і 79 – 80 % хлопців 3 – 4-го курсів), крім хлопців 2-го курсу, мають виражену невдоволеність своєю майбутньою роботою, адже головним мотивом у них є «здобуття диплома», що свідчить про орієнтацію на поверховість опанування професією.

Суб'єктивна оцінка студентами обізнаності з методами самоконтролю фізичного стану, отримана під час опитування, виявилась досить низькою, особливо в дівчат усіх курсів. Характерною для студентів обох статей є їх суб'єктивна констатація недостатності знань для складання програми самостійних занять. Неспроможність, висловлену суб'єктивними оцінками більшості студентів, у складанні власної програми самостійних занять фізичними вправами в цілому підтвердили результати тестування теоретичної підготовленості.

У четвертому розділі **«Вплив самоконтролю фізичного стану студентів на мотивацію до занять фізичним вихованням»** подано емпіричні результати фізичного стану студентів 2 – 4-го курсів та обґрунтовано передумови організації самоконтролю студентів із наступним упровадженням формувального експерименту.

Рівень фізичного здоров'я студентів педагогічних спеціальностей свідчить, що переважна більшість із них перебуває в «небезпечній зоні» здоров'я, тобто знаходяться в групі ризику з розвитку хронічних соматичних захворювань, пов'язаних із ендогенними факторами. Винятком є лише 6,7 % другокурсників, які поза групою ризику розвитку хронічних захворювань.

Порівняльний аналіз фізичної підготовленості студентів 2 – 4-го курсів педагогічних спеціальностей свідчить про низький рівень розвитку фізичних якостей і динаміку погіршення їх від молодшого до старшого курсу навчання.

Негативна динаміка цих показників, що починається з 2-го курсу, зумовила вибір саме цих студентів для впровадження формувального етапу експерименту, мета якого – не допустити погіршення фізичного стану на наступних курсах, на яких уже не буде академічних занять із фізичного виховання, та сприяти фізичному саморозвитку студентської молоді. Важливим аспектом у фізичному вихованні студентів 2-го курсу стало спрямування дисципліни «Фізичне виховання» на управління фізичним станом не лише педагогами, а й самими студентами.

Теорія рефлексії лягла в основу розробленого автором «Листа самоконтролю фізичного стану студентів». Згідно з результатами факторного аналізу в лист самоконтролю були внесені показники фізичного розвитку (обхватні розміри окремих частин тіла), фізичної підготовленості та фізичного здоров'я.

Установлено, що в студентів педагогічних спеціальностей рівень рефлексії на свій фізичний стан розвинений слабо, адже студенти переоцінюють свої фізичні здібності та спроможності.

Теорія рефлексії для дисципліни «Фізичне виховання», обмеженої роками та годинами викладання, стає важливим принципом функціонування її в нових навчально-виховних умовах закладів вищої освіти. Основою розвитку постійного самоконтролю і саморегуляції людини є самопізнання, що має пряме відношення до рефлексії як механізму розвитку самоконтролю.

Організаційно-методичні умови формувального експерименту для студентів 2-го курсу полягали в зміщенні акцентів в управлінні фізичним станом: більше уваги було приділено спеціальним методичним заняттям. Педагогічний процес фізичного виховання другокурсників спрямовувався на

вироблення навичок самостійного управління та контролю за власним фізичним і функціональним станом, а не на звичне виконання вказівок викладачів.

Автором було розроблено методичні рекомендації, які допомагали та орієнтували студентів раціонально й ефективно вести індивідуальну карту самоконтролю фізичного стану.

Самоконтроль фізичного стану був складовою частиною як навчально-виховного процесу, так і повсякденної життєдіяльності. Протягом навчального року студенти на спеціальних методичних заняттях отримували від викладача відповідні загальні та індивідуальні поради та вказівки, піддавали оцінці власні досягнення, визначали потенційні для себе напрями подальшого розвитку фізичного стану.

Управління власним фізичним станом та контроль за ним покладається лише на студента, за викладачем – інформаційний та коригуючий аспекти. Лист самоконтролю фізичного стану студентів стає наочним і практичним інформатором фактичних змін конкретного студента.

Дослідження мотивів відвідування занять із фізичного виховання на момент підсумкового контролю показало їх переорієнтацію порівняно з попереднім контролем. Якщо на початку року для багатьох студентів головними мотивами були «розуміння користі» від занять, «отримання заліку» та менш значимими – «підвищення фізичної підготовленості», «виховання вольових якостей», то на кінець формувального експерименту такі мотиви, як: «підвищення фізичної підготовленості» та «отримання консультацій для самостійних занять фізичними вправами» стали домінуючими для 66,6 – 63,3 % хлопців і 60,0 – 56,7 % дівчат. Мотив «розуміння користі відвідування академічних занять з фізичного виховання» став третім за значимістю (36,7 % хлопців і 50 % дівчат), а мотив «цікаво на заняттях» – четвертим (для 53,3 % хлопців і 46 % дівчат саме це є стимулом до заняття). Отже, опора на теорію рефлексії та теорію управління змінює

свідомість студентів у розумінні значущості фізичного виховання у своїй життєдіяльності.

Підвищилась рухова активність студентів за рахунок організованих занять у секціях із видів спорту (у хлопців на 27 %, у дівчат на 37 %) та самостійних занять за індивідуальними програмами, особливо після третього етапу самоконтролю (за опитуванням 86 % студентів займалися 2 – 3 рази на тиждень по 50 – 60 хвилин).

Відзначено позитивну динаміку показників фізичного здоров'я студентів. У дівчат відбувся перехід на кращий рівень фізичного здоров'я – із низького на попередньому етапі самоконтролю до середнього на підсумковому етапі контролю. У хлопців відбувся перехід із середнього рівня фізичного здоров'я до рівня вище середнього.

Протягом року самоконтролю відбулася позитивна динаміка фізичних якостей хлопців і дівчат. Самоконтроль фізичного стану став для юнаків мотивом досягнення гармонійного атлетичного розвитку.

Опитуванням студентів 3-го і 4-го курсів визначено суттєвий інтерес до ведення листа самоконтролю фізичного стану і таблиць оцінки гармонійності фізичного розвитку, що визначило необхідність його впровадження для студентів інших факультетів.

Результати експерименту засвідчили про повне виконання мети і завдань дослідження. Достовірність основних теоретичних, методичних положень і одержаних позитивних змін, що відбулись під час експерименту, безумовно, переконливо засвідчує ефективність впливу, запропонованих автором організаційно-методичних умов впровадження самоконтролю фізичного стану студентів упродовж навчального року на мотивацію студентів до занять фізичним вихованням.

Обговорення підсумків проведених досліджень засвідчено у п'ятому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**», де подано порівняння розробок автора з існуючими науковими даними, узагальнено результати дисертаційного дослідження, окреслено їх практичну і теоретичну

значущість. На підставі цього виявлено дискусійні та сформульовано наукові положення трьох рівнів новизни (набули подальшого розвитку, удосконалено, уперше).

Висновки відповідають завданням та змісту дисертаційної роботи, їх об'єктивність не викликає сумніву. Робота також містить **додатки**, які доповнюють цілісність дисертаційного дослідження.

Загалом дисертаційна робота Ільченка Сергія Сергійовича «Вплив самоконтролю фізичного стану студентів упродовж навчального року на мотивацію до занять фізичним вихованням» написана сучасною українською мовою, науковим стилем з адекватним застосуванням термінів і понять.

Робота є цілісною і характеризується тематичною повнотою та розкриттям головної наукової ідеї автора. Подані автором наукові та практичні положення логічно викладені та загалом достатньо обґрунтовані. Наведені ідеї та розробки, що належать співавторам чи іншим авторам та критичний аналіз наукових поглядів мають посилання на відповідні джерела.

Автореферат розкриває основний зміст виконаного дослідження і отриманих результатів, висвітлених у дисертаційній роботі.

Поряд із зазначенням позитивних аспектів дисертації ми змушені зробити наступні зауваження.

1. У третьому положенні наукової новизни доцільно було б сказати ієрархію мотиваційних пріоритетів студентів, яка змінюється від 2-го до 4-го курсу.

2. Назва підрозділу 1.2. «Стан здоров'я студентів ЗВО (кількість студентів спеціальної медичної групи, захворювання за нозологіями)» не зовсім відповідає змісту підрозділу. Потрібно було б залишити у назві тільки «Стан здоров'я студентів протягом навчання у закладі вищої освіти».

3. В авторефераті допущена технічна помилка, коли вказується кількість рисунків в дисертації – два а на справді три. Потрібно зауважити, що робота перенавантажена кількістю таблиць (62). Деякі з них можна було б замінити діаграмами.

У цілому, зазначені зауваження не зменшують теоретико-практичного значення отриманих результатів дисертаційної роботи.

Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам

Дисертаційна робота Ільченка Сергія Сергійовича «Вплив самоконтролю фізичного стану студентів упродовж навчального року на мотивацію до занять фізичним вихованням» є завершеною самостійною науково-дослідницькою роботою, що має теоретичне і практичне значення для вдосконалення процесу фізичного виховання в закладах вищої освіти.

За змістом, актуальністю, науковою новизною, рівнем застосування методичних підходів, обсягом проведених досліджень дисертаційна робота Сергія Сергійовича Ільченка відповідає вимогам п.11 «Порядку присудження наукових ступенів», затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України від 24 липня 2013 р. № 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
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент, доцент кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту
Запорізького національного університету

 О.В. Соколова

Підпис О.В. Соколової засвідчую
Вчений секретар



О.А. Проценко