



ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

<https://doi.org/10.15802/2071-1476-2026-1-04>

УДК 796.092.29:797.12.035-057.875(045)

ЕКСПЕРТНА ОЦІНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ З ВЕСЛУВАННЯ НА ЧОВНАХ «ДРАКОН» ДЛЯ СТУДЕНТІВ

Лю Цзяле^{АВСД}, Бишевец Н.^{1АВСД}, Ковтун О.^{2АВСД}, Губа Н.^{2АВСД}

¹Національний університет фізичного виховання і спорту України

²Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана

Лю Цзяле

Liu Jiale

Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, 03150, м. Київ, Україна

National University of Ukraine on Physical Education and Sport, 1 Fizkul'tury Street, Kyiv, 03150, Ukraine

e-mail: q381127253@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-5837-6173>

Бишевец Наталья Григорівна

Byshevets Nataliia

Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, 03150, м. Київ, Україна

National University of Ukraine on Physical Education and Sport, 1 Fizkul'tury Street, Kyiv, 03150, Ukraine

e-mail: bishevets@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-6118-6580>

Ковтун Ольга Олексіївна,

Kovtun Olha

Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, просп. Берестейський, 54/1, Київ, 03057, Україна

National University of Economics named after Vadym Hetman, Kyiv Ave. Beresteyskyi, 54/1, Kyiv, 03057, Ukraine

e-mail: kovtun.olha@kneu.edu.ua

<https://orcid.org/0009-0008-8956-0878>

Губа Наталя Петрівна

Huba Nataliia

Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, просп. Берестейський, 54/1, Київ, 03057, Україна

National University of Economics named after Vadym Hetman, Kyiv Ave. Beresteyskyi, 54/1, Kyiv, 03057, Ukraine

e-mail: nataguba78@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-7886-5185>

Внесок авторів: А – дизайн дослідження; В – збір даних; С – статистичний аналіз; D – підготовка рукопису; E – збір коштів.

Authors' Contributions: A – research design; B – data collection; C – statistical analysis; D – manuscript preparation; E – funding acquisition.

Анотація

Вступ. Упровадження нових оздоровчих програм у систему фізичного виховання студентів потребує ретельної перевірки їхньої методичної доцільності. Ефективність таких програм значною мірою залежить від об'єктивності експертної оцінки, що дозволяє виявити сильні сторони та потенційні зони корекції ще до етапу практичної апробації. Особливої уваги потребує веслування на човнах «Дракон» як інструмент фізичного та психоемоційного розвитку молоді. **Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та статистично підтвердити ефективність оздоровчо-рекреаційної програми з веслування на човнах «Дракон» для студентів на основі аналізу думок експертів. **Методи дослідження.** Для оцінки було залучено експертну групу ($n = 25$), до складу якої увійшли фахівці з фізичного виховання і спорту з різним стажем роботи. Оцінювання проводилося за 23 показниками (4 критерії) за 5-бальною шкалою Лайкерта. Статистична обробка включала розрахунок середнього арифметичного, стандартного відхилення, коефіцієнта варіації та коефіцієнта конкордації Кендалла. **Результати.** Аналіз виявив, що загальна група експертів мала слабкий рівень узгодженості через неоднорідність досвіду. Виділення «компетентного ядра» (фахівці зі стажем понад 10 років, $n=11$) дозволило підвищити показник конкордації до $W = 0,561$; ($p < 0,05$). Найвищі оцінки отримали показники результативності: покращення психоемоційного стану, командна взаємодія та інтерес до рухової активності. Водночас було визначено зони розвитку, зокрема необхідність розширення вправ для профілактики травматизму. **Висновки.** Статистично доведено, що програма є високоефективною та готовою до впровадження, оскільки середні оцінки за всіма критеріями перевищують 4,0 бали. Найбільш об'єктивні результати забезпечує підгрупа досвідчених фахівців, де спостерігається висока однорідність думок ($V < 14,74\%$). Визначено пріоритетні вектори методичної корекції змісту програми в частині спеціальної фізичної підготовки та профілактики травматизму.

Ключові слова: фізичне виховання, студенти, веслування на човнах «Дракон», експертна оцінка, коефіцієнт конкордації, оздоровчо-рекреаційна програма.

EXPERT ASSESSMENT OF A HEALTH-ENHANSING AND RECREATIONAL DRAGON BOAT PROGRAM FOR UNIVERSITY STUDENTS

Annotation

Introduction. The implementation of new health-oriented programmes in the system of students' physical education requires a thorough assessment of their methodological feasibility. The effectiveness of such programmes largely depends on the objectivity of expert evaluation, which makes it possible to identify strengths and potential areas for improvement prior to practical implementation. Particular attention is paid to dragon boat paddling as a means of promoting students' physical and psycho-emotional development. **Purpose.** To theoretically substantiate and statistically confirm the effectiveness of a health-and-recreational dragon boat paddling programme for university students based on the analysis of qualified experts' opinions. **Methods.** An expert panel ($n = 25$) consisting of physical education and sport professionals with different lengths of professional experience was involved in the evaluation. The programme was assessed using 23 indicators grouped into four criteria and rated on a 5-point Likert scale. Statistical analysis included the calculation of the arithmetic mean, standard deviation, coefficient of variation, and Kendall's coefficient of concordance. **Results.** The analysis revealed a low level of agreement within the overall expert group due to heterogeneity of professional experience. The identification of a «competent core» (experts with more than 10 years of experience, $n = 11$) resulted in a substantial increase in the concordance coefficient ($W = 0.561$; $p < 0.05$). The highest ratings were obtained for outcome-related indicators, including improvement of psycho-emotional state, team interaction, and increased interest in physical activity. At the same time, areas for further development were identified, particularly the need to expand injury prevention exercises. **Conclusions.** The programme was statistically confirmed to be highly effective and ready for implementation, as mean scores across all criteria exceeded 4.0 points. The most objective results were obtained from the subgroup of experienced experts, characterized by high homogeneity of judgments ($V < 14.74\%$). Priority directions for methodological refinement of the programme content were identified, primarily in the areas of special physical conditioning and injury prevention.

Keywords: physical education, students, dragon boat paddling, expert evaluation, coefficient of concordance, health-and-recreational programme.

Вступ. Сучасна система вищої освіти стикається із серйозними викликами, пов'язаними зі стійким зниженням рівня рухової

активності студентської молоді та погіршенням їхнього психоемоційного стану. Традиційні підходи до фізичного виховання у

зкладах вищої освіти часто не забезпечують належної мотивації студентів, що актуалізує пошук інноваційних, рекреаційно при-

вабливих та командно-орієнтованих видів рухової активності [1]. Одним із таких напрямів є веслування на човнах «Дракон», яке поєднує в собі потужний оздоровчий ефект, доступність для осіб із різним рівнем фізичної підготовленості та унікальний соціально-психологічний компонент.

Питання рекреаційної культури та оптимізації дозвілєвої діяльності студентів широко висвітлені у працях українських науковців [2, 3, 4], де наголошується на необхідності впровадження видів активності, що відповідають інтересам сучасної молоді. Міжнародний досвід підтверджує, що організовані спортивні заняття на базі клубів або університетських секцій повинні базуватися на принципах «SAAFE» (активність, підтримка, автономність, задоволення) для досягнення довготривалого оздоровчого ефекту [5, 6].

Окрему увагу в науковому дискурсі приділено методології оцінки таких програм. Використання методу Дельфі та експертних оцінок є визнаним «золотим стандартом» у міжнародній практиці для верифікації змісту спортивних та медичних протоколів [7, 8, 9,10]. В українському науковому просторі питання застосування експертних оцінок у фізичній культурі ґрунтовно аналізуються І. Асаулюк зі співав. [11], Н. Бишевець із співав. [12], що підкреслює важливість статистичної значущості отриманих думок фахівців.

Незважаючи на наявність досліджень щодо загальної користі рухової активності для здоров'я [13], специфіка веслування на човнах «Дракон» як засобу оздоровчо-рекреаційної роботи зі студентами залишається недостатньо вивченою. Зокрема, потребує наукового підтвердження прогностична ефективність таких програм та їхня методична збалансованість.

В той же час існує суперечність між високим оздоровчим потенціалом веслування на човнах «Дракон» та відсутністю методично обґрунтованих і експертно підтверджених програм для їх упровадження в освітній процес ЗВО. Це обумовлює необхідність проведення ек-

пертизи розробленої програми для мінімізації ризиків травматизму та максимальної реалізації рекреаційного потенціалу.

Дослідження проведено відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021-2025 роки за темою 3.1. «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534).

Наукова гіпотеза. В основі дослідження лежить припущення про те, що розроблена оздоровчо-рекреаційна програма з веслування на човнах «Дракон» для студентів є методично обґрунтованою та потенційно ефективною, що може бути верифіковано через об'єктивізацію думок експертного середовища. Передбачається, що застосування процедури виокремлення «компетентного ядра» фахівців (із професійним стажем понад 10 років) дозволить мінімізувати вплив неоднорідності досвіду загальної групи респондентів і забезпечить отримання статистично значущого рівня узгодженості думок (за коефіцієнтом конкордації Кендалла). При цьому очікується, що найвищу прогностичну оцінку експертів отримають показники програми, спрямовані на покращення психоемоційного стану та формування навичок командної взаємодії студентів, що підтвердить специфічну цінність даного виду активності порівняно з традиційними формами фізичного виховання. Водночас, системний аналіз експертних оцінок дозволить виявити вектори необхідної методичної корекції змісту програми, зокрема в частині посилення блоків спеціальної фізичної підготовки та профілактики травматизму.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та статистично підтвердити ефективність оздоровчо-рекреаційної програми з веслування на човнах «Дракон» для студентів на основі аналізу думок експертів.

Методи дослідження. З метою оцінки ефективності програми було сформовано експертну гру-

пу ($n = 25$), до складу якої увійшли фахівці з фізичного виховання і спорту. Розподіл за стажем роботи: до 5 років – 7 осіб; від 5 до 10 років – 7 осіб; від 10 до 20 років – 5 осіб; понад 20 років – 6 осіб. Експерти оцінювали програму за 23 показниками, об'єднаними у 4 критерії, використовуючи 5-бальну шкалу Лайкерта. Статистична обробка результатів включала: розрахунок дескриптивних статистик: середнього арифметичного (\bar{x}), стандартного відхилення (SD) та коефіцієнта варіації (V); визначення ступеня узгодженості думок за допомогою коефіцієнта конкордації Кендалла (W) з перевіркою його значущості за χ^2 -критерієм Пірсона. Аналіз проводився як для загальної групи ($n = 25$), так і для виділеного «компетентного ядра» ($n = 11$) – фахівців зі стажем понад 10 років, що дозволило мінімізувати вплив неоднорідності досвіду на підсумкові результати.

Результати дослідження.

Ефективність програми оцінювалася за 4 критеріями, зміст яких розкривався через систему 23 показників. На першому етапі статистичного аналізу було проведено оцінку ступеня узгодженості думок усієї експертної групи ($n = 25$) за всіма критеріями ефективності програми. Отримане значення коефіцієнта конкордації Кендалла ($W = 0,145$ при $p < 0,05$) вказує на наявність статистично значущого, проте слабого зв'язку між оцінками експертів. Це свідчить про те, що, попри загальну позитивну спрямованість оцінок, у групі спостерігається значний розкид думок, зумовлений великою кількістю оцінюваних параметрів та неоднорідністю професійного досвіду респондентів.

Для уточнення отриманих результатів було проведено порівняльний аналіз у підгрупі експертів із високим рівнем професійного стажу. У результаті було зафіксовано суттєве зростання показника узгодженості до рівня $W = 0,561$ ($p < 0,05$), що відповідає середньому (достатньому) рівню згоди. Таке зростання коефіцієнта конкордації підтверджує гіпотезу про те, що фахівці з більшим досвідом мають більш сформовану,

єдиною системою критеріїв оцінювання оздоровчих програм, що підвищує об'єктивність отриманих експертних висновків.

З метою підвищення об'єктивності результатів було проведено

порівняльний аналіз дескриптивних статистик двох груп респондентів. Установлено, що в загальній групі (n = 25) коефіцієнт варіації за окремими критеріями сягав 26,23 %, що свідчить про

значну неоднорідність думок. Натомість, у групі досвідчених фахівців (n = 11) цей показник не перевищував 14,74 %, а за окремими параметрами становив 0 % (повна єдність думок).

Таблиця 1

Порівняльний аналіз думок експертів (загальна група та досвідчені фахівці)

Критерії	Показники	Уся група експертів (n=25)			Досвідчені фахівці (n = 11)		
		\bar{x}	SD	V	\bar{x}	SD	V
Структури програми	Визначення мети та завдань програми	3,92	0,91	23,19	4,64	0,50	10,88
	Обґрунтована тривалість програми (8–12 місяців)	3,72	0,84	22,65	3,73	0,47	12,53
	Структура заняття	4,12	0,97	23,57	4,64	0,50	10,88
	Поєднання веслувальних вправ із спеціальною фізичною підготовкою	4,12	0,97	23,57	4,64	0,50	10,88
	Врахування рівня фізичної підготовленості студентів	4,16	0,94	22,68	4,64	0,50	10,88
	Наявність рекреаційного та оздоровчого компонентів	4,16	0,90	21,59	4,73	0,47	9,88
Зміст програми	Вправи на техніку веслування	4,16	0,85	20,44	4,64	0,50	10,88
	Загальнорозвивальні вправи	3,60	0,82	22,68	3,55	0,52	14,73
	Вправи на розвиток витривалості	3,92	0,86	21,99	4,27	0,47	10,93
	Силова підготовка з акцентом на м'язи плечового поясу та корпусу	4,20	0,76	18,18	4,64	0,50	10,88
	Вправи на гнучкість і мобільність	3,48	0,77	22,13	3,55	0,52	14,73
	Вправи для профілактики травматизму	3,44	0,77	22,33	3,18	0,40	12,71
	Включення елементів командної роботи та комунікації	4,16	0,94	22,68	4,64	0,50	10,88
Педагогічні умови реалізації	Матеріально-технічне забезпечення	3,92	0,76	19,37	4,09	0,30	7,37
	Кваліфікація тренера/інструктора	3,88	0,67	17,16	4,09	0,30	7,37
	Безпекові вимоги та інструктаж	3,92	0,86	21,99	4,36	0,50	11,56
	Оптимальна чисельність групи	3,88	0,78	20,13	4,18	0,40	9,67
	Можливість індивідуалізації навантажень	4,36	0,86	19,73	4,82	0,40	8,40
Результативність	Поліпшення фізичної підготовленості студентів	3,92	0,76	19,37	4,09	0,30	7,37
	Зміцнення ОРА та ССС	3,68	0,69	18,76	4,00	0,00	0,00
	Покращення психоемоційного стану та стресостійкості	4,20	1,00	23,81	4,82	0,40	8,40
	Формування навичок командної взаємодії	4,04	1,06	26,23	4,82	0,40	8,40
	Зростання інтересу до рухової активності	4,20	0,96	22,80	4,82	0,40	8,40

Примітка. \bar{x} – середнє, бали; V – коефіцієнт варіації, %; SD – стандартне відхилення; V < 10-15 % вважається показником високої однорідності вибірки

Таке різке зниження стандартного відхилення (у середньому: з 0,85 до 0,45) підтверджує, що саме група з 11 експертів є компетентним ядром вибірки. Їхні оцінки є більш стійкими та незалежними від випадкових чинників (табл. 2).

З огляду на те, що низька узгодженість загальної групи не дозволяє формувати надійні прогнози, для подальшої інтерпретації ефективності програми, було прийнято рішення базуватися на висновках релевантної підгрупи досвідчених спеціалістів, де рівень згоди є статистично достатнім ($W = 0,561$).

Враховуючи складну структуру анкети, що включає чотири автономні блоки (структура, зміст, умови, результати), наступним логічним кроком аналізу стало обчислення коефіцієнта Кендалла окремо для кожного розділу, що дозволило нівелювати вплив «шуму» при змішуванні різних аспектів програми та виявити конкретні складові, які викликають найбільший консенсус або дискусії серед фахівців.

Детальний аналіз узгодженості думок релевантної групи експертів ($n = 11$) у розрізі окремих критеріїв оцінювання дозволив виявити, що наступний найвищий рівень консенсусу спостерігається за критеріями «Зміст програми» ($W = 0,674$) та «Результативність» ($W = 0,661$) (табл. 3).

Мінімальні значення коефіцієнта варіації (аж до 0 %) свідчать про те, що найбільш досвідчені фахівці однаково високо оцінюють наповнення програми та її потенційний оздоровчий ефект.

Статистично значуща згода середнього рівня зафіксована за критерієм «Структура програми» ($W = 0,523$). Показники варіативності в межах 9,88 %–12,53 % підтверджують однорідність вибірки та надійність отриманих даних. Найменша узгодженість ($W=0,411$) виявлена за критерієм «Педагогічні умови реалізації». Хоча показник залишається статистично значущим ($p = 0,001$), порівняно нижчий рівень конкордації вказує на наявність різних поглядів експертів щодо організаційних аспектів впровадження програми, що потребує додаткової уваги при її практичній апробації. Таким чином, перехід від аналізу загальної вибірки до оцінювання за окремими критеріями у групі досвідчених експертів дозволив отримати об'єктивну та диференційовану картину оцінки програми.

Аналіз середніх значень за кожним показником дозволив визначити пріоритетні переваги та потенційні зони вдосконалення програми. Загалом, за всіма 4-ма критеріями середня оцінка перевищує 4,0 бали, що дозволяє характеризувати програму як ви-

сокооцінену фахівцями та готову до впровадження. Зазначимо, що найвищу оцінку експертів отримав блок «Результативність» ($\bar{x} = 4,61$ бала), що підтверджує високу прогностичну ефективність запропонованих оздоровчих заходів (рис. 1).

Для більш глибокого розуміння структури експертної оцінки було проведено ранжування всіх 23 показників, що дозволило виділити найбільш значущі переваги програми та аспекти, які потребують додаткової уваги або корекції («зони розвитку») (табл. 4).

Зокрема, максимальним балом ($\bar{x} = 4,82$ бала) експерти оцінили такі показники як «Покращення психоемоційного стану та стресостійкості», «Формування навичок командної взаємодії» та «Зростання інтересу до рухової активності» критерія «Результативність». Також одноставно високу оцінку дістали параметри «Можливість індивідуалізації навантажень» ($\bar{x} = 4,82$ бала) критерія «Педагогічні умови реалізації» та «Наявність рекреаційного та оздоровчого компонентів» ($\bar{x} = 4,73$ бала) критерія «Структура програми», що свідчить про їхню методичну доцільність. Порівняно нижчі середні бали ($\bar{x} = 3,18 - 3,55$) зафіксовані за критерієм «Зміст програми». Зокрема, показник «Вправи для профілактики травматизму», оцінений найнижче, що вказує на

Таблиця 2

Порівняльний аналіз показників варіативності оцінок експертів

Показник	Група всіх експертів ($n = 25$)	Група досвідчених експертів ($n = 11$)	Інтерпретація змін
Коефіцієнт варіації (V)	17,16%–26,23%	0%–14,73%	Зниження варіативності вдвічі
Стандартне відхилення (SD)	0,67–1,06	0,00–0,52	Зростання щільності оцінок
Коефіцієнт Кендалла (W)	0,145	0,561	Суттєве зростання узгодженості

Таблиця 3

Результати аналізу узгодженості думок досвідчених експертів за окремими критеріями, ($n=11$)

Показник	Коефіцієнт варіації (V)	Стандартне відхилення (SD)	Коефіцієнт Кендалла (W)	p-рівень
Структури програми	9,88%–12,53%	0,47–0,50	0,523	<0,001
Зміст програми	10,88%–14,73%	0,40–0,52	0,674	<0,001
Педагогічні умови реалізації	7,37%–11,56%	0,30–0,50	0,411	0,001
Результативність	0%–8,40%	0–0,40	0,661	<0,001

необхідність додаткового ресурсного або організаційного забезпечення цього етапу. Отримані більш низькі оцінки не нівелюють загальну позитивну оцінку, проте визначають вектор для методичного доопрацювання змістового компонента програми.

Дискусія. Отримані результати експертної оцінки ефективності оздоровчої програми узгоджуються із сучасними науковими підходами до використання методу експертних оцінок у сфері фізичної культури і спорту. У вітчизняних та зарубіжних дослідженнях останніх років наголошується, що експертні методи є доцільними для комплексної оцінки багатокомпонентних програм, де поєднуються педагогічні, організаційні та результативні аспекти, які складно виміряти виключно інструментальними засобами [12, 14]. Низький рівень узгодженості думок у загальній групі експертів ($W = 0,145$ при $p < 0,05$), зафіксований на першому

етапі аналізу, відповідає результатам досліджень, у яких зазначається, що неоднорідність професійного досвіду експертів істотно впливає на варіативність оцінок, особливо за умов великої кількості показників та багаторівневої структури анкети [7, 8, 9]. Українські автори також підкреслюють, що залучення експертів із різним стажем роботи підвищує широту суджень, але одночасно знижує узгодженість оцінок, що потребує виділення «компетентного ядра» вибірки [15].

Підтвердженням доцільності такого підходу є суттєве зростання коефіцієнта конкордації Кендалла до рівня $W = 0,561$ ($p < 0,05$) у підгрупі досвідчених фахівців ($n = 11$). Аналогічні результати отримано в роботах зарубіжних дослідників, де зазначається, що експерти зі стажем понад 8-10 років демонструють більш стабільну та узгоджену систему оцінювання оздоровчих і тренувальних програм, що підвищує об'єктивність

експертних висновків [16]. Таким чином, виділення релевантної підгрупи експертів дозволило мінімізувати вплив суб'єктивних коливань і підтвердити валідність отриманих результатів.

Зниження коефіцієнта варіації та стандартного відхилення у групі досвідчених експертів узгоджується з положеннями сучасної теорії експертного оцінювання, згідно з якою значення $V < 10-15\%$ розглядається як індикатор високої однорідності суджень і надійності вибірки [9]. Аналогічні підходи використовувалися в дослідженнях ефективності програм оздоровчого фітнесу, рекреаційних технологій і спортивно-орієнтованих курсів для студентської молоді [1, 4].

Особливий інтерес становить аналіз узгодженості думок експертів за окремими критеріями оцінювання. Найвищі значення коефіцієнта Кендалла за критеріями «Зміст програми» ($W = 0,674$) та «Результативність» ($W = 0,661$)

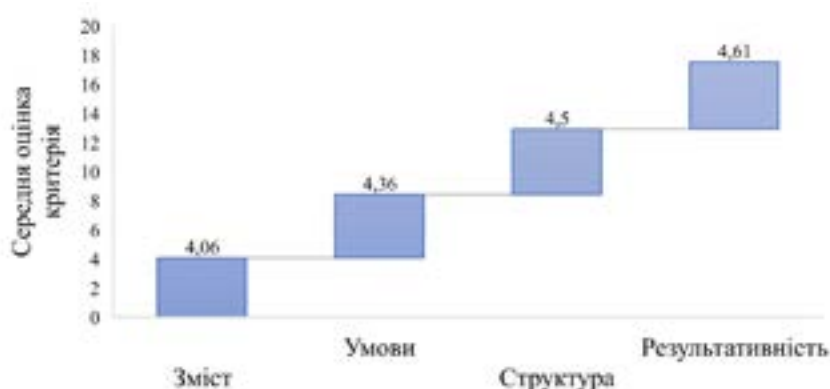


Рис. 1 Каскадна діаграма середніх оцінок програми за виділеними критеріями

Таблиця 4

Сильні сторони та методичні орієнтири розвитку змістового компонента оздоровчої програми

Категорія	Показники (складові)	Середній бал (\bar{x})
Сильні сторони (Пріоритети)	Покращення психоемоційного стану, командна взаємодія, інтерес до рухової активності	4,82
	Можливість індивідуалізації навантажень	4,82
	Наявність рекреаційного компонента	4,73
Зони розвитку (Рекомендації)	Вправи для профілактики травматизму	3,18
	Спеціальна фізична підготовка	3,55
	Вправи на гнучкість та мобільність	3,55

свідчать про наявність чіткого професійного консенсусу щодо доцільності запропонованого комплексу засобів та очікуваних оздоровчих ефектів. Подібні результати зафіксовані у дослідженнях, присвячених впливу циклічних і командних видів рухової активності на фізичний і психоемоційний стан студентів, де підкреслюється висока ефективність поєднання технічних вправ, загальнофізичної підготовки та рекреаційного компонента [13].

Високі середні бали за показниками, що характеризують покращення психоемоційного стану, командну взаємодію та зростання інтересу до рухової активності, узгоджуються з сучасними уявленнями про пріоритетність психосоціальних ефектів оздоровчих програм у молодіжному середовищі. Українські та зарубіжні автори наголошують, що саме позитивні емоційні переживання, відчуття приналежності до групи та можливість соціальної взаємодії є ключовими чинниками довготривалої мотивації до занять фізичною активністю [6].

Водночас, нижчий рівень узгодженості за критерієм «Педагогічні умови реалізації» ($W = 0,411$) відповідає тенденціям, описаним у науковій літературі, де організаційні аспекти впровадження програм розглядаються як найбільш варіативні та залежні від матеріально-технічних, кадрових і контекстуальних умов конкретного закладу освіти [17]. Це

пояснює різні підходи експертів до оцінювання оптимальної чисельності груп, ресурсного забезпечення та умов індивідуалізації навантажень.

Виявлені «зони розвитку» програми, зокрема недостатня оцінка блоку вправ для профілактики травматизму та вправ на гнучкість і мобільність, узгоджуються з результатами досліджень, які вказують на необхідність більш системного включення превентивних і відновлювальних компонентів у програми оздоровчого спрямування [18, 19, 20]

Це підтверджує доцільність подальшого методичного вдосконалення змістового наповнення програми без зниження її загальної ефективності.

Таким чином, результати проведеного дослідження не лише підтверджують високу експертну оцінку ефективності запропонованої програми, а й узгоджуються із сучасними науковими даними щодо методології експертного оцінювання, структури оздоровчих програм та пріоритетних результатів їх впровадження у студентському середовищі. Отримані дані розширюють наукові уявлення про можливості використання експертного підходу як інструменту прогнозування ефективності оздоровчих програм у системі фізичного виховання закладів вищої освіти.

Висновки. Статистично доведено, що найбільш об'єктивну оцінку надає підгрупа досвідче-

них фахівців з професійним досвідом від 10 років ($n = 11$), де коефіцієнт конкордації $W = 0,561$ ($p < 0,05$) свідчить про достатній рівень згоди. Відповідно до узгодженої думки експертів, підтверджено високу загальну ефективність запропонованої програми: вона отримала високу оцінку за всіма чотирма критеріями (середній бал $> 4,0$), що вказує на доцільність її впровадження. Найбільш сильним аспектом визнано «Результативність» ($\bar{x} = 4,61$ бала). При цьому найвищу прогностичну ефективність експерти бачають у результативності програми щодо покращення психоемоційного стану, командної взаємодії студентів та зростання інтересу до рухової активності ($\bar{x} = 4,82$ бала). Виявлено вектори методичної корекції. Так, незважаючи на загальний успіх, програма потребує точкового вдосконалення в частині змісту. Пріоритетними напрямками є розширення комплексу вправ для профілактики травматизму та оптимізація блоку спеціальної фізичної підготовки й вправ на гнучкість. Високий рівень консенсусу щодо змісту ($W = 0,674$) та результативності ($W = 0,661$) у релевантній групі підтверджує прогностичну ефективність програми та її методичну доцільність для використання в освітньому процесі.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Література

1. Андреева О, Садовський О. Рухова активність як складова рекреаційної культури студентів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016;1(19-22). <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2016.1.19-22>.
2. Круцевич ТЮ, Андреева ОВ, Благій ОЛ. Проблеми організації рекреаційно-оздоровчих занять в структурі дозвільної діяльності студентської молоді. Туризм і краєзнавство: збірник наукових праць. 2012:266-70.
3. Byshevets N, Andriieva O, Dutchak M, Shynkaruk O, Dmytriv R, Zakharina, I,

References

1. Andriieva O, Sadovskyi O. Rukhova aktivnist yak skladova rekreatsiinoi kultury studentiv. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. 2016;1:19-22. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2016.1.19-22>.
2. Krutsevych TYu, Andriieva OV, Blahii OL. Problemy orhanizatsii rekreatsiino-ozdorovchychk zaniat v strukturі dozvilnoi diialnosti studentskoi molodi. Turyzm i kraieznavstvo: zbirnyk naukovykh prats. 2012:266-270.
3. Byshevets N, Andriieva O, Dutchak M, Shynkaruk O, Dmytriv R, Zakharina, I, Serhiienko K,

- Serhiienko K, Hres M. The Influence of Physical Activity on Stress-associated Conditions in Higher Education Students. *Physical Education Theory and Methodology*. 2024;24(2):245–253. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.2.08>.
4. Катерина У., Андрєєва О. Соціально-педагогічні передумови впровадження навчально-оздоровчих комплексів у процес фізичного виховання студентів. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2014;14:18-22.
 5. Geidne S, Kokko S, Lane A, Ooms L, Vuillemin A, Seghers J, et al. Health Promotion Interventions in Sports Clubs: Can We Talk About a Setting-Based Approach? A Systematic Mapping Review. *Health Educ Behav*. 2019 Aug;46(4):592–601. <https://doi.org/10.1177/1090198119831749>.
 6. Lubans DR, Lonsdale C, Cohen K, Eather N, Beauchamp MR, Morgan PJ, et al. Framework for the design and delivery of organized physical activity sessions for children and adolescents: rationale and description of the 'SAAFE' teaching principles. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2017 Feb 23;14(1):24. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0479-x>.
 7. Okoli C, Pawlowski SD. The Delphi method as a research tool: An example, design considerations and applications. *Inf Manage*. 2004;42(1):15-29. <https://doi.org/10.1016/j.im.2003.11.002>.
 8. Rowe G, Wright G, Bolger F. The Delphi technique: A re-evaluation of research and theory. *Technol Forecast Soc Change*. 1991;39(3):235-51. [https://doi.org/10.1016/0040-1625\(91\)90039-I](https://doi.org/10.1016/0040-1625(91)90039-I).
 9. Rowe G, Wright G. The Delphi technique as a forecasting tool: Issues and analysis. *Int J Forecast*. 1999;15(4):353-75. [https://doi.org/10.1016/S0169-2070\(99\)00018-7](https://doi.org/10.1016/S0169-2070(99)00018-7).
 10. Dašić D. Application of Delphi method in sports. *Sport Media and Business*. 2023;9(1):59-71. doi:10.58984/smb2301059d.
 11. Асаулюк І, Буй І, Никитюк Р. Використання методу експертних оцінок в обробці результатів наукових досліджень у фізичній культурі та спорті. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2025;19 № (38): 375-381. [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2025-19\(38\)-1-405](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2025-19(38)-1-405).
 12. Byshevets, N., Andrieieva, O., Shynkaruk, O., Dutchak, M., Blagii, O., Zakharina, I., Khlus, N., & Golovanova, N. (2025). Modelling the Effectiveness of Recreational Physical Activities Focused on Improving Stress Tolerance in University Students During Wartime. *Physical Education Theory and Methodology*, 25(2), 312–321. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2025.2.12>.
 13. Warburton DER, Bredin SSD. Health Benefits of Physical Activity: A Strengths-Based Approach. *J Clin Med*. 2019;8(12):2044. <https://doi.org/10.3390/jcm8122044>.
 4. Kateryna U, Andrieieva O. Sotsialno-pedahohichni peredumovy vprovadzhenia navchalno-ozdorovchyykh kompleksiv u protses fizychnoho vykhovannia studentiv. *Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoievropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky*. 2014;14:18-22.
 5. Geidne S, Kokko S, Lane A, Ooms L, Vuillemin A, Seghers J, et al. Health Promotion Interventions in Sports Clubs: Can We Talk About a Setting-Based Approach? A Systematic Mapping Review. *Health Educ Behav*. 2019 Aug;46(4):592–601. <https://doi.org/10.1177/1090198119831749>.
 6. Lubans DR, Lonsdale C, Cohen K, Eather N, Beauchamp MR, Morgan PJ, et al. Framework for the design and delivery of organized physical activity sessions for children and adolescents: rationale and description of the 'SAAFE' teaching principles. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2017 Feb 23;14(1):24. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0479-x>.
 7. Okoli C, Pawlowski SD. The Delphi method as a research tool: An example, design considerations and applications. *Inf Manage*. 2004;42(1):15-29. <https://doi.org/10.1016/j.im.2003.11.002>.
 8. Rowe G, Wright G, Bolger F. The Delphi technique: A re-evaluation of research and theory. *Technol Forecast Soc Change*. 1991;39(3):235-51. [https://doi.org/10.1016/0040-1625\(91\)90039-I](https://doi.org/10.1016/0040-1625(91)90039-I).
 9. Rowe G, Wright G. The Delphi technique as a forecasting tool: Issues and analysis. *Int J Forecast*. 1999;15(4):353-75. [https://doi.org/10.1016/S0169-2070\(99\)00018-7](https://doi.org/10.1016/S0169-2070(99)00018-7).
 10. Dašić D. Application of Delphi method in sports. *Sport Media and Business*. 2023;9(1):59-71. doi:10.58984/smb2301059d.
 11. Asauliuk I, Bui I, Nykytiuk R. Vykorystannia metodu ekspertnykh otsinok v obrobtsi rezultativ naukovykh doslidzhen u fizychnii kulturi ta sporti. *Fizychna kultura, sporttazdorovianatsii*. 2025;19(38):375-381. [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2025-19\(38\)-1-405](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2025-19(38)-1-405).
 12. Byshevets, N., Andrieieva, O., Shynkaruk, O., Dutchak, M., Blagii, O., Zakharina, I., Khlus, N., & Golovanova, N. (2025). Modelling the Effectiveness of Recreational Physical Activities Focused on Improving Stress Tolerance in University Students During Wartime. *Physical Education Theory and Methodology*, 25(2), 312–321. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2025.2.12>.
 13. Warburton DER, Bredin SSD. Health Benefits of Physical Activity: A Strengths-Based Approach. *J Clin Med*. 2019;8(12):2044. <https://doi.org/10.3390/jcm8122044>.

14. Robertson S, Kremer P, Aisbett B, Tran J, Cerin E. Consensus on measurement properties and feasibility of performance tests for the exercise and sport sciences: a Delphi study. *Sports Med Open*. 2017 Dec;3(1):2. <https://doi.org/10.1186/s40798-016-0071-y>.
15. Byshevets N, Denysova L, Shynkaruk O. et al. Using the methods of mathematical statistics in sports and educational research of masters in physical education and sport. *J Phys Educ Sport*. 2019;19(Suppl 3):1030-4. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s3148>.
16. Hsu C-C, Sandford BA. The Delphi Technique: Making Sense of Consensus. *Pract Assess Res Evaluation*. 2007;12(10):1-8. <https://doi.org/10.7275/pdz9-th90>.
17. Geidne S, Kokko S, Lane A, Ooms L, Vuillemin A, Seghers J, et al. Health Promotion Interventions in Sports Clubs: Can We Talk About a Setting-Based Approach? A Systematic Mapping Review. *Health Educ Behav*. 2019 Aug;46(4):592–601. <https://doi.org/10.1177/1090198119831749>.
18. Behm DG. Effects of stretching on injury risk reduction and balance. *J Clin Exerc Physiol*. 2021;10(3):106-16. <https://doi.org/10.31189/2165-6193-10.3.106>.
19. Fortington LV, Sewry N, Finch CF, et al. Epidemiology and prevention of sports injuries. *Sports Med*. 2024; (review). <https://doi.org/10.1016/b978-0-323-99967-0.00219-2>.
20. Sun L, et al. The development of a performance evaluation index system for Chinese Centers for Disease Control and Prevention: a Delphi consensus study. *Glob Health Res Policy*. 2024;9:28. <https://doi.org/10.1186/s41256-024-00367-w>.
14. Robertson S, Kremer P, Aisbett B, Tran J, Cerin E. Consensus on measurement properties and feasibility of performance tests for the exercise and sport sciences: a Delphi study. *Sports Med Open*. 2017 Dec;3(1):2. <https://doi.org/10.1186/s40798-016-0071-y>.
15. Byshevets N, Denysova L, Shynkaruk O. et al. Using the methods of mathematical statistics in sports and educational research of masters in physical education and sport. *J Phys Educ Sport*. 2019;19(Suppl 3):1030-4. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s3148>.
16. Hsu, C. & Sandford, B. A., (2007) «The Delphi Technique: Making Sense of Consensus», *Practical Assessment, Research, and Evaluation* 12(1): 10. doi: <https://doi.org/10.7275/pdz9-th90>.
17. Geidne S, Kokko S, Lane A, Ooms L, Vuillemin A, Seghers J, et al. Health Promotion Interventions in Sports Clubs: Can We Talk About a Setting-Based Approach? A Systematic Mapping Review. *Health Educ Behav*. 2019 Aug;46(4):592–601. <https://doi.org/10.1177/1090198119831749>.
18. Behm DG. Effects of stretching on injury risk reduction and balance. *J Clin Exerc Physiol*. 2021;10(3):106-16. <https://doi.org/10.31189/2165-6193-10.3.106>.
19. Fortington LV, Sewry N, Finch CF, et al. Epidemiology and prevention of sports injuries. *Sports Med*. 2024; (review). <https://doi.org/10.1016/b978-0-323-99967-0.00219-2>.
20. Sun L, et al. The development of a performance evaluation index system for Chinese Centers for Disease Control and Prevention: a Delphi consensus study. *Glob Health Res Policy*. 2024;9:28. <https://doi.org/10.1186/s41256-024-00367-w>.

Отримано/Received: 04.12.2025

Прорецензовано/Reviewed: 20.01.2026

Прийнято/Accepted: 19.02.2026

Опубліковано/Published – 30.03.2026

Як цитувати статтю / How to Cite:

Лю Цзяле, Бишевец Н, Ковтун О, Губа Н. Експертна оцінка результативності оздоровчо-рекреаційної програми з веслування на човнах «Дракон» для студентів Спортивний вісник Придніпров'я. 2026 Бер 30;(2):41-49. <https://doi.org/10.15802/2071-1476-2026-1-04>

Liu Jiale, Byshevets N, Kovtun O, Huba N. Expert assessment of a health-enhancing and recreational Dragon boat program for university students. *Sportyvnyi Visnyk Prydniprovia*. 2026 Mar 30;(2):41-49. <https://doi.org/10.15802/2071-1476-2026-1-04>