

ВІДГУК ОФІЦІЙНОГО ОПОНЕНТА

**на дисертаційну роботу Лабарткави Костянтина Володимировича
«Вплив пішохідного туризму на фізичний стан здобувачів вищої освіти зі
спеціальності 242 «Туризм і рекреація», подану на здобуття наукового
ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю
24.00.02 — фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.**

1. Актуальність теми дослідження

Дисертаційна робота Лабарткави Костянтина Володимировича присвячена вирішенню надзвичайно актуальної науково-практичної проблеми, що перебуває на перетині теорії фізичного виховання, громадського здоров'я та професійної підготовки кадрів. У сучасному українському суспільстві, як і в глобальному контексті, спостерігається тривожна тенденція до зниження рівня рухової активності та, як наслідок, погіршення фізичного стану студентської молоді. Ця проблема, загострена наслідками пандемії COVID-19 та переходом до дистанційних форм навчання, становить загрозу не лише для здоров'я нації, але й для якості освітнього процесу та майбутнього професійного потенціалу випускників закладів вищої освіти (ЗВО).

Актуальність обраної теми посилюється її подвійною значущістю. З одного боку, робота відповідає на гострий суспільний запит щодо пошуку ефективних, доступних та науково обґрунтованих засобів оздоровлення молоді. З іншого боку, вона вирішує вузькоспеціалізоване педагогічне завдання — вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки здобувачів вищої освіти зі спеціальності 242 «Туризм і рекреація». Саме в цьому синергетичному поєднанні загальнооздоровчих і кар'єрно-орієнтованих цілей полягає концептуальна сила та своєчасність дослідження. Автор переконливо доводить, що для майбутніх фахівців у галузі туризму фізична підготовленість є не просто бажаним атрибутом, а ключовою професійною компетентністю, що безпосередньо впливає на їхню конкурентоспроможність, безпеку та якість надання послуг.

Дослідження К. В. Лабарткави органічно вписується в сучасні тенденції модернізації вищої освіти, що передбачають перехід до компетентнісних, студентоцентризованих та практико-орієнтованих моделей навчання. Запропонована інтеграція пішохідного туризму в навчальну дисципліну «Фізичне виховання» є кроком від застарілих, уніфікованих форм занять до гнучкого, мотивуючого та міждисциплінарного підходу. Як підтверджують результати проведеного дисертантом соціологічного опитування, такий підхід відповідає інтересам та запитам самих студентів, що є вирішальним фактором для підвищення їхньої залученості та формування стійкої мотивації до фізичного самовдосконалення.

Важливо підкреслити, що дисертація заповнює наявну прогалину в наукових дослідженнях. Хоча оздоровчий потенціал туризму загальноновизнаний, його системне, науково обґрунтоване впровадження в освітній процес ЗВО для конкретної цільової групи залишалося недостатньо вивченим. Робота К. В. Лабарткави пропонує цілісну, експериментально перевірену модель там, де раніше переважали фрагментарні або декларативні підходи. Таким чином, тема дисертаційного дослідження є беззаперечно актуальною, науково значущою та соціально затребуваною.

2. Основна частина: Критичний аналіз дисертації

2.1. Наукова новизна та теоретичне значення

Наукова новизна та теоретичне значення результатів, отриманих К.В. Лабарткавою, полягають у розробці та всебічному обґрунтуванні цілісної педагогічної моделі, що збагачує теорію і методику фізичного виховання.

- **Уперше розроблено та науково обґрунтовано інтегровану навчальну програму.** Ключовою новизною є не просто пропозиція використовувати пішохідний туризм, а створення завершеної, структурованої навчальної програми, що системно поєднує теоретичний (6 %), загальнофізичний (41 %) та спеціальний фізичний і техніко-тактичний (53 %) компоненти. Ця програма, розрахована на повний навчальний рік (180 годин / 6 кредитів ЄКТС), перетворює пішохідний туризм із рекреаційного заходу на

повноцінний, керований педагогічний інструмент, спрямований на досягнення конкретних освітніх результатів.

- **Емпірично доведено ефективність програми на основі лонгітюдного експерименту.** Теоретичне значення роботи суттєво посилюється завдяки методологічній строгості проведеного дослідження. На відміну від багатьох робіт, що обмежуються дворазовим тестуванням, дисертант організував лонгітюдний експеримент із щомісячним моніторингом показників фізичного стану учасників протягом навчального року. Такий підхід дозволив отримати деталізовану динамічну картину адаптаційних процесів в організмі студентів та надати переконливі емпіричні докази ефективності запропонованої програми порівняно з традиційними формами занять.

- **Зроблено внесок у теорію професійно-прикладної фізичної підготовки.** Дисертація робить вагомий внесок у розвиток теорії професійно-прикладної фізичної підготовки, демонструючи, як зміст дисципліни «Фізичне виховання» може бути цілеспрямовано адаптований до вимог конкретної спеціальності. Робота виходить за межі загального оздоровлення, доводячи, що інтеграція пішохідного туризму дозволяє цілеспрямовано розвивати специфічні фізичні якості (зокрема, загальну та силову витривалість), а також техніко-тактичні навички (орієнтування на місцевості, подолання природних перешкод), що є невіддільною частиною професіограми фахівця з туризму та рекреації.

- **Отримано нові дані щодо гендерних особливостей адаптації до навантажень туристичного характеру.** Наукову новизну становлять також виявлені та описані гендерні відмінності у реакції на запропоновану програму. Аналіз даних показав різні темпи адаптації та профілі розвитку фізичних якостей у юнаків та дівчат, що дозволило дисертанту сформулювати методичні рекомендації щодо диференціації навантажень. Ці результати мають теоретичне значення, оскільки надають емпіричну базу для подальшої персоналізації процесу фізичного виховання.

2.2. Обґрунтованість та достовірність наукових положень і висновків

Обґрунтованість наукових положень, висновків та рекомендацій, сформульованих у дисертації, забезпечується завдяки ретельно продуманій методології дослідження та коректному застосуванню сучасних методів аналізу.

- **Репрезентативність вибірки та дизайн дослідження.**

Достовірність результатів значною мірою забезпечена масштабом та структурою експерименту. У дослідженні взяли участь 177 здобувачів освіти (у формувальному експерименті) та 230 респондентів (в анкетуванні) з трьох провідних ЗВО м. Львова (ЛДУФК, ЛНУ, НУ «ЛП»), що дозволило сформувати експериментальну та контрольні групи. Залучення кількох закладів освіти підвищує зовнішню валідність дослідження та робить його висновки більш генералізованими.

- **Комплексність та адекватність методів дослідження.**

Автор застосував комплекс взаємодоповнювальних методів, що відповідають меті та завданням роботи. Поєднання теоретичного аналізу, соціологічного опитування, педагогічного експерименту та медико-біологічних вимірювань, зокрема з використанням апаратно-програмного комплексу «КОНТРЕКС-2», дозволило отримати всебічну та об'єктивну інформацію про фізичний стан учасників. Такий багатогранний підхід забезпечує надійність та повноту отриманих даних.

- **Коректність статистичної обробки даних.**

Дисертант продемонстрував високий рівень володіння методами математичної статистики. Для аналізу даних було адекватно застосовано двофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA) та аналіз з повторними вимірюваннями, що дозволило коректно оцінити як міжгрупові відмінності, так і динаміку показників у часі. У роботі наведено конкретні статистичні критерії (наприклад, $F=6,1$; $p=0,003$ для динамічної сили у юнаків), що підтверджують статистичну значущість виявлених ефектів та роблять висновки автора доказовими та переконливими.

2.3. Практична цінність отриманих результатів

Дисертаційне дослідження К. В. Лабарткави має виразне прикладне спрямування, а його результати можуть бути безпосередньо впроваджені в освітню практику та використані для модернізації системи фізичного виховання.

- **Готова до впровадження навчальна програма.** Найважливішим практичним результатом роботи є розроблена, апробована та детально описана навчальна програма, що є, по суті, готовим методичним продуктом для кафедр фізичного виховання. Дисертація містить не лише концептуальні засади, але й конкретний інструментарій для реалізації: тематичне планування, розподіл годин, зміст практичних занять, приклади вправ та методичні рекомендації.¹ Це значно спрощує процес імплементації програми в освітній процес ЗВО.

- **Формування професійно-прикладних компетентностей.** Практична цінність програми виходить за межі покращення фізичного стану. Вона безпосередньо сприяє формуванню у майбутніх фахівців з туризму та рекреації ключових професійних навичок: техніки пересування по пересіченій місцевості, основ безпеки в природному середовищі, роботи зі спеціальним спорядженням. Це підвищує рівень їхньої професійної підготовки та готовності до практичної діяльності.

- **Ефективний засіб підвищення мотивації студентів.** Результати анкетування, представлені в дисертації, свідчать про незадоволеність значної частини студентів традиційними заняттями та високий інтерес до туристичної діяльності.¹ Таким чином, запропонована програма є практичним інструментом для вирішення однієї з найгостріших проблем фізичного виховання — низької мотивації та відвідуваності. Залучення до цікавої та емоційно насиченої діяльності сприяє формуванню позитивного ставлення до рухової активності.

- **Масштабованість та адаптивність моделі.** Практичне значення роботи посилюється її потенційною масштабованістю. Хоча програма розроблена для конкретної спеціальності, її принципи та окремі модулі можуть бути адаптовані для інших груп студентів. Передбачена можливість проведення занять не лише в природних умовах, але й на території кампусу, у міських

парках чи на штучних тренажерах (скеледромах) робить модель доступною для впровадження в ЗВО з різною матеріально-технічною базою та географічним розташуванням.

2.4. Зауваження та дискусійні питання

Високо оцінюючи науковий рівень та практичну значущість виконаної роботи, варто відзначити декілька аспектів, які мають переважно дискусійний характер і можуть стати предметом для подальших наукових пошуків.

1. У дисертації представлено переконливі дані про достовірне покращення окремих показників фізичної підготовленості (наприклад, динамічної сили, швидкісно-силової витривалості) в учасниць експериментальної групи. Водночас інтегральний показник «Рівень фізичного стану» (РФС), розрахований за методикою «КОНТРЕКС-2», у студенток наприкінці експерименту продемонстрував незначне зниження (на 2,6 %). Ця розбіжність створює певну аналітичну напругу. Видається, що алгоритм розрахунку РФС, який, імовірно, враховує антропометричні дані (зокрема, масу тіла), може бути недостатньо чутливим до специфічних адаптаційних змін, викликаних пішохідним туризмом. Наприклад, збільшення м'язової маси, що є позитивним результатом силової підготовки, може неоптимально впливати на кінцевий бал. У зв'язку з цим, **було б цікаво почути пояснення дисертанта щодо можливих причин такої розбіжності між динамікою окремих фізичних якостей та інтегральним показником РФС у дівчат (с. 125, 158) та обговорити адекватність застосованої методики комплексної оцінки для даного виду рухової активності.**

2. Аналіз результатів формувального експерименту свідчить не лише про переваги авторської програми, але й про наявність позитивної динаміки за низкою показників (наприклад, гнучкість, динамічна сила) у контрольних групах, які займалися за традиційними програмами. Цей факт, хоч і не ставить під сумнів висновки про вищу ефективність експериментальної методики, є самостійно значущим. Він підкреслює, що будь-яка систематична та організована рухова активність має позитивний вплив на фізичний стан

студентів. **Прошу надати роз'яснення, які саме компоненти «традиційних» програм могли сприяти покращенню в контрольних групах (с. 138-158). Такий порівняльний аналіз дозволив би ще чіткіше виокремити унікальні, цільові переваги саме професійно-орієнтованого підходу, запропонованого автором.**

3. Дослідження було успішно реалізовано в умовах Львівської області, регіону зі сприятливими природно-географічними умовами для пішохідного туризму (наявність пересіченої місцевості, схилів тощо). Це забезпечило високу екологічну валідність експерименту. Водночас, це ставить питання про можливість тиражування програми в інших регіонах України з відмінним ландшафтом (наприклад, у степовій або поліській зонах). **Прошу визначити принципи та шляхи адаптації авторської програми для ЗВО, розташованих в інших фізико-географічних умовах. Які альтернативні засоби та методичні прийоми (наприклад, акцент на азимутальному русі, використання штучних перешкод, тривалі переходи по рівнинній місцевості) могли б бути використані для досягнення аналогічних педагогічних цілей?**

4. Одним із завдань фізичного виховання у ЗВО є формування стійкої мотивації до рухової активності, що зберігатиметься протягом усього життя. Авторська програма, як свідчать результати анкетування, має високий мотиваційний потенціал завдяки відповідності інтересам студентів. Робота переконливо доводить ефективність програми в межах одного навчального року.

У якості перспективи для подальших досліджень було б цікаво почути думку автора щодо потенційних довготривалих ефектів запропонованої програми. Які існують підстави вважати, що здобувачі, опанувавши основи пішохідного туризму та отримавши позитивний емоційний досвід, продовжуватимуть цю форму активності самостійно після завершення обов'язкового курсу фізичного виховання?

Висловлені зауваження не знижують високої загальної оцінки дисертаційної роботи, а спрямовані на окреслення перспективних напрямів для подальших наукових розвідок у даній галузі.

3. Висновок

Дисертаційна робота Лабарткави Костянтина Володимировича на тему: «ВПЛИВ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 242 „ТУРИЗМ І РЕКРЕАЦІЯ“» є завершеним, самостійним науковим дослідженням, у якому вирішено важливе науково-практичне завдання — вдосконалено науково-методичні засади поліпшення фізичного стану студентської молоді шляхом розробки та експериментальної перевірки ефективності навчальної програми з фізичного виховання з використанням елементів пішохідного туризму.

Автор успішно досяг поставленої мети та виконав усі завдання дослідження. Роботу вирізняє теоретична глибина, методологічно вивіреним дизайн експерименту, значний обсяг отриманих емпіричних даних та їх коректна статистична обробка. Сформульовані наукові положення, висновки та практичні рекомендації є обґрунтованими, достовірними та логічно випливають зі змісту роботи. Практична цінність дослідження полягає у створенні готового до впровадження освітнього продукту, здатного суттєво підвищити якість та привабливість фізичного виховання для студентів туристичних спеціальностей.

Дисертаційна робота за своїм змістом, структурою, обсягом та оформленням відповідає всім вимогам Порядку присудження наукових ступенів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України, що висуваються до дисертацій на здобуття наукового ступеня кандидата наук.

Враховуючи вищевикладене, вважаю, що дисертаційна робота Лабарткави Костянтина Володимировича «ВПЛИВ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 242 „ТУРИЗМ І РЕКРЕАЦІЯ“» є кваліфікаційною науковою працею, а її автор заслуговує на присудження наукового ступеня кандидата

наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 — фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.

Офіційний опонент,
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор,
начальник кафедри фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту
Національної академії сухопутних військ
імені гетьмана Петра Сагайдачного

Сергій РОМАНЧУК

«08» вересня 2025 року

