

## ВІДГУК

офіційного опонента про дисертаційну роботу

Плющакової Олени Володимирівни

на тему: «Формування навчальної адаптації студентів першого курсу засобами фізичного виховання», подану на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)

**Актуальність обраної теми.** Актуальність дослідження зумовлена складними реаліями сучасного життя в умовах воєнного стану, кризовою насиченістю юнацького віку, інформаційною перенасиченістю та інтенсифікацією освітнього процесу, що є стресорами навчального середовища у вищій школі й часто призводять до накопичення негативних емоцій і почуттів, підвищують психоемоційний тиск на когнітивну та вольову сфери особистості студентів, посилено знижуючи фізіологічні ресурси організму в умовах дії навчального стресу

На сьогодні наявна значна кількість психолого-педагогічних досліджень, присвячених навчальній адаптації студентів, проблемам формування особистості здобувачів вищої освіти. Однак натепер вивчення впливу різних видів рухової активності на адаптацію здобувачів вищої освіти до освітнього середовища має фрагментарний характер, що вимагає окремих міждисциплінарних досліджень наукових передумов та особливостей формування навчальної адаптації студентів першого курсу у процесі фізичного виховання. Тому проблема залишається актуальною через численні переваги використання засобів фізичного виховання в процесі навчальної адаптації здобувачів вищої освіти.

**Зв'язок з науковими планами, темами.** Тема дослідження відповідає тематичному плану та загальній науковій проблемі наукових досліджень Українського державного університету імені Михайла Драгоманова за напрямом «Теорія і технологія навчання та виховання в системі освіти». Роботу виконано згідно з планом наукових досліджень кафедри теорії та методики фізичного виховання за темою, що узгоджується з паспортом спеціальності 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). Тему дисертаційного дослідження затверджено на засіданні Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова (протокол № 8 від 22 грудня 2015 року).

**Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації.** Достовірність отриманих результатів підтверджується як достатньою кількістю учасників дослідження, так і обґрунтованою методикою організації педагогічного експерименту. Висновки та наукові положення, сформульовані дисертанткою, підтверджені математичними методами статистичного аналізу, що забезпечує їх наукову обґрунтованість і надійність.

Варто відзначити логічність викладу матеріалу, послідовність у реалізації етапів наукового пошуку, а також відповідність оформлення

результатів установленим вимогам. Висновки повністю відповідають поставленим у дисертації завданням, відзначаються об'єктивністю та науковою новизною. Робота вирізняється глибоким аналізом досліджуваної проблематики та самостійністю в підходах до її висвітлення.

**Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що дисертанткою**

- *вперше* визначено інтегральний показник навчальної адаптованості здобувачів вищої освіти за показниками функціонального адаптаційного потенціалу організму та психосоціальної адаптованості особистості; зафіксовано зв'язок навчальної адаптованості з показниками вольової активності, індивідуально-типологічними властивостями нервової системи, психологічними особливостями особистості та рухової підготовленості здобувачів вищої освіти, на цій основі розроблено методику навчання адаптації до освітнього процесу студентів першого курсу засобами фізичного виховання; запропоновано критерії оцінювання навчальних досягнень студентів-першокурсників у процесі фізичного виховання з урахуванням рівня навчальної адаптованості;

- *удосконалено* педагогічні технології впливу занять фізичними вправами на успішність навчальної адаптації, зниження рівня навчального стресу та покращення ментального здоров'я студентської молоді;

- *подальшого розвитку дістали* питання мотивації та інтересів, рівня стресу, рухової підготовленості, адаптаційних можливостей, вольової активності та психоемоційного стану студентів, можливостей формування навчальної адаптації студентів закладів вищої освіти засобами фізичних вправ.

**Практичне значення одержаних даних** полягає у розробці та обґрунтуванні методики навчання адаптації до освітнього процесу студентів першого курсу засобами фізичного виховання та її впровадженні в освітній процес студентів першого курсу Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, Поліського національного університету, що підтверджено відповідними актами впровадження. Провідні положення роботи впроваджені у лекційний курс дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, дисципліни «Методика викладання фізичного виховання у вищій школі» для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти і може використовуватися у процесі підготовки майбутніх викладачів фізичного виховання закладів вищої освіти.

**Оцінка змісту дисертації та її основних положень.** Загальний обсяг дисертаційної роботи становить 223 сторінки, основний зміст – 164 сторінки тексту комп'ютерного набору державною мовою з урахуванням сучасних вимог до оформлення дисертаційних робіт. Робота проілюстрована 27 таблицями та 10 рисунками. Вона складається з анотації, переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних

літературних джерел та 6 додатків. Список використаних джерел містить 235 найменувань, серед яких 28 іноземною мовою.

**У вступі** дисертаційної роботи автор обґрунтовує актуальність теми дослідження з урахуванням накопиченого досвіду науковців. Визначений зв'язок дисертаційного дослідження з науковими програмами, планами, темами. Сформульовано мету, завдання, об'єкт, предмет та методи наукового дослідження; визначено наукову та практичну значущість виконаної дисертаційної роботи; приведено дані щодо особистого внеску здобувача, апробацію та впровадження отриманих результатів; наводяться відомості щодо публікацій автора, структури та обсягу дисертаційної роботи.

**У першому розділі** дисертаційної роботи «Теоретичні та методичні основи формування адаптації студентів першого курсу до навчання у закладах вищої освіти засобами фізичного виховання» систематизовано дані науково-методичної літератури та провідного досвіду щодо сучасних підходів до організації рухової активності студентів в умовах навчання у закладах вищої освіти. Визначено основні психолого-педагогічні та біологічні аспекти проблеми адаптації студентів першого року навчання до освітнього процесу, а також індивідуальні особливості розвитку організму та особистості студентів як передумова успішної адаптації до навчання

Проведений аналіз літературних джерел дозволив зробити висновки про те, що процес адаптації студентів до навчання у закладах вищої освіти провокує зміни у потребнісно-мотиваційній, когнітивній, емоційно-вольовій сферах особистості, звичному руховому режимі та може відбуватися відносно спокійно й рівномірно, а може мати складний перебіг в умовах перманентного стресу.

Отже, метою дисертаційної роботи стало обґрунтування, розробка та експериментальна перевірка методики навчання адаптації до освітнього процесу студентів першого курсу засобами фізичного виховання.

Виходячи зі змісту першого розділу, слід звернути увагу на детальний аналіз робіт вітчизняних та закордонних вчених з обраного напрямку дисертаційного дослідження. Якість проведеного аналізу дозволила досягти такого рівня наукових узагальнень, який носить об'єктивний характер. Цінну складову частину роботи становить ретельно підібрана до дисертаційної роботи бібліографія. Список проаналізованих у першому розділі джерел складається з 139 найменувань, серед яких 24 – іноземною мовою.

**У другому розділі** авторкою обґрунтовано методику навчання адаптації до освітнього процесу студентів першого курсу засобами фізичного виховання.

Дисертантка детально висвітлила методологію дослідження, надала інформацію про контингент учасників, базу проведення експерименту та охарактеризувала основні етапи науково-дослідної роботи. Раціональне й послідовне застосування методів дослідження забезпечило комплексний аналіз предмета дослідження. Теоретичні методи стали підґрунтям для формування ключових положень наукової роботи, а використання комплексу емпіричних методів дало змогу обґрунтувати, розробити та перевірити

ефективність методики адаптації студентів першого курсу до освітнього процесу засобами фізичного виховання.

Для вирішення завдань дисертаційного дослідження і досягнення основної мети здобувачка використала сучасні, взаємодоповнюючі та коректні методи дослідження:

- теоретичні (аналіз і узагальнення даних педагогічної теорії та досвіду передової практики, педагогічне моделювання);
- соціологічні (анкетування);
- медико-біологічні (антропометрія, фізіометрія);
- педагогічні (спостереження, тестування, експеримент);
- психодіагностичні (тести і методики діагностики й оцінки індивідуально-психологічних особливостей розвитку організму, емоційної та мотиваційної сфери здобувачів вищої освіти);
- методи математико-статистичної обробки даних.

Констатувальний етап педагогічного експерименту був проведений авторкою з метою отримання первинної інформації про вихідний рівень мотивації до рухової активності, особливостей навчальної діяльності здобувачів вищої освіти, показників адаптаційних можливостей, психоемоційного стану, психологічних особливостей, індивідуально-типологічних властивостей нервової системи, вольової активності та рухової підготовленості студентів-першокурсників. У констатувальному експерименті брали участь 192 першокурсника віком 17-21 років Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.

У результаті дослідження було виявлено, що студенти першого курсу мають середні показники, що характеризують їх психоемоційний стан, однак зафіксовано ознаки помірного стресу за середньо груповими показниками та дещо знижений рівень стресостійкості, при чому у юнаків-першокурсників спостерігається в більшій мірі високий рівень адаптації, тоді як у дівчат – низький. Найбільш адаптованими до навчальної діяльності відмічені більш витривалі, стресостійкі студенти з сильною нервовою системою, низьким рівнем тривожності та агресії, щодо студенток першого курсу, то адаптованими до навчання є більш витривалі, спритні дівчата з низьким рівнем стресу, сильною нервовою системою та менш тривожні.

Здобувачкою розроблена авторська методика формування адаптації до освітнього процесу студентів першого курсу в процесі фізичного виховання, що представлено у вигляді педагогічної моделі. Провідною ідеєю пропонованої методики є розвивально-виховний ефект фізичних вправ, що полягає у забезпеченні педагогічного впливу на психосоціальну та функціональну складові адаптаційного потенціалу організму та особистості через розвиток і виховання прогностично значущих рухових якостей, вольових проявів та психологічних особливостей студентів. Особливістю практичної складової розробленої методики є урахування індивідуально-типологічних властивостей нервової системи студентів, котрі є генетично детермінованими, однак дещо регулюються за допомогою зовнішніх впливів завдяки пластичності вищої нервової діяльності. Ця методика охоплює мету,

завдання, принципи, зміст, методи, засоби фізичного виховання, форми навчально-виховної роботи зі здобувачами вищої освіти, а також критерії оцінювання навчальної адаптованості студентів.

**У третьому розділі** «Дослідно-експериментальна перевірка ефективності методики навчання адаптації до освітнього процесу студентів першого курсу засобами фізичного виховання» представлено результати власних досліджень.

Дисертанткою визначено критерії оцінки навчальних досягнень адаптивних можливостей студентів першого курсу у процесі фізичного виховання з урахуванням рівня їх навчальної адаптованості.

За результатами контрольного етапу експериментального дослідження доведено ефективність методики навчання адаптації до освітнього процесу студентів першого курсу засобами фізичного виховання. Дисертанткою зафіксовані позитивні зміни у ставленні молоді до свого здоров'я, покращилися стосунки серед однокурсників, збільшилася кількість здобувачів вищої освіти, які оцінюють у себе вольові якості як високі, визначені позитивні зміни у ставленні студентів до занять фізичними вправами у повсякденному житті

Авторкою зареєстровані позитивні зрушення у показниках рухової підготовленості та психоемоційного стану студентів-першокурсників. Так, достовірно покращилися показники вольової організації особистості, рівня стресу, стресостійкості, розвитку витривалості і спритності за результатами бігу на 1500 м та стрибків на скакалці юнаків експериментальної групи.

Дослідження інтегрального показника навчальної адаптованості студентів першого курсу після педагогічного експерименту встановили присутність достовірних позитивних змін як у юнаків, так і у дівчат експериментальної групи. Так, у студентів першого курсу цей показник покращився на 10,3 %, а у дівчат-першокурсниць – на 11,1 % при  $p \leq 0,05$ . Тоді як у контрольній групі інтегральний показник навчальної адаптованості покращився відповідно у юнаків і дівчат лише на 4,6% і 6,8% при  $p > 0,05$ .

Зміст дисертаційної роботи відзначається чіткою та логічною структурою, що дозволяє послідовно простежити шляхи реалізації поставлених завдань і досягнення визначеної мети. Матеріал викладено науково, лаконічно й зрозуміло.

Термінологічний апарат є усталеним і відповідає загальноновизнаним науковим стандартам. Спільний стиль подання результатів теоретичного й практичного дослідження, нових наукових положень, висновків і рекомендацій сприяє їх доступному сприйняттю та практичному використанню. Порушень академічної доброчесності не зафіксовано.

**Повнота викладу наукових положень, висновків та рекомендацій здобувача в опублікованих працях.** Основні результати проведеного дисертаційного дослідження представлено у наукових журналах (фахових вітчизняних та тих, що індексуються у міжнародних наукометричних базах), матеріалах науково-практичних конференцій міжнародного та всеукраїнського рівня. Особистий внесок здобувачки у спільно

опублікованих наукових працях полягає у визначенні напрямку дослідження, аналізі спеціальної літератури за темою дослідження, його організації та проведенні, статистичному аналізі та інтерпретації отриманих результатів, підготовці матеріалів до друку.

Основні положення та результати дисертації викладено у 13 публікаціях, з яких 1 стаття у міжнародному виданні, що входить до наукометричної бази Scopus, 2 статті у міжнародному виданні, що входить до наукометричної бази Web of Science, 7 статей у фахових наукових виданнях України, 3 публікації апробаційного характеру.

#### **Зауваження та дискусійні положення щодо змісту дисертації.**

Поряд із загальною позитивною оцінкою дослідження є недоліки та зауваження до змісту дисертаційної роботи з відповідними рекомендаціями щодо їх усунення:

1. У першому розділі дисертації ґрунтовно проаналізовано наукові дослідження, присвячені особливостям переживання стресу студентами-першокурсниками різної статі. Водночас доцільним видається доповнити цей аналіз розглядом наукових праць щодо відмінностей адаптаційних процесів студентів у навчальній діяльності залежно від рівня їхнього фізичного розвитку та рухової підготовленості.

2. У розділі, присвяченому мотиваційним аспектам адаптації першокурсників, некоректним виглядає використання цілих відсоткових значень (11%, 25%, 75% тощо), оскільки вони не відповідають цілому числу респондентів. Рекомендується подати відсотки з округленням до одного знаку після коми або зазначити абсолютні значення.

3. У таблицях 2.12–2.14 застосовано параметричний t-критерій Стьюдента, що є характерним для порівняння двох вибірок. Проте на цьому етапі дослідження виконувалося лише констатування. Тому незрозуміло, між якими саме вибірками (вихідними чи контрольними) здійснювалося порівняння та які дані вважаються достовірними.

4. Доцільно було б включити у висновки другого розділу результати кореляційного аналізу, які стали підґрунтям для обґрунтування вибору засобів впливу в авторській моделі адаптації студентів першого курсу до освітнього процесу засобами фізичного виховання.

5. Опис труднощів першого року навчання, а також особливостей адаптації студентів до освітнього процесу, побутових умов та соціального середовища (розділ 2, с. 116–125) доцільніше було б представити у першому розділі, що присвячений теоретичному аналізу проблеми.

6. У тексті роботи зустрічаються поодинокі стилістичні та орфографічні помилки.

Однак викладені зауваження мають суб'єктивний характер, не є принциповими і не знижують загальну позитивну оцінку дисертаційного дослідження.

**Загальний висновок.** Дисертаційна робота Площакової Олени Володимирівни на тему: «Формування навчальної адаптації студентів першого курсу засобами фізичного виховання», є завершеним самостійним дослідженням, має наукову новизну, характеризується новим підходом і практичною цінністю, відповідає вимогам Порядку присудження наукових ступенів, затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України № 567 від 24.07.2013 року (зі змінами і доповненнями), а її автор – Площакова Олена Володимирівна – заслуговує на присудження наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я).

Кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри спортивних  
дисциплін і туризму  
Університету Григорія Сковороди  
в Переяславі



Підпис: Наталія БАЗИЛЕВИЧ  
Засвідчую:  
Нач. ВК *[Handwritten Signature]*