

ВІДГУК

офіційного опонента **Присяжнюка Станіслава Івановича** на дисертацію **Проскурова Євгенія Михайловича** на тему: ***“Формування соматичного здоров’я і розумової працездатності у школярів 5-6 класів на уроках фізичної культури”*** представленої на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров’я)

Дисертаційна робота **Проскурова Євгена Михайловича** присвячена теоретичному та експериментальному обґрунтуванню методики покращення соматичного здоров’я, фізичної та розумової працездатності учнів 5-6 класів гімназії на уроках фізичної культури.

Однією із актуальних проблем сучасної шкільної педагогіки є наукове обґрунтування раціонального рухового режиму дітей і підлітків. Дослідження останніх років свідчать про те, що причиною найбільш розповсюджених захворювань, порушень у фізичному розвитку та функціонального стану організму все у більшій мірі стає недостатня рухова діяльність, яку відчуває організм школярів.

В процесі проведених досліджень дисертантом встановлено, що статичні вправи з власною масою позитивно впливають на стан соматичного здоров’я школярів, їх розумову і фізичну працездатність не зважаючи на прискорену інтенсифікацію розумового навантаження. Динамічні вправи, за тим обсягом та формами їх використання, що передбачені чинною програмою фізичної культури, не дають змогу повністю витримати інтелектуальний тиск навчальних дисциплін, а також покращити чи зберегти здоров’я учнів на належному рівні в умовах сучасного сьогодення шкіл «нового типу».

Згідно даних Міністерства охорони здоров’я України у процесі навчання кількість учнів з 1 групою здоров’я (здорові) зменшується від 10,1 % на початок 1-го класу до 3,8 % наприкінці початкової школи та до 1,5 % протягом навчання у 5-му класі. У початковій школі зменшується чисельність 2-ї групи здоров’я (функціональні відхилення) з 59,7 % до 46,2 %, за рахунок чого збільшується кількість учнів із 3-ю групою здоров’я (хронічні захворювання) складає з 30,2 % до 49,4 %. Негативна тенденція продовжується при переході в основну школу: питома вага учнів, що мали 3-ю групу здоров’я у 5-му класі становила 58,0 %, що значно перевищує чисельність 2-ї групи – 49,3 %.

Нині, за даними фахівців, 60,0 % українських учнів неспроможні виконати вимоги загальноєвропейських тестів фізичної підготовленості «Єврофіт».

Зараз, як ніколи школярам потрібні нові, різноманітні форми і методи організації діяльності учнів на уроках, впровадження уроків:

самостійної діяльності, уроків диференційованого навчання, інтегрованих, уроків-тренінгів, уроків-змагань, кейс-уроків, сюжетно-рольових, проектних тощо.

Звичайно, що використання нових форм та методів у фізичному вихованні у школі вимагає від вчителів імпровізації та творчості.

Збільшення загального рівня рухової активності, яка нині у загальній масі школярів далеко ще не досягає гігієнічних норм, забезпечуване знаннями щодо вікових особливостей розвитку рухової функції, безумовно, складає суттєвий резерв зміцнення здоров'я молодого організму, попередження розумового перевтомлення школярів і сприяючи гармонічному фізичному розвитку і оптимальному функціональному стану організму. Є підстава, разом з тим, вважати, що просте збільшення загальної рухової активності не в змозі забезпечити найбільш ефективні умови для всебічного розвитку і зміцнення здоров'я школярів, тому що досить часто здійснюється без урахування одного із основних завдань педагогічного процесу і усього виховання дітей – покращення їхньої адаптації до навчального навантаження. Ось чому у теперішній час так гостро стоїть питання про необхідний пошук і наукове обґрунтування засобів, які могли б полегшити адаптацію дітей і підлітків до навчальних навантажень, запобігти негативному впливу на організм школярів. Саме ця проблема у певній мірі знайшла відображення у дисертаційному дослідженні **Євгенія Михайловича Проскурова**.

Ознайомлення зі змістом дисертації та авторефератом **Євгена Михайловича Проскурова** дає підстави вважати, що науково-термінологічний апарат дослідження (об'єкт, предмет, мета, завдання тощо), можна оцінити як чіткий, кваліфікований і викладений лаконічно матеріал. Структура автореферату дисертації побудована логічно, у відповідності до визначених завдань дослідження.

Проведення дослідження відбувалося послідовно: від традиційного обов'язкового аналітичного узагальнення попередніх наукових здобутків, констатації стану розроблення у спеціальній науковій і науково-методичній літературі через систематизацію теоретичних поглядів у розв'язанні даної проблеми до створення своєї методики щодо навчання фізичних вправ учнів основної школи з метою зміцнення здоров'я школярів.

Наукова новизна основних положень і висновків дисертаційної роботи визначена тим, що автором:

вперше розроблено методику формування соматичного здоров'я і розумової працездатності школярів 5-6 класів на основі включення у зміст уроків фізичної культури фізичних вправ статичного характеру; обґрунтовано зміст навчального матеріалу з використанням статичних навантажень з обтяженням власною масою тіла у процесі вивчення учнями 5–6 класів шкіл «нового типу» модулів гімнастики та спортивних ігор навчальної програми з фізичної культури; визначено ступінь впливу динамічних і статичних навантажень на соматичне здоров'я, фізичну і розумову працездатність учнів шкіл «нового типу»; запропоновано

критерії оцінювання рівня соматичного здоров'я і розумової працездатності у школярів 5-6 класів на уроках фізичної культури як навчальних досягнень в умовах використання статичних вправ;

– *удосконалено* освітній процес фізичного виховання учнів основної школи на основі оптимізації співвідношення обсягу фізичних навантажень статичного і динамічного характеру;

– *дістали подальшого розвитку* питання покращення здоров'я та розумової працездатності школярів на уроках фізичної культури, особливостей застосування статичних вправ для вирішення оздоровчих завдань фізичного виховання.

Особистий внесок здобувача у роботах, виконаних у співавторстві, полягає у теоретичному обґрунтуванні основних ідей і положень; в організації експериментального дослідження, інтерпретації результатів, аналізі практичного матеріалу та формулюванні висновків.

Публікації. За темою дисертації опубліковано 16 наукових праць, із них 1 стаття у міжнародному виданні, що входять до міжнародної наукометричної бази Scopus, 8 статей у наукових фахових виданнях України, 1 стаття у зарубіжному фаховому науковому виданні, 4 публікації виконано одноосібно.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається з переліку умовних скорочень, вступу, 3-х розділів, висновків, додатків і списку використаних джерел. Обсяг дисертації становить 249 сторінки, з яких 165 сторінок основного тексту, роботу ілюстровано 27 рисунками та 65 таблицями. Список літературних джерел містить 272 найменування, з яких 76 іноземних авторів.

У вступі обґрунтовано актуальність теми, визначено об'єкт, предмет, мету і завдання дослідження, подано наукову новизну, практичне значення роботи й інформацію щодо апробації результатів дослідження.

У першому розділі «**Сучасний стан проблеми збереження здоров'я учнів шкіл «нового типу» та його вплив на розумову і фізичну працездатність протягом навчального року**» проаналізовані наукові джерела які свідчать, що в режимі дня шкіл «нового типу», особливо зі значним розумовим навантаженням, виникає таке негативне явище, як зниження рівня соматичного здоров'я, фізичної підготовленості, фізичної і розумової працездатності, а сама система фізичного виховання даних навчальних закладів не забезпечує належним чином реалізацію оздоровчих завдань.

Проведений аналіз наукової і науково-методичної літератури дисертантом виявив залежність здоров'я школярів від збільшеної інтенсифікації розумової праці і нервово-емоційних перевантажень. Так, результати спостережень щодо навчального навантаження у середніх класах гімназій довели, що найменше середнє денне навчальне навантаження було зафіксовано у 5-х класах, яке становило 6,3 години. Однак враховуючи вікову регламентацію, навчальне навантаження як в 6-8 класах, так і в 5-х класах значно перевищує норму.

Переглянуті наукові матеріали підкреслюють значність фактора здоров'я для успішності навчальної діяльності з найменшими психоемоційними і енергетичними витратами, погоджуючись з тим, що здоров'я учнів прямо пов'язане з їх працездатністю і стомлюваністю, констатуючи зниження загального функціонального стану учнів шкіл «нового типу», толерантність їх організму до фізичних навантажень і зростання вимог до важливих інтелектуальних характеристик особистості. Тобто, коли відбувається зниження компонентів функціональної стійкості до фізичних навантажень в заміні на підвищення важливих інтелектуальних якостей, але утримуються від пошуку конкретних шляхів виходу з цієї кризи використовуючи засоби фізичних вправ. Таким чином, аналіз науково методичних джерел дозволив встановити, що сучасні наукові дослідження переважно спрямовані на пошук оптимального співвідношення навчальних дисциплін у школах «нового типу».

Аналіз наукових джерел, стосовно проблеми використання статичних навантажень в процесі фізичного виховання дітей середнього шкільного віку дозволив виявити, що між показниками статичної витривалості великих груп м'язів і результатами контрольних нормативів, за даними кореляційного аналізу, існує позитивна взаємозалежність, яка підвищується до кінця навчального року під впливом тренування до статичних навантажень. Водночас, статичні вправи краще застосовувати у вигляді статико-динамічних комплексів вправ в співвідношенні 2 : 1 (два динамічних, одне статичне).

Дисертантом виявлено, що незалежно від законодавчої відповідальності, штучно збільшене розумове навантаження, викликає необхідність кожного з предметів демонструвати своє стрімке зростання, а можливості стану здоров'я учнів нажалі залишаються без змін і цей факт спонукає більшість школярів виконувати свої навчальні обов'язки на межі максимальних своїх досягнень.

У другому розділі **«Науково-теоретичне обґрунтування і практична розробка методики формування соматичного здоров'я і розумової працездатності у школярів 5-6 класів на уроках фізичної культури»** дисертантом обрані методи дослідження дозволили отримати об'єктивні результати щодо існуючих загальноосвітніх навантажень в сучасних школах «нового типу». А також здійснити необхідну допомогу щодо пошуку найбільш оптимального шляху збереження здоров'я школярів засобами фізичних вправ на уроках фізичної культури в умовах постійно зростання інтелектуального тиску. Головними методами дослідження, які відображували ступінь готовності учнів до навчання було доведено, що класичний загальноосвітній пресинг складається з розумового і фізичного навантажень, кожен з яких вимагає певних витрат життєво важливих ресурсів. Це, сприяло проведенню тестувань розумових і фізичних навантажень з метою виявлення їхнього негативного впливу на стан здоров'я учнів.

Дисертантом виявлено, що навчальна зайнятості учнів 5-6 класів в продовж навчального дня не відповідає загальним санітарно-гігієнічним нормам школяра. Це пояснюється тим, що задовольнити відповідні вимоги кожного з навчальних предметів, одночасно встигаючи за темпом навчання можливо тільки в умовах повної самовідданості зосереджуючись на вирішенні не тільки конкретних, але й інших завдань для реалізації яких зовсім не залишається часу на відпочинок, у тому числі і активний.

Проведений порівняльний аналіз часу та успішності навчання учнів виявив, що кількість невстигаючих учнів на першому рівні становить 38 %, а 62 % належить до категорії встигаючих, однак незважаючи на категорію, кожен з учнів даного рівня однаково витрачає від 12 до 13 годин на теоретичні предмети, при цьому сильно перевищуючи свої фізичні і розумові можливості в наслідок чого виникають різноманітні побічні ефекти пов'язані з порушенням стану здоров'я.

Виявлено 26 % від загальної кількості школярів складають учні найвищих рівнів, до яких належать другий і третій. Представники вказаних рівнів витримують значно більших розумових навантажень у порівнянні з першим рівнем, оскільки термін часу який вони витрачають на розумову діяльність становить від 14 до 16 годин.

Динаміка показників соматичного здоров'я та працездатності учнів 5-6 класів навчального року характеризується погіршенням ряду функціональних показників, зокрема: індексів Руф'є, Робінсона, частоти серцевих скорочень, артеріального тиску, максимального споживання кисню, а також фізичної працездатності. Розумова працездатність школярів знизилась на 35,9 %, розумова точність зменшилась на 9,5 %. Отримані дані підтверджуються статистичною вірогідністю ($p < 0,001$).

Дисертантом встановлено, що статичні вправи з власною масою позитивно впливають на стан соматичного здоров'я, фізичну та розумову працездатність учнів 5-6 класів, що надає змогу рекомендувати типові навантаження на уроків фізичної культури з метою оптимізації співвідношення функціонального стану на уроках впродовж навчального дня.

У третьому розділі «Дослідно-експериментальна перевірка ефективності методики формування соматичного здоров'я і розумової працездатності у школярів 5-6 класів на уроках фізичної культури» проведена оцінка соматичного здоров'я і розумової працездатності школярів протягом навчального року на уроках фізичної культури довела, що вона є ефективним критерієм визначення рівня здоров'я учнів в умовах сучасного зростання розумового навантаження. Дане оцінювання надає можливості вчителю побачити негативні зрушення в стані здоров'я учнів, які раніше були непомітними, чим надати певну інформацію для продовження освітнього процесу. Запропоноване оцінювання є незалежним від медичних оглядів, час яких не завжди збігається з календарним плануванням фізичних навантажень і тим самим інколи не залишає можливості своєчасно попередити вчителя про наслідки

загальноосвітнього навантаження. Таким чином, дане оцінювання не лише залучає усі необхідні ресурси для якісної діяльнійснї компетентностї, але й охоплює оздоровчі завдання, що сприяють покращенню соматичного здоров'я та підвищенню розумової працездатностї школярїв.

Позитивні показники розумової працездатностї підтверджуються достовірною статистичною вірогідністю. Цї данї було підтверджено і наявністю кореляційного зв'язку між показниками фізичної і розумової працездатностї, а також показниками розумової працездатностї і функціональними показниками.

Результати факторного аналізу дозволили встановити, що використання статичних навантажень поряд з динамічними, дозволяє суттєво зберегти наприкінці навчального року рівень соматичного здоров'я, фізичного стану, розумової та фізичної працездатностї і розумових можливостей учнів експериментальних груп. Такі данї підтверджуються динамікою змін показників загальної дисперсії та неврахованих факторів. Так, якщо у 10-річних учнів експериментальної групи загальна дисперсія наприкінці навчального року зменшилась на 1,3 %, показник неврахованих факторів збільшився на 2,7 %, то у контрольній групі ці показники відповідно дорівнювали 9,7% та 16,8%. В учнів 11 років у експериментальній групі показник загальної дисперсії зменшується на 14,5 %, а дані неврахованих факторів зростають на 36,6 %, тоді як у контрольній групі такі зміни відповідно склали 31,1% і 66,2% . Отже, дана динаміка показника загальної дисперсії викликана пониженням факторної ваги досліджуваних показників, а зріст факторної ваги неврахованих факторів є результатом потужного впливу розумового навантаження протягом навчального року.

Отже, розроблена і теоретично обґрунтована методика формування соматичного здоров'я і розумової працездатностї у школярїв 5-6 класів на уроках фізичної культури виявила, що використання статичних вправ поряд з динамічним дозволяє без великих функціональних затрат підвищувати рівень соматичного здоров'я, фізичний стан, фізичну і розумову працездатність учнів впродовж навчального року.

Вірогідність і обґрунтованість основних висновків і наукових положень сформульованих у дисертації не викликає сумніву, так як забезпечена достатньою кількістю показників оцінювання ефективностї та результативностї впровадженної методики та значним обсягом матеріалів теоретичного вивчення проблем фізичного виховання.

Зміст дисертації свідчить, що **Євген Михайлович** зміг досягти мети та вирішити визначені завдання, реалізація яких розкрита у висновках. Розкрите у дисертації наукове дослідження є актуальним, має ознаки закінченої наукової і самостійної роботи, результати викладені з дотриманням методології дослідження і відповідним завданням.

Автореферат дисертації оформлений у відповідності з вимогами Міністерства освіти і науки України, і у повному обсязі розкриває суть

дисертаційної роботи, відповідає положенням, які виносяться на захист, досить повно відображає результати дослідження.

В цілому дисертація **Проскурова Євгенія Михайловича** свідчить про високий рівень підготовки дисертантом, він володіє певною мірою методикою проведення дослідження і творчо здійснив підхід до розв'язання основних завдань.

Позитивно оцінюючи наукове і практичне значення отриманих дисертантом результатів, слід відмітити ряд дискусійних зауважень та побажань щодо змісту даної роботи, зокрема:

У тексті дисертації автором допущено чимало граматичних і синтаксичних помилок. Виклад матеріалу дисертації здебільшого подібний літературній розповіді, але ж це наукова робота!

1. Стор. 22. Від стану здоров'я багато в чому залежить успішність навчальної діяльності школярів. **Відразу після закінчення літніх канікул спостерігається зниження загального функціонального стану, толерантності організму до фізичних навантажень і зростання вимог до важливих інтелектуальних характеристик особистості.** Так само відбувається зниження компонентів клінічного статусу і функціональної стійкості до фізичних навантажень в заміन на підвищення важливих інтелектуальних якостей.

Таку динаміку можна пояснити наступним чином : **сам освітній процес з наростанням його інтенсифікації, є потужним тренінгом в стимуляції довгострокової і оперативної пам'яті, логічного і евристичного мислення, обсягу і переключення уваги, зорової моторики сприйняття, що дозволяє підвищити резерви інтелектуальної праці, що в сукупності призводить до зниження загальної фізичної тренуваності, загальному фізичному стомленню, аж до стану некомпенсованого перевтомлення і навіть виснаження організму.**

Незрозуміло:

– чому після літніх канікул у школярів відбувається зниження загального функціонального стану ...?

– як може впливати освітній процес з наростанням його інтенсифікації ..., що призводить до зниження загальної фізичної тренуваності, загальному фізичному стомленню, аж до стану некомпенсованого перевтомлення і навіть виснаження організму. Адже навчальний процес тільки почався? Щось тут не те.

2. Стор. 92. «... початковий компонент, який складає фундамент...». Більше підходить «... початковий компонент, що складає основу ... або є основою ...».

3. Стор. 94. «Обирались окремі методи поєднуючись меж собою в самостійний ланцюг з якого потім створювався шлях навчання.». Треба було б «Обрані чи визначені методи об'єднувались у самостійну ланку за допомогою якої у подальшому визначалась методика навчання».

4. Стор. 96. **«Встановити індивідуальний рівень фізичних якостей.** До виконання нових фізичних вправ, кожен з учнів може

приступити лише при наявності необхідного для цього рівня фізичної підготовленості, який визначається за допомогою тестування. Інакше кажучи, базова рухова підготовленість учня повинна відповідати тим вимогам яких потребує та або інша особисто мало відома вправа, як в нашому випадку (статична). На основі аналізу рухової підготовленості, вчителем може бути отримана інформація про стан готовності учня до виконання вправи.

При виявленні низького рівня рухової та фізичної підготовленості вчитель повинен виконати одну з наступних дій:

- відмовитись від вивчення нової вправи або відкласти вивчення її до більш сприятливого моменту;

- при недостатній фізичній підготовленості учня розробити додаткову програму занять, яка допоможе довести учня до належного рівня підготовленості, після чого поновити заняття за основною програмою.

Це найбільш яскраво простежуються в шкільній практиці, коли виконавцями фізичних вправ є звичайні школярі, а не маючи достатньо значний рівень рухового досвіду спортсмени». Це загальні вимоги, а як Ви конкретно діяли в умовах Вашої школи?

5. Стор. 109. Рис. 2.7. Схема діяльності вчителя: інформація – **операція** – контроль – корекція – отриманий результат. Замість «операції» треба «дії».

6. Стор. 113. «...ціль та мета заняття ...». Ціль і мета одне і те саме, але у даному випадку повинно бути «**мета**».

7. Стор. 115. «...придбаних раніш статичних вмінь ...», треба «...набутих або сформованих раніш статичних вмінь ...». Чи не забагато відведено часу (10-12 хв) на виконання статичних вправ?

8. Стор. 156. «... надати **чемної** допомоги ...», що це? Цей вислів стосується риси людини, зокрема, шанобливо ввічливий до людей. В якому виявляється ввічливість, уважність, люб'язність, тому краще «... надати необхідної допомоги ...».

9. Як же все-таки впливають статичні вправи на організм школярів 5-6 класів? (зменшення кількості пропущених занять по хворобі, підвищення якості знань із теоретичних предметів, підвищення успішності на кінець навчального року тощо ...).

Більшість висловлених зауважень є дискусійними і в цілому не впливають на позитивну оцінку виконаного дисертаційного дослідження, яке є завершеною, самостійно виконаною науковою працею, що має нові наукові обґрунтовані результати, вагоме теоретичне та прикладне значення, що у сукупності вирішують важливе наукове завдання суттєвого значення для шкільної галузі фізичної культури.

Дисертаційна робота **Проскурова Євгена Михайловича** на тему: **“Формування соматичного здоров'я і розумової працездатності у школярів 5-6 класів на уроках фізичної культури”** відповідає вимогам «Порядку присудження наукових ступенів і присвоєння вченого звання

старшого наукового співробітника» (п.п. 9, 11, 12) та іншим інструктивним вимогам щодо кандидатських дисертацій, а її автор, **Проскуров Євген Михайлович**, заслуговує на присудження наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я).

Доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри безпеки життєдіяльності
та фізичного виховання Державного
університету телекомунікацій



С.І. Присяжнюк

*Згідно з
завістю*



Начальник
Відділу кадрів ДУТ
С.М. ЛЬВОВСЬКИЙ