

ВИСНОВОК

**про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації
Бережної Ярослави Леонідівни
на тему: «Технологія диференційованого фізичного виховання студентів
гуманітарно-педагогічного профілю за показниками нейродинамічних функцій»,
що подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії
з галузі знань А Освіта за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт**

Дисертація Бережної Ярослави Леонідівни на тему: «Технологія диференційованого фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічного профілю за показниками нейродинамічних функцій», що подана на здобуття наукового ступеня доктора філософії в галузі знань А Освіта, за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт виконана на кафедрі теорії та методики фізичної культури і спорту факультету фізичного виховання, здоров'я та туризму Запорізького національного університету. Тема дисертації затверджена (протокол № 9 від 14.11.2022 р.) та уточнена (протокол № 9 від 23.04.2026 р.) Вченою радою Запорізького національного університету.

За результатами публічної презентації результатів дисертації Бережної Я.Л., яка відбулася на розширеному засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету (протокол № 12 від 22.05.2026 року), наукових публікацій, у яких висвітлені основні наукові результати дисертації, та звіту електронної перевірки, визначено наступне.

Актуальність теми та науковий рівень дисертації. У сучасних умовах підвищується актуальність фізичного виховання студентської молоді, що пов'язано зі зниженням рівня рухової активності здобувачів вищої освіти (Pavlović, 2024, Lobo, et. all, 2023, Kozin, et. all, 2023a, Kozin, et. all, 2022, Yuniana, et. all, 2023). Особливо це характерно для останніх років, у зв'язку зі збільшенням частки дистанційного навчання під впливом пандемічних, соціальних і воєнних чинників (Gani, et. all, 2023, Chen, et. all, 2022, Cochon Drouet, O, et all, 2024, Jiang Qing, et. all, 2023).

Дистанційний формат навчання суттєво ускладнює організацію фізичного виховання студентів, оскільки значна частина рухової активності виконується самостійно без безпосереднього контролю викладача (Tsyhura, & Harkusha, 2023, Kozin, et. all, 2023b, Lu, et. all, 2023, Chen, et. all, 2023, Shao, et. all, 2023, Zhou, et all, 2023, Flemons, et. all, 2024). Вищезазначене знижує ефективність формування рухових навичок, рівень мотивації до занять та сприяє подальшому зменшенню фізичної активності студентської молоді (Gani, et. all, 2023, Chen, et. all, 2022, Cochon Drouet, O, et al., 2024, Jiang Qing, et. al.). Загальновідомо, що фізична активність молоді є головним фактором здорового способу життя, і зниження її рівня негативно впливає як на теперішній стан, так і на майбутнє суспільства (Tsyhura, & Harkusha, 2023, Kozin, et. all, 2023b, Lu, et. all, 2023, Chen, et. all, 2023, Shao, et. all, 2023, Zhou, et al., 2023, Flemons, et. al).

З іншого боку, онлайн навчання створює можливість у фізичній культурі пошуку ефективних напрямів індивідуального підходу до занять, і цим самим – до збереження і зміцнення здоров'я здобувачів, а також і до фізичного виховання. Однак це вимагає вміння та рішучості студентства брати відповідальність на себе за свою фізичну активність, її види, обсяг, інтенсивність, розпорядок у виконанні тощо, що є головною умовою фізичного виховання (Tsyhura, & Harkusha, 2023, Kozin, et. all., 2023).

Водночас сучасні умови навчання актуалізують необхідність пошуку індивідуалізованих підходів до фізичного виховання студентів. Ефективність самостійної рухової активності значною мірою залежить від відповідності фізичних вправ індивідуальним психофізіологічним особливостям, інтересам і функціональним можливостям здобувачів (Simonton, et. all, 2023, Burgueño, et. all, 2023, Gråstén, et. all, 2023, Martos-Garcia, et. al.). Особливо це стосується фізичних вправ, які необхідно виконувати самостійно без контролю з боку викладачів. У зв'язку з цим, особливого значення набуває підбір засобів фізичного виховання, які забезпечують не лише розвиток фізичних якостей, а й позитивну мотивацію до систематичних занять.

Для комплексного вирішення проблеми недостатньої рухової активності студентів засоби фізичного виховання повинні забезпечувати не лише розвиток фізичних якостей, а й стимулювати когнітивні функції, мотивацію до занять та формування стійкої потреби у фізичній активності (Martos-Garcia, et. all, 2023, Kinder, et. all, 2023, Kaloka, et. all, 2023, Zhou, et. all, 2023, Salvador- GarciaZhou, et. all, 2024). Тільки в цьому випадку здобувач займатиметься самостійно та із задоволенням, що є необхідною умовою постійних занять, підвищення рівня фізичної підготовленості, збереження та зміцнення здоров'я. Особливої актуальності це набуває в умовах обмеженого часу, відведеного на організацію рухової активності студентів у процесі навчання в університеті, а також поширення дистанційних форм освіти. За таких умов самостійний вибір здобувачами найбільш ефективних видів рухової активності шляхом їх послідовного практичного випробування є малоефективним і складним для реалізації (Pavlović & Siryi, 2023, Kozin, & Matlaiev, 2023, Vujdoš, et al., 2023, Kozina, Z., et al.).

Підбір засобів фізичного виховання для студентів закладів вищої освіти доцільно здійснювати з урахуванням функціональних і фізичних можливостей, індивідуальних особливостей нервової системи, схильностей та інтересів здобувачів тощо. Такий підхід створює передумови для підвищення ефективності фізичного виховання, мотивації до занять та формування стійкої потреби у руховій активності.

У дослідженнях (Kozin, et. all, 2022, Kozin, et. all, 2023a, 2023b) показано, що існують професійно зумовлені психофізіологічні особливості здобувачів, які є основою для добору фізичних вправ, спрямованих на зміцнення та збереження здоров'я. Особливе місце у цьому аспекті займають майбутні фахівці гуманітарно-педагогічних спеціальностей, зокрема майбутні вчителі історії та філології, професійна діяльність яких пов'язана з високими вимогами до концентрації уваги, стійкості нервової системи, аналітичного мислення та комунікативних здібностей. Адже це вимагає ретельної роботи з пошуку унікальних історичних та філологічних даних, у поєднанні з їх комплектацією та систематизацією. Крім того, майбутня професія педагога також накладає свій відбиток на особливості майбутньої професійної діяльності студентів гуманітарно-педагогічного профілю: їм потрібно швидко налагоджувати комунікацію з учнями та їх батьками, що потребує також певних характеристик нервової системи.

Фізичне виховання повинно спиратися не тільки на стан фізичної підготовленості студентів, але й також і на їх професійні інтереси та на особливості нервової системи. Отже, визначення психофізіологічних і нейродинамічних особливостей студентів гуманітарних спеціальностей є основою для диференціації засобів фізичного виховання.

У зв'язку з цим, нами висунуто гіпотезу про те, що студенти історичних і філологічних спеціальностей мають специфічні особливості нейродинамічних функцій та показників швидкості реакції, які можуть бути основою для диференційованого підбору засобів фізичного виховання.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дослідження проведено згідно науковій темі кафедри олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди на 2021-2026 р.р. «Розробка і обґрунтування технологій зміцнення здоров'я і гармонійного розвитку людей різних вікових і соціальних груп (номер державної реєстрації 0121U110053); науковій темі «Теоретико-методичні засади вдосконалення навчально-тренувального процесу у різних видах спорту» (державний реєстраційний номер 0122U001108) плану науково-дослідної роботи Запорізького національного університету на 2022–2026 рр.; в межах міжнародного проєкту, що реалізується спільно з польським партнером – Асоціацією AZS WSG (Республіка Польща) та українськими університетами. Проєкт співфінансується Польсько-Американським Фондом Свободи в рамках програми RITA – «Зміни в регіоні» (RITA 2 – Partnerstwo do potęgi), яку реалізує Фонд «Освіта для демократії» (ї). Участь у проєкті забезпечила розширення методичного інструментарію дослідження та впровадження інноваційних засобів психофізичної адаптації.

Спеціальність, якій відповідає дисертація. Зміст дисертації відповідає спеціальності А7 Фізична культура і спорт, за якої вона подається до захисту.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що вперше:

– теоретично обґрунтовано та розроблено концептуальну модель диференційованого фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічного профілю, побудовану з урахуванням показників нейродинамічних функцій і мотиваційного ставлення студентів до рухової активності;

– розроблено алгоритм диференціації засобів фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічного профілю на основі психофізіологічних і нейродинамічних показників із застосуванням методів багатовимірного статистичного аналізу;

– визначено особливості психофізіологічних і нейродинамічних функцій студентів гуманітарних спеціальностей, які характеризуються специфічним співвідношенням показників рухливості та стійкості нервової системи порівняно зі студентами інших педагогічних спеціальностей;

– розроблено технологію диференційованого фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічного профілю, яка передбачає поєднання аеробно-анаеробних, координаційних і творчо орієнтованих вправ відповідно до особливостей нейродинамічних функцій здобувачів;

– встановлено позитивний вплив розробленої технології на показники фізичної підготовленості, психофізіологічного стану та професійно значущих когнітивних якостей студентів гуманітарно-педагогічного профілю.

Удосконалено зміст технології фізичного виховання шляхом інтеграції засобів рухової активності, когнітивної візуалізації та інтерактивних методів навчання, що сприяє підвищенню рівня залученості студентів до рухової активності та формуванню здоров'язбережувальної компетентності.

Підтверджено положення про необхідність комплексного впливу засобів фізичного виховання на фізичний стан, психофізіологічні функції та професійно значущі когнітивні якості студентів гуманітарно-педагогічного профілю.

Уточнено та доповнено зміст поняття «здоров'язбереження» майбутнього вчителя за рахунок включення суб'єктивно-емоційного чинника (задоволення від рухової активності).

Дістала подальшого розвитку методика діагностики результативності фізичного виховання як валідної метрики для визначення рівня сформованості готовності майбутнього фахівця до високої професійної працездатності та креативності.

Практичні результати роботи, їх рівень і ступінь впровадження. Розроблено та впроваджено цілісну технологію інтегрованого розвитку фізичних якостей, функціональних можливостей та професійно-значущих когнітивних здібностей майбутніх учителів гуманітарних спеціальностей. Створено та апробовано систему засобів диференційованого фізичного виховання (комплекси віршованої гімнастики, алгоритми когнітивної візуалізації, методики «історичних прогулянок»), які можуть бути інтегровані в освітній процес закладів вищої педагогічної освіти. Впроваджено авторський інструментарій психофізіологічного моніторингу (із застосуванням спеціалізованого програмного забезпечення та мультимедійних посібників), що дозволяє викладачам диференціювати процес фізичного виховання студентів. Матеріали дослідження можуть бути використані при розробці робочих програм із дисциплін «Фізичне виховання», «Основи здорового способу життя», «Педагогічна майстерність», а також у системі підвищення кваліфікації педагогічних працівників для профілактики їхнього професійного вигорання.

Результати дослідження впроваджено у навчальний процес Запорізького національного університету (акт впровадження від 26.04.2026); Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди (акт впровадження від 10.04.2025); ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» (акт впровадження від 03.04.2025); Житомирського державного університету імені Івана Франка (акт впровадження від 06.04.2025).

Ступінь обґрунтованості і достовірності положень та висновків, сформульованих у

дисертації. Дисертація Бережної Я.Л. оформлена за загальноприйнятою схемою та складається із анотацій українською та англійською мовами, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел (260, з яких 234 – англійські, з них 226 опубліковано у виданнях Scopus / Web of Science, 90% з яких – за останні 3 роки) і додатків. Дисертація викладена на 258 сторінках (195 сторінок – основний текст) і ілюстрована 27 таблицями, 67 рисунками.

Наукові положення та висновки дисертаційної роботи характеризуються належним рівнем обґрунтованості та внутрішньою логічною узгодженістю з метою, завданнями, об'єктом і предметом дослідження. Їх формування спирається на сучасні положення теорії та методики фізичного виховання, містять концептуальні основи необхідності підбору фізичних вправ згідно нейродинамічних особливостей людини. Методичний інструментарій дослідження обрано з урахуванням специфіки та умов дослідження та перевірки поставленої гіпотези.

Надійність отриманих результатів зумовлена всебічним аналізом наукових праць, присвячених проблемам зміцнення і збереження здоров'я студентів шляхом застосування фізичних вправ, використанням інформативних методів контролю та функціональної діагностики, а також застосуванням адекватних статистичних процедур для опрацювання експериментальних даних, що забезпечило об'єктивну оцінку змін показників фізичної підготовленості та функціонального стану організму студентів у процесі реалізації експериментальної програми.

Переконливість одержаних результатів підтверджується достатнім обсягом емпіричного матеріалу, тривалістю педагогічного експерименту та репрезентативністю вибірки студентів. Додатковим свідченням наукової достовірності є апробація результатів дослідження у фахових наукових публікаціях і виступах на науково-практичних конференціях, а також їх використання у практиці підготовки фахівців.

У вступі дисертаційної роботи належним чином обґрунтовано актуальність обраної теми з урахуванням положення, що фізичне виховання повинно спиратися не тільки на стан фізичної підготовленості студентів, але й також і на їх професійні інтереси та на особливості нервової системи, чітко сформульовано мету та завдання дослідження, визначено його об'єкт і предмет. Розкрито наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів, окреслено особистий внесок здобувача у виконання дисертаційного дослідження. Також у вступі наведено відомості щодо апробації результатів роботи на наукових і науково-практичних заходах, їх впровадження у навчальний та навчально-тренувальний процеси, а також зазначено кількість наукових публікацій, у яких відображено основні результати дисертації.

У першому розділі узагальнено основні недоліки сучасних концепцій зміцнення і збереження здоров'я студентів, які вимагають усунення на основі наукових досліджень: недостатня увага до фізичного виховання (рухової активності): фізична активність, як головний компонент ЗСЖ, що обумовлює стан здоров'я на 70%, отримує місце лише в когнітивному компоненті (як знання про вплив вправ); відсутність контролю динаміки функціонального та фізичного стану та рекомендацій щодо контролю, як змінюється стан здоров'я при застосуванні засобів зміцнення (особливо фізичних вправ).

Показано, що підвищення рівня професіоналізму в будь-якій сфері, включаючи гуманітарні, залежить від міцного здоров'я, певних психофізіологічних особливостей та типу мислення. Тому, фізичне виховання в університетах має бути комплексним, поєднуючи фізичну підготовку з психологічним та інтелектуальним розвитком студентів.

Визначено, що існують певні прогалини в дослідженнях рухової активності студентів, а саме: між наявністю психологічних, фізіологічних, біомеханічних особливостей людей та відсутністю диференціювання рекомендацій щодо формування здоров'язбережувальної компетенції для представників різних професій, різних типологічних особливостей нервової системи, власного досвіду тощо; між наявністю досить доступних в педагогічній діяльності засобів контролю функціонального та фізичного стану та відсутністю опори на динаміку функціонального і фізичного стану

(основних показників здоров'я) на об'єктивні показники стану здоров'я здобувачів, уміння його оцінювати, впливати на його динаміку шляхом застосування фізичних вправ та контролю фізичного стану; між переважанням теоретичної спрямованості навчання здобувачів основам здоров'язбереження і вимогами до практичного володіння засобами підвищення фізичного і функціонального стану, яке є основою для підтримки власного здоров'я здобувачів протягом навчання, праці і всього життя та можливості передачі цих знань своїм учням.

Ці суперечності вказують на необхідність перегляду підходів до формування здоров'язберержувальної компетентності, акцентуючи увагу на практичній руховій активності та об'єктивному контролі стану здоров'я.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» для вирішення поставленої мети і завдань дослідження, розкрито особливості застосування комплексу взаємопов'язаних методів: *теоретичні методи* базувалися на сучасних наукових стандартах, оформлених в правилах теоретичних досліджень, обґрунтованих та сформульованих PRISMA 2020 (рекомендації по представленню результатів систематичних оглядів і мета-аналізів; *емпіричні методи* застосовувались згідно сучасних міжнародних стандартів, обґрунтованих та оформлених EQVATOR (Enhancing the QUALity and Transparency Of health Research) – правилах експериментальних досліджень зі збереження здоров'я, галузях з фізичного виховання та спорту, а також – в соціологічних, медичних, психологічних галузях: експериментальні методи визначення психофізіологічних особливостей та властивостей нервової системи здобувачів для виявлення ключових елементів для розробки технології диференційованого фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічного профілю, експериментальні методи визначення функціонального стану здобувачів для перевірки ефективності авторської концептуальної моделі фізичного виховання для поліпшення об'єктивних показників функціонального стану здобувачів, експериментальні методи визначення рівня розвитку фізичних якостей для перевірки ефективності авторської концептуальної моделі фізичного виховання для поліпшення об'єктивних показників фізичного стану здобувачів; експериментальні методи визначення професійних творчих здібностей здобувачів та їх задоволеності від виконання рухів для визначення впливу авторської концептуальної моделі та технології фізичного виховання на професійну майстерність студентів та на рівень задоволення від рухової активності як головного компоненту розробленої концептуальної моделі.

Також описано організацію дослідження та контингент випробуваних в констатувальному та формувальному експериментах.

У третьому розділі показано, що студенти гуманітарно-педагогічного профілю (майбутні вчителі історії, філології) теж певні особливості нейродинамічних функцій, що полягають в середньому розвитку рухливості нервових процесів з наближенням до більш повільних процесів нейродинаміки та середню стійкість (витривалість) нервової системи з наближенням до вираженості кращих показників. Визначено, що за показниками швидкості простої реакції на візуальний сигнал здобувачі спеціальностей «Історія», «Іноземна мова» та «Українська мова» достовірно відрізняються у бік збільшення латентного часу реакції та, відповідно, зменшення швидкості реакції від здобувачів спеціальностей «початкове навчання», «Дошкільне навчання», «Біологія» ($p < 0,05$). Водночас показники швидкості реакції у здобувачів – майбутніх вчителів історії, іноземних мов та української мови достовірно нижчі порівняно з майбутніми вчителями образотворчого мистецтва ($p < 0,05$).

У здобувачів – майбутніх вчителів історії, іноземної мови та української мови латентний час реакції на візуальний сигнал у режимі зворотного зв'язку достовірно вищий (відповідно, швидкість реакції достовірно нижчий) порівняно зі здобувачами – майбутніми вчителями початкових класів, біології та вихователями дошкільних закладів ($p < 0,05$). У майбутніх істориків та філологів достовірно нижчі показники латентного часу реакції (відповідно, вища швидкість реакції) порівняно з майбутніми вчителями образотворчого мистецтва ($p < 0,05$). майбутні вчителі історії та філології достовірно відрізняються від

майбутніх вчителів початкових класів та вихователів у дошкільних закладах у бік менш рухомої нервової системи, а від майбутніх вчителів образотворчого мистецтва, навпаки, у бік більш рухомої нервової системи.

За показниками кількості помилок у тесті на визначення латентного часу реакції майбутні вчителі історії та філології показали результати достовірно краще порівняно з майбутніми вчителями початкових класів та дошкільної освіти та достовірно гірші результати порівняно з майбутніми вчителями образотворчого мистецтва ($p < 0,05$).

Аналіз даних за допомогою двох різних методів математичної статистики (порівняння середніх показників нейродинамічних функцій студентів різних факультетів та ієрархічного кластерного аналізу) показав однакові за сенсом результати: студенти історичних і філологічних спеціальностей займають проміжне місце між студентами – майбутніми вчителями початкових класів та вчителями мистецтва. За допомогою різних методів математичної статистики ми дійшли результату, що студенти різних спеціальностей мають різні особливості психофізіологічних показників.

У четвертому розділі описано розроблену технологію диференційованого фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічного профілю на основі визначених особливостей їх нейродинамічних функцій, а саме – поєднання рухливості і стійкості нервової системи. Технологія містить такі положення: заняття з фізичного виховання для здобувачів, які навчаються на спеціальностях «історія», «іноземна мова» та «українська мова» будуються відповідно до особливостей їх нервової системи. Основними компонентами технології диференційованого фізичного виховання за показниками нейродинамічних функцій студентів гуманітарно-педагогічного профілю були наступні: циклічні вправи з творчими завданнями, адаптивні рухливі ігри, аеробіка з візуалізацією вправ, спеціальна гімнастика у віршах (Козіна, Козін, 2016, 2023), інтерактивні технології мультиплікаційної візуалізації вправ.

Було встановлено, що розроблена технологія диференційованого фізичного виховання позитивно впливає на фізичну підготовленість і функціональний стан здобувачів. Після двох семестрів застосування цієї технології в експериментальній групі зафіксовано оптимізацію функціонального стану, що підтверджується достовірними покращеннями: життєва ємність легень (ЖЄЛ) ($p < 0,05$), екскурсія грудної клітки ($p < 0,001$), індекс Пирогової ($p < 0,05$), індекс Гарвардського степ-тесту, ударний об'єм крові ($p < 0,001$), частота серцевих скорочень (ЧСС) у стані спокою достовірно знизилася ($p < 0,05$), абсолютне та відносне значення PWC170 значно зросли ($p < 0,001$). На противагу цьому, у контрольній групі зміни були недостовірними, а деякі мали негативний характер.

Також в експериментальній групі відмічено підвищення показників фізичної підготовленості. Після завершення дослідження найбільш суттєва різниця між групами спостерігалася за показником «Стрибок вгору» ($p < 0,05$).

У ході формувального експерименту встановлено достовірне покращення психофізіологічних показників здобувачів експериментальної групи, зокрема зменшення латентного часу простої зорово-моторної реакції, реакції вибору та кількості помилок ($p < 0,05$), що свідчить про підвищення ефективності сенсомоторної діяльності. Визначено, що застосування інтегрованих когнітивно-моторних засобів сприяє формуванню когнітивно-моторної інтеграції, яка виступає ключовим механізмом підвищення швидкості обробки інформації, точності рухових дій та оптимізації функціонального стану нервової системи.

Виявлено гармонійний інтегральний вплив розробленої технології диференційованого фізичного виховання на єдність розвитку фізичних якостей та професійно значущих когнітивних здібностей через вправи, які поєднують в собі фізичний, емоційний, когнітивний розвиток та задоволення при їх виконанні. Визначено, що розроблена технологія сприяє комплексному розвитку професійних когнітивних якостей у поєднанні з розвитком рівня фізичної підготовленості, функціональних можливостей та задоволення при виконанні власних рухів.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» здійснено

комплексний аналіз отриманих результатів експериментів, здійснено їх наукову інтерпретацію, зіставлення з даними наукових досліджень вітчизняних і зарубіжних авторів та узагальнення з позицій сучасної теорії фізичного виховання та фізіології м'язової діяльності.

Висновки дисертаційної роботи загалом відображають отримані результати і відповідають меті та завданням дослідження. Роботу завершують список використаних літературних джерел і додатки.

Особистий внесок дисертанта в одержанні наукових результатів, що виносяться на захист в дисертаційну роботу полягає в аналізі літературних джерел, розробці основних положень технології інтегрального розвитку здобувачів гуманітарних спеціальностей, проведенні експериментальних досліджень, оформленні роботи. В статтях, опублікованих у співавторстві, здобувачу належить написання вступу, постановка мети роботи, проведення і опис експериментальних досліджень, оформлення статей за вимогами журналів, до яких вони подавалися.

Повнота викладення матеріалів дисертації в опублікованих працях. За темою дисертації опубліковано 14 наукових праць, з яких 3 статті – у періодичних наукових виданнях, проіндексованому в базі даних Scopus (Q2-Q3), 3 статті у фахових виданнях України, 1 стаття – у міжнародному виданні, 4 статті апробаційного характеру.

Оцінка наукової та літературної якості складу матеріалу і стилю дисертації. Науковий і літературний рівень викладу матеріалу дисертації відповідає вимогам, що висуваються до кваліфікаційних наукових праць на здобуття ступеня доктора філософії. Текст роботи характеризується логічною послідовністю викладу, структурованістю та чіткістю аргументації наукових положень.

Матеріал дисертації викладено у науковому стилі з використанням сучасного понятійно-категоріального апарату теорії та методики фізичного виховання, фізіології та педагогіки. Використані терміни та визначення відповідають загальноприйнятим у галузі фізичної культури і спорту, що забезпечує коректність інтерпретації отриманих результатів і їх узгодженість із сучасними науковими підходами.

Виклад матеріалу є послідовним і логічно вибудованим: кожний розділ органічно пов'язаний із попереднім і спрямований на розкриття мети та завдань дослідження. Теоретичні положення підкріплюються результатами власних експериментальних досліджень, що сприяє цілісності сприйняття наукової роботи.

Стиль викладу є академічно виваженим, аргументованим і відповідає жанровим вимогам дисертаційних досліджень у галузі фізичної культури і спорту. Загалом, дисертація відповідає чинним вимогам до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт».

За фактом перевірки дисертації на предмет текстових збігів у системі «StrikePlagiarism» визначено, що текст роботи відповідає вимогам академічної доброчесності. Коефіцієнт подібності складає 2,73%. Загальний рівень унікальності тексту є достатнім для кваліфікаційної наукової праці, а отримані результати дослідження мають авторський характер, що підтверджує самостійність здобувача у виконанні дисертаційної роботи.

Список праць, опублікованих за темою дисертації.

Наукові праці, в яких опубліковано основні наукові результати дисертації:

1. Kozin, O., Kozina, Z., Cretu, M., Boychuk, Y., Pavlović, R., Garmash, I., & Berezhna, Y. Vegetative regulation of vascular tone and features of the nervous system of pedagogical universities students. Is there a relationship with professional specialization? *Health, Sport, Rehabilitation*, 2023, 9(1), 29-44. <https://doi.org/10.34142/HSR.2025.09.01.03> Scopus, Q3. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*
2. Kozina, Z., Berezhna, Y., Boychuk, Y., Kozin, O., Golenkova, Y., Polishchuk, S., Sanjaykumar, S. Assessment of reaction speed and nervous system characteristics: implications for physical exercise selection in humanities students' physical education. *Journal of Physical*

Education and Sport, 2024, 24(3), 513-520. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.03062>. Scopus, Q3
Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.

3. Nazhira F, Aunurrahman, Putri F, Fauziah E, Wicaksono U, Ravita V, Setiawan E, Berezna Y. Physical activity, musculoskeletal disorders and academic motivation of high school students: is there a correlation? *Health, Sport, Rehabilitation*. 2024;10(3):17-27. <https://doi.org/10.58962/HSR.2024.10.3.17-27>. Scopus, Q2. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

4. Berezna Y. The impact of the use of health-preserving technology using cyclic exercises and aerobics in combination with creative tasks on the physical fitness of future teachers of humanitarian specialties. *Health technologies*. 2025;3(3):51-61. <https://doi.org/10.58962/HT.2025.3.3.51-61> Фахове, категорія Б. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

5. Tyshchenko, V., & Berezna, Y. (2026). Comparative analysis of students' neurodynamic functions based on cluster profiles: A focus on humanitarian specialties and physical education strategies. *Health Technologies*, 4(2), 88–97. <https://doi.org/10.58962/HT.316> Фахове, категорія Б. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

6. Бережна, Я. Л., & Тищенко, В. О. (2026). Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури засобами адаптивних ігор (на прикладі Воссія). *Академічні візії*, (54). <https://doi.org/10.66556/2786-586X.54.berezna-y> *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

7. Berezna Y, Kozina Z, Cretu M, Pavlović R. Features of thinking and physical education of humanitarian universities students: a review article. *Health Technologies*. 2024;2(1):35-4. <https://doi.org/10.58962/HT.2024.2.1.35-45> Міжнародне видання *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:

1. Kozina, Z.L., Garmash, I.A., Bereshna, Y.L. (2022). Sport as a factor in the improvement of the stability of the nervous system to the exhaustion and expansion of students' orthostatic reactions. *Health-saving technologies, rehabilitation and physical therapy*, 3 (1), 75-86. <https://doi.org/10.58962/HSTRPT.2022.3.1.75-86> Міжнародна конференція. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

2. Kozina, Zhanneta, Berezna, Yaroslava (2022). Combining the development of intelligence and strengthening the health of future teachers in humanitarian specialties. *Book of Abstracts. 3rd World Scientific Congress "Quality of Life in Interdisciplinary Approach"*. 2022. 33. Міжнародна конференція. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

3. Голенкова, Ю.В., Санжарова, Н.М., Бережна, Я.Л. (2021). Динаміка змін функціонального стану здобувачок під впливом занять різними видами аеробіки. *Health-saving technologies, rehabilitation and physical therapy. Collection of articles of the XIV International Scientific Conference, December 02, 2021, Kharkiv, 2021*. 40-45. Міжнародна конференція. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті.*

4. Berezna, Yaroslava (2026). Adaptive game-based physical education for enhancing cognitive–motor integration and psychophysiological performance: evidence from an international project. 1st International Scientific and Practical Conference "Innovative trends in sports and physical education: professional global integration, artificial intelligence, and pedagogical competence". Ministry Of Tourism And Sports Of The Republic Of Kazakhstan,

Committee For Sports And Physical Education, Republican College Of Sports. Міжнародна конференція. *Особистий внесок автора полягає в проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів, оформленні статті*

Рекомендація дисертації до захисту. Розглянувши дисертацію Бережної Ярослави Леонідівни на тему: «Технологія диференційованого фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічного профілю за показниками нейродинамічних функцій», та наукові публікації за темою дисертації, визначивши особистий внесок у всіх зарахованих за темою дисертації наукових публікаціях, опублікованих із співавторами, а також за результатами попередньої експертизи, вважаємо, що робота є актуальною, являє собою повністю закінчену наукову працю, проведена із застосуванням сучасних методів досліджень, має наукову новизну та практичне значення, містить висновки, які відповідають завданням.

Проведено метрологічну експертизу дисертаційного дослідження. У роботі відсутні порушення академічної доброчесності. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим пп. 6-7 Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 року № 44, що висуваються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії, та рекомендується до захисту з метою присудження здобувачу Бережній Ярославі Леонідівні ступеня доктора з галузі знань А Освіта за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт.

Головуючий на засіданні кафедри:

В.о. завідувача кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту,
к.фіз.вих., доцент

Анатолій ОРЛОВ

Члени експертної групи:

к.фіз.вих., доцент

Ольга СОКОЛОВА

к.пед.н., доцент

Юлія КОВАЛЕНКО

«22» травня 2026 р.

Підпис
засвідчую

НАЧАЛЬНИК
ВІДДІЛУ КАДРІВ

