

## ВІДГУК

офіційного опонента, кандидата педагогічних наук Жамардія Валерія Олександровича на дисертацію Мички Івана В'ячеславовича «Методика розвитку силових якостей у студентів вищих навчальних закладів засобами пауерліфтингу», представлену на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)

*1. Актуальність обраної теми.* Головним завданням закладів вищої освіти є залучення студентської молоді до занять фізичною культурою та спортом. Актуальність цієї проблеми засвідчує той факт, що стан здоров'я студентів протягом навчання характеризується низьким рівнем фізичної підготовленості. Існує нагальна потреба в підвищенні якості проведення занять із фізичного виховання у закладах вищої освіти, що проявляється в ставленні студентів до фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності, формування здорового способу життя. Основними шляхами удосконалення освітнього процесу з фізичного виховання студентів є формування потреби в зміцненні здоров'я засобами фізичної культури та спорту, підвищення якості освітнього процесу з фізичного виховання, розроблення сучасного програмно-методичного забезпечення системи фізичного виховання, забезпечення кваліфікованими кадрами та відповідним матеріально-технічним оснащенням.

Пауерліфтинг є одним із діючих і найбільш універсальних засобів фізичного виховання студентів. Це система спеціальних вправ і методичних прийомів, які використовуються з метою фізичного виховання, освіти, спортивної підготовки, відновлення, лікування, формування спеціальних умінь і навичок. Вплив фізичних вправ навчання пауерліфтингу багатосторонній, він зумовлений багатьма факторами і залежить від того, які саме вправи використовуються та для кого вони пропонуються, як застосовуються рухи та в яких умовах виконуються. Пауерліфтинг дає змогу впливати майже на всі м'язові групи, зміцнюючи та виправляючи недоліки фізичного розвитку, становлення гарної атлетичної статури. Навчальні заняття пауерліфтингом сприяють розвитку таких фізичних якостей, як сила, швидкість, витривалість, силова витривалість, спритність, гнучкість, формуванню спеціальних умінь і навичок. Саме тому тема дисертаційного дослідження Івана В'ячеславовича Мички «Методика розвитку силових якостей у студентів вищих навчальних закладів засобами пауерліфтингу» є актуальною як із теоретичних, так і практичних міркувань.

Автор цілком слушно відзначає, що актуальність дослідження визначається назрілими суперечностями між низьким рівнем фізичної підготовленості студентів і відсутністю організаційно-методичних умов для впровадження інноваційних засобів фізичної підготовки молоді, у тому числі пауерліфтингу; наявністю методичних положень щодо багаторічної підготовки спортсменів у пауерліфтингу та проблемою адаптації цих положень до освітнього процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти; необхідністю цілеспрямованого формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до занять фізичними вправами та відсутністю відповідних умов для використання у цьому процесі різноманітних засобів, зокрема пауерліфтингу.

Важливо зазначити, що тема дослідження є складовою частиною тематичного плану та загальної проблеми наукових досліджень Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова «Теорія і технологія навчання та виховання в системі освіти». Робота виконана відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики фізичного виховання факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я, відповідає паспорту спеціальності п. 7 «Формування спеціальних знань і рухових навичок у дітей та молоді у процесі навчання фізичної культури, основ здорового способу життя». Тему дисертаційного дослідження затверджено на засіданні Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова (протокол № 6 від 29 жовтня 2015 року) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 6 від 27 вересня 2016 року).

**2. Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації, та їх достовірність.** На основі проведеного комплексного теоретичного аналізу й узагальнення даних науково-методичної літератури автор чітко визначив об'єкт і предмет дослідження, його мету та завдання. Для вирішення поставлених завдань були використані адекватні методи наукового пошуку, які дозволили обґрунтувати на високому науково-методичному рівні основні положення результатів дослідження, висновки дисертаційної роботи та практичні рекомендації. Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків, містить 24 таблиці та 8 рисунків.

У **вступі** автором обґрунтовано актуальність проблеми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет і методи дослідження; розкрито наукову новизну, практичне значення отриманих результатів та особистий внесок;

визначено сферу апробації основних положень дослідження; вказано кількість публікацій автора за темою дисертації.

У першому розділі **«Теоретико-методологічні особливості розвитку силових якостей студентів у процесі фізичного виховання»** автором охарактеризовано інноваційні напрями вдосконалення процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти, розкрито сучасні підходи до розвитку силових якостей студентської молоді, проаналізовано роль і значення пауерліфтингу як засобу розвитку силових якостей студентів під час освітнього процесу з фізичного виховання; окреслено організаційно-методичні аспекти планування секційних занять із пауерліфтингу в закладах вищої освіти. Визначено, що одним із найбільш популярних видів спорту серед студентської молоді є пауерліфтинг, який сприяє розвитку моральних, вольових і фізичних якостей, готовності до високопродуктивної праці, збереженню і зміцненню здоров'я, забезпеченню гармонійного розвитку, засвоєнню необхідних знань із організації фізичного виховання і спортивного тренування, реалізації завдань професійно-прикладної фізичної підготовки з урахуванням особливостей майбутньої професійної діяльності студентів, підвищенню спортивної майстерності студентів-пауерліфтерів.

У другому розділі **«Теоретичне обґрунтування методики розвитку силових якостей студентів закладів вищої освіти у процесі занять пауерліфтингом»** автором представлена загальна методика й етапи дослідження, викладено результати констатувального етапу педагогічного експерименту, розроблено та теоретично обґрунтовано методику розвитку силових якостей у студентів закладів вищої освіти засобами пауерліфтингу, яка відображена у вигляді педагогічної моделі, що включає мотиваційний, змістовий та оціночний блоки.

У третьому розділі **«Експериментальна перевірка ефективності методики розвитку силових якостей студентів закладів вищої освіти у процесі занять пауерліфтингом»** автором запропоновано критерії оцінювання готовності до життєздатності студентів, які займаються пауерліфтингом за рівнями фізкультурно-оздоровчих компетенцій та представлено результати формувального етапу педагогічного експерименту. Визначено, що основними критеріями оцінювання готовності студентів до життєдіяльності є мотиваційний (мотиви, ціннісні орієнтації), когнітивний (знання), діяльнісний (практичні вміння та навички). Встановлено достовірну динаміку усіх досліджуваних показників фізичної підготовленості, функціональних показників і показників спеціальної фізичної підготовленості студентів ЕГ. Отримані дані підтверджують і розширюють наукові уявлення з досліджуваної проблеми та показують ефективність і

доцільність використання розробленої авторської методики розвитку силових якостей студентів закладів вищої освіти у процесі занять пауерліфтингом.

**3. Наукова новизна результатів дослідження.** На основі всебічного аналізу літературних джерел і досвіду практичної роботи Іваном В'ячеславовичем уперше розроблено, теоретично обґрунтовано методику розвитку силових якостей у студентів закладів вищої освіти засобами пауерліфтингу на основі індивідуального підходу й експериментально доведено її ефективність; визначено алгоритм застосування пауерліфтингу в освітньому процесі фізичного виховання не лише для розвитку силових якостей, а як засобу формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентської молоді; запропоновано педагогічні умови підвищення ефективності розвитку силових якостей у студентів засобами пауерліфтингу та критерії оцінювання готовності до життєздатності студентів, які займаються пауерліфтингом у процесі фізичного виховання; удосконалено освітній процес фізичного виховання студентів за рахунок впровадження силових видів фізкультурно-оздоровчої діяльності; подальшого розвитку набули питання підвищення мотивації та рухової підготовленості студентів на заняттях фізичними вправами за вільним вибором.

**4. Значущість результатів дослідження для науки й практики та можливі шляхи їх використання.** Наукова цінність поданої до захисту дисертаційної роботи визначається поглибленням існуючих теоретичних положень і розробленням методики розвитку силових якостей у студентів закладів вищої освіти засобами пауерліфтингу. Цінною є педагогічна модель методики розвитку силових якостей у студентів закладів вищої освіти засобами пауерліфтингу.

Не викликає сумніву практичне значення результатів проведеного дослідження, яке полягає у розробленні методики розвитку силових якостей у студентів закладів вищої освіти засобами пауерліфтингу. Результати дослідження можуть бути використані викладачами фізичного виховання, тренерами спортивних шкіл, аспірантами, магістрантами, студентами закладів вищої освіти, слухачами курсів підвищення кваліфікації для розширення знань і досвіду, а також у самостійному фізичному вдосконаленні.

Відмічаємо, що основні положення та результати дисертаційного дослідження впроваджено в освітній процес із фізичного виховання Житомирського державного університету імені Івана Франка (довідка про впровадження № 13 від 08 травня 2018 року), Міжнародного класичного університету імені Пилипа Орлика (довідка про впровадження № 65/1 від 11 квітня 2019 року), Житомирського економіко-гуманітарного інституту

(довідка про впровадження № 13 від 24 квітня 2019 року), Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (довідка про впровадження № 1/45 від 30 травня 2019 року).

**5. Повнота викладу результатів дослідження в опублікованих працях.** Основні положення та результати дисертаційного дослідження відображено у 16 наукових працях, із них 6 статей у наукових фахових виданнях України з педагогічних наук; 1 стаття у науковому періодичному іноземному виданні; 6 публікацій у збірниках матеріалів наукових конференцій; 3 публікації, які додатково відображають наукові результати дисертації. Представлені публікації Івана В'ячеславовича Мички повністю відображають зміст дисертаційної роботи.

**6. Оцінка змісту й оформлення дисертації та автореферату.** Дисертація та автореферат написані грамотно й оформлені згідно з вимогами пунктів 9, 11-14 «Порядку присудження наукових ступенів», затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України № 567 від 24.07.2013 р. (із змінами). Зміст автореферату ідентичний основним положенням дисертаційної роботи.

**7. Зауваження щодо змісту дисертації.** Загалом позитивно оцінюючи наукове та практичне значення результатів дослідження висловимо побажання та пропозиції.

1. У дисертаційній роботі, досить широко представлені точки зору вітчизняних науковців із досліджуваної проблематики, але необхідно було більше уваги звернути на дослідження закордонних фахівців.

2. Загалом цікавий і змістовий матеріал першого розділу доцільно було б завершити систематизацією понятійно-категоріального апарату дослідження.

3. На нашу думку, робота значно виграла б, якби у другому розділі дисертації був поданий порівняльний аналіз базової навчальної програми з фізичного виховання та методики розвитку силових якостей студентів у закладах вищої освіти засобами пауерліфтингу.

4. З огляду на практичну цінність дисертаційного дослідження, вважаємо за доцільне рекомендувати автору підготувати навчально-методичний посібник, або окремі авторські методичні розробки за матеріалами дисертації.

5. У процесі роботи над дисертацією необхідно опанувати більшу кількість літературних джерел за останні п'ять років.

6. У тексті дисертації та автореферату мають місце деякі стилістичні й орфографічні помилки.

Висловлені зауваження й побажання носять дискусійний характер і не зменшують актуальності та значущості дисертаційної роботи для

